

**有意義な夏休みを!**

いよいよ夏休みに突入する。7月の夏課外を終えると20日間という1年間で最も長い休みとなる。

部活動では、合宿や遠征など、日頃とは違う取り組みも多いだろう。校外活動に取り組む者、旅行に出かけ、非日常を楽しむ者もいるだろう。

ただ、もちろん忘れてはならないのは学習である。この時期の重要性をよく考えて大事に過ごしてもらいたい。この20日間は、ある意味「何もない」20日間である。起きる時間も寝る時間も遊ぶ時間も、通常より制約がなくなるのは確実である。だからこそ、君たちの意識が試される。この「何もない」20日間でどれだけのことができるのか、「何ができる」20日間であるのかを十分に考えてほしい。

1,2年生は、部活動や体育祭の準備等、多忙な日々を過ごしている者も多いが、それだけに効率のよい学習を心がけてほしい。できるだけ学校があるときと同じ生活リズムで過ごし、どれだけコンスタントに学習に取り組むことができるかが学力向上の鍵となる。自分の「苦手」がはっきりしてきている者も多いだろう。苦手解消のために、各教科から出されている課題をうまく活用しよう。ただ終わらせるだけでなく、少し追加して調べたり、教え合ったりすることを通して苦手を克服していこう。

3年生は、言うまでもなく勝負の夏である。志望校合格には、「何」が「どれだけ足りないのか」を把握できているだろうか。あるいは自分の「強み」を「どれだけ生かせるか」が分かっているだろうか。受験科目や配点を確認しよう。これまで受けてきた模試の結果などから自分の得手不得手を再確認して「この夏の重点項目」を自覚しよう。ありきたりだが、「**夏を制するものは受験を制する**」のである。ただ量をこなすのではなく、確かな戦略をもって学習に取り組み、志望校合格に近づくための20日間にしよう。

3年生についてもう少し。1日10時間以上の学習時間を確保するコツは、まず朝は普段通りに起きて、午前中に3～4時間取り組むことだ。昼間に2～4時間勉強し、夜は「いつも通りに」3～4時間学習しよう。そうすると確実に10時間を達成することができる。この夏にしっかり学習に取り組んだ生徒は、秋以降、驚くほど学力を伸ばす。私たち教員は、そういう

高校3年生をたくさん見てきた。自分を信じて、気持ちを奮い立たせて、夢に向かおう。この夏、ひとまわり大きくなってくれることを期待している。

前期進路検討会

7月3日(火)、4日(水)の2日間、午後から3年生の進路検討会が行われた。

進路検討会では、6月進研マーク模試や実力考査の結果等を参考にして、「生徒が進路志望を達成させるためにどのような対策をとればいいのか」「個々の適性にあった進路は何か」ということについて、3年生全員について議論した。

また、今回の進路検討会は、生徒の志望大学の学部学科の個別学力試験(2次試験)までの長い期間、どう勉強するか作戦を立てる会議でもあった。学部学科によっては個別学力試験の試験科目や配点が異なるため、志望者個々の学力の到達度も考慮して、対策を考えていく必要がある。

3年生の三者面談では、進路検討会で話し合った内容をもとに、具体的にどの科目をどのくらい、どの教材を使って学習していけばいいのかを担任と確認していくことになるだろう。改めて学習計画を立て直し、進路実現に向けて動きだそう。

夏休み中の学習室等の注意点

以下の期間は学習室が使えません。

8/13～8/15(学校閉庁のため)

以下の期間は図書室が使えません。

8/13～8/15(学校閉庁のため)

学習室の利用時間

8:30～16:30

自宅、学校、その他の場所で効果的な学習を!

自分の進路を見つめ直そう

夏休み期間は、自分の進路を見つめ直す機会がたくさんある。

2年生は、7月23日(月)に学部学科研究が行われる。大学の先生方を本校に招いて90分の講義を受けることができる。その中で、大学で行われる授業の雰囲気を感じることができるはずだ。自分の希望する分野の講義を受け、改めて進路を見つめ直そう。

1年生は、初めての三者面談が実施される。進路に関する「質問ができる」くらい親や友人と相談しておこう。何か手がかりがあれば、先生方もサポートしやすい。面談のための準備をしっかりとっておこう。

各大学のオープンキャンパスに参加する予定を立てている人も多いだろう。帰省した先輩たちや、久しぶりに会う親戚など、日頃話をする機会の少ない人とゆっくり語り合える時間もとれるだろう。何が自分の将来を決めるか分からない。様々な行動や会話を通して、自分の幅を広げよう。

受験は情報戦

学業は、何でも理解できることが理想だろう。ただし受験対策は、ただ教科の勉強をするだけではない。例えば、この情報を知っているだろうか。

鹿児島大学では、2020年度入試(55期の受験)から「自己推薦型入試」が導入されます。大学入試センター試験の成績、講義型試験、出願書類、面接等の結果を総合的に判断する入試です。ここでの「講義型試験」とは、講義を聴講した後、講義内容に関連した質問に答える形式です。

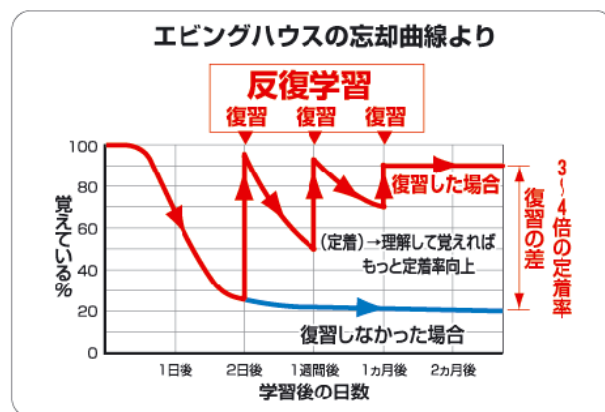
この受験に対応するためには、講義の要点を聞き逃さない力、その場で柔軟に講義内容を説明し直す力が求められる。生徒によってはかなりの練習が必要になるのは明らかである。また、次の情報を知っているだろうか。

鹿児島大学では、2020年度入試から、理学部生命化学科のAO入試4人枠が募集停止です。医学部保健学科看護学専攻の後期日程5人枠も募集停止です。

大規模な学部の改組だけでなく、小さなシステムの変更も見逃さないようにしよう。正確な情報をより多く集めた者が有利になり、不利益や危険を回避することができることを意識しよう。

忘却曲線とは

忘却曲線という言葉を知っているだろうか。



※ヘルマン・エビングハウス(1850~1909・独・心理学者)忘却学説を打ち出す。

【出典:<http://www.okishin-oes.jp/blog/?m=20151123>】

実は『進路の手引き』27頁にも紹介されている。人は忘れる生き物である。エビングハウスの忘却曲線によると、人は何かを学んだとき、1時間後には56%忘れる。6日後には75%忘れ、31日後には79%忘れる。【※1】ただし、復習を繰り返すことで定着を図ることができる。しかも、復習を繰り返す中で、復習に必要な時間も短縮されていく。【※2】

では、どのような復習が効果的なのか。レミニセンス効果という言葉を知っているだろうか。

レミニセンス効果とは、情報を記憶した直後より一定時間たってからの方が記憶をよく思い出せるというものだ。詳しくは各自で検索してもらいたいですが、**効果的に記憶されるのは寝る前に学習した内容である**ことが説明されている。「疲れたから寝る」「終わったから寝る」ではなく、「適度に記憶を定着させるために寝る」というスタンスもあるということだ。【※3】

上記の忘却曲線も踏まえると、寝る前に定着させたい内容を復習することで、大いに効果が期待できることとなる。ただし、レミニセンス効果を得るためには、寝る前に余計な情報は頭に入れない方がよい。なお、スマホの使用、特にSNSや通信アプリの使用が、学習内容を忘れさせるという科学的なデータがあることも付け加えておく。

【参考】※1 <http://ryugaku-kuchikomi.com/blog>

※2 <http://nabekoro.com/201710/5035.html>

※3 <https://studyhacker.net/columns/reminisensu-kouka>