

MJ 進路通信

群馬県立前橋女子高等学校
進路指導部
令和2年5月1日(金)第1号

5月臨時休校中の学習のあり方

みんなにとっては、3度目の“休校通達”。3月、そして4月に再延期、そして更に5月と。前女生諸君の目指すところに、「大学受験」があります。進路実現のために、受験学力をどう身につけさせるかということ、そして大学での学びや職業について考え調べさせ世界を広げて行くかということが、学校としての役割です。臨時休校が続く、先が読めない中で、学校側として何が出来るか、制限がある中でどういうやり方・伝え方が一番効率よく学習でき身に付くかを考えています。

4月の再延期の時にも伝えた内容とかぶる部分もありますが、改めて5月の臨時休校中にむけて考え方を示します。

1 「継続した学習ができる」には生活習慣が確立されていることが大前提

裏返すと、生活習慣が乱れると、計画通りに学習が進まない、生活リズムが乱れてしまうので心身のバランスが崩れ、気分が乗ったり乗らなかったりとなり、「継続した学習」＝「着実に知識を積み重ねる」ことができなくなってしまう。

気分が乗らなくなってきたり、やっているのに頭に入らない、スマホをいじる時間が長くなってしまっているなどの場合、自分の「生活習慣」を見直してみよう。

新入生ガイダンスの時に封筒に入れた「進路からのお知らせ」に以下のようなことを書かせていただいた。1年生はもちろん、2,3年生も読んで、改めて心に留めてほしい。

⑥学習習慣の確立とスマホとの関係～今日の夜に家族でルール作りを～

大学受験に向けて、学習習慣の確立が必須になります。継続的に一定の時間、当たり前のように学習ができるようにしなければなりません。ところが、その学習習慣の確立を妨げる要因の一つに、スマホの存在が挙げられます。「気付くとスマホをついついじってしまって…」と際限がありません。そして、スマホは「依存症」になる怖さがあります。そうなるとやめたくてもやめられない。依存症になってしまうと、勉強したいのにできない自分に対して自己嫌悪に陥ります。夜遅くまで見ていると生活習慣が乱れる。そうすると、昼の授業で集中力を欠き、学習に対する継続する意識や集中力も低下してしまいます。悪循環です。上述したように、皆さんの将来を考えた時「学力」を磨くことが皆さんの将来にとって大切です。それをスマホの使い方を間違ってしまったせいで、自らの可能性を潰してしまうのは非常に残念なことです。

そうならないために、自分自身がスマホとの距離感を考え、ルールを決め、実行するようにしてください。それが「自律」です。「自律」していく過程の中で、家族の協力が必要となります。スマホをいじらない環境に身を置く。いじらないルールを作る。歯止めがきかなくなる前に、今夜スマホの使い方について必ず家族でルールを作って、それを必ず守

るようにしてください。具体的には、親に22:30まで預ける。友達に「スマホ見るのは22:30からだから」と宣言する。学習開始時間を〇時と決める。学習計画が終わってからスマホをいじると優先順位をつける。学習をするときに、スマホを視野に入らない、手の届かないところに置く。身につけない。これらを家族の人とともに約束をする。全て受験に成功した前女の先輩達の方策です。

2 基本的な「時間配分」～学校の時間割をペースメーカーにしよう～

①通常の授業分(約5時間前後)・・・学校の校時で

②通常の自宅学習分(+ α)・・・放課後から夜

◇見られないけど、「圧巻の景色」を見てみたい

学校がある時のように行動する。1～3年までの前女生全員が8:50には一斉に各自の机に向かい勉強を始めている。学校に縛られ、各自教室にいれば当然できる。でも、それが当たり前、必要だと思っているから普段の前女生は実行しているわけだ。だから、約840名がそれぞれの場所で、8:50に机に向かって勉強を始められるはずだろう？これって考えたら、本当にできたら、すごい景色だと思う。もし見られるのなら“圧巻の景色”だと思う。感動しない？でも、前女生なら絶対にできる。やってみようよ。やってやろうよ。

3 「課題」の交通整理を

各教科から、「課題」「授業動画」等が出されています。進路指導部から、先生方において、「どうしてこの課題を出しているのか」「これをやるとどのような力がつくのか」「目安の学習時間(ベースは授業時間数で、もっとやるべき教科【英国数】は+ α)」「このレベルの人はこれをやなさい」などを示してもらうことにしました。だから、みんなは「**なんでこの課題をやるのか**」を理解し、意味を見出して“前のめり”に課題で学力を高めてほしい。そして、「いかに効率よくこなすか」、工夫していこう。

これらの課題の交通整理をする。優先順位をつける。まっさらな1日6限の時間割の中に、「1限は数学をやるよ」と自分で作ってみる。配布された時間割通りにやってもいい。

計画して学習を進めてほしい。こちらが示した時間通りに終わらない場合どうすればいいのか、遠慮なく先生に質問(メールを)すればいいのだ。

◇授業動画を視聴するときの注意～より効果を上げるために～

- 視聴する曜日時間を決める ※スタディサプリなども同様
- 動画の目的を理解して視聴する(課題と同じ)
- 視聴姿勢を普段の授業以上に**。壁にもたれて聞いてはダメ(普段の授業でそんな態度で受けないだろ?) 視聴前に教科書やノートを開く、視聴中も必要なことはメモをどんどん取る、前のめりで受ける etc.
- 動画視聴のデメリットを一つでも消していくこと・・・授業動画を見た後、YouTube 動画を見始めてしまったら本末転倒。授業動画を見る時は親に宣言するなどの自分を統制する工夫を。

4 1年生へ

①+ α の時間に「読書」をしよう

②難関大志望者は、「英・国・数」で+ α の課題を

医学科、薬学部、旧帝大以上、早慶の難関大志望者は、「英・国・数」で+ α の課題を。学校の時間内の学習で「やることがない」というそのキャパシティでは「難関大」は届かない。

③+ α で「探究活動」「大学の学び調べ」をぜひ！

職業の適性調べ、大学の学部調べをやる。文系、理系にこだわらず、色々な学びや仕事があることを知るのが大事。

④一にも二にも、生活習慣を崩さない。

テーマは「自律」だ。学校がないという状況で、ハードルは高い。でも、全国の高校生はみな同じだ。ただ、数年後、大学受験を控えた前女1年生は、中学の同級生との比較ではなく、まだ見ぬ全国の進学校の生徒と勝負をしていかななくてはならない。全国の進学校の同級生より、「生活習慣、学習習慣」を確立させよ。「自律」せよ。

5 2年生へ

①「大学、大学の学び(学部)調べ」 ※オープンキャンパスのつもりで

理学希望者は、応用で「工学部」も見てみる。ざっくり「経済系」ではなく、マネジメント、マーケティング、会計学、経営学、経済史などの学問領域まで深く調べてみる。大学も「雰囲気」だけでなく、レベル(高い方が当然「学びの環境」がいい)、奨学金制度なども調べてみる。調べる大学は、今学力で行けるところではない。**自分が全力を出して挑戦できるレベルの大学をロックオン。自分を安売りしてはダメだ。**

あとは、自分の志望大学を3つピックアップして、その大学の受験科目(共通テスト、二次試験)とその配点を調べよう。

②+ α で、3時間の学習。「英・国・数」がベース。

2年の7月模試で成績が下がる学年は、結果も厳しいものとなる。1年の後半、勉強時間も増え成績も伸びてきた学年だ。この休校期間中で、**「全国のライバル校と比べてやれているのか、差がつけられるのか」**だ。7月予定の模試に向けて、みんな離れ離れだが、そこで「先生、見ててくれよ。心配しなくて大丈夫よ」という気持ちで、通常の家学習時間もじっくり学習してほしい。そのためには、何度も言うが、「学習をやる目的意識をしっかりと持つこと」、「生活習慣をしっかりと確立すること」だ。

③+ α で「探究活動」をぜひ！

理系はもちろん、文系でも社会問題解決に向けて、色々考えていくことができるはずだ。「9月入学とする場合、何をどうクリアしていけばいいか」「休業補償はどうすればいいか。色々なパターンを考え長所短所を比較する」「グローバル経済の中、日本企業の海外戦略を一つの会社を調べモデルケースとする」など考えればたくさんある。みんなは将来、そういうことを解決したり考えていくステージに飛び込んでいくんだ。

④「読書」をしよう。

6 3年生へ

①カウントダウン

1/16(土),17(日)	大学入学共通テストまで	後260日!
2/25(木)	国公立大学前期入試まで	後300日!

②5月を8月に書き換えよ

臨時休校が続く中、心身ともに厳しい部分もあると思う。ただ一つ言えるのは、**今年大学受験をする全国のライバルも同じ条件**、ということだ。そう考えると、こういう状況の中でもしっかり学力を身につけられた者が勝つということだ。そのためには、「自律」して学力を身につけられる力が必要となり、今年はそれがモノを言うだろう。

だから、敢えて言おう。

「5月を8月に書き換えよ。この夏休み(5月)が勝負である」と。

この意識で「実行できるかどうか」だ。頭ではわかっているはずだ。みんなで**実行**しよう。声を掛け合って、やっつけよう！

③【学習時間】午前中に5時間やりたい

先輩達の学習時間は、夏休みに平均で11時間を超えてくる。そう考えると、午前中でどれだけできるかが勝負となる。先ほど基本的に8:50から開始と書いたが、普段なら先輩達は学校に朝来て1時間以上は学習をする。そう考えると、8:50までに1.5~2時間学習することだ。これまでの夏休みは「なくなる(またはかなり短縮される)」と考えると、ドカンと詰めて学習できる期間は「ここしかない」。

ここ[臨時休校中]でひとあし先に仕上げられたとすると・・・計り知れない効果が予想される

「5月で数学の基本パターンを徹底的に入れられた」「日本史の知識、流れがしっかり入った」「専門理科の共通テストレベルは押さえられた」となると、その範囲の二次試験や難関私大に向けた対策、つまり応用問題や論述への対策が「長い期間」できるということになる。それだけ試験本番まで伸びていける可能性を広げる、という効果だ。

④3年生になったら、やるべきことは各自さまざま。自分にとって必要な勉強は何か、しっかり考えよ。

その中で、一つの**目安となるのが、「配点」**だ。地方国公立大学なら配点が「共通テスト重視」、どの科目で点を取ってもいいのだから、満遍なくやるのも作戦だろう。「二次試験の配点が高い」のなら、その科目を重点的にやらなければ共通テストの得点が良くても逆転されるのがオチだろう。早稲田大学を目指すなら、国語がキーになるから国語をどう仕上げていくかに気を回したい。ただ、配点が高くとも科目によっては得意不得意がある人もいるはず。苦手な科目なのに手の届かない難しい問題ばかりやって何も身に付かないのも問題だ。

⑤受験科目を調べよ。

⑥指定校推薦のことは考えない。今は自分の学力を高めることに専心せよ。

「先が見えないから早く決めたい」という気持ちが出てくると、受験勉強に身が入らなくなる。身が入らないと、一層推薦で行こうという気持ちが強くなる。そうすると、「行ける大学で」という選択となる。自分を安売りしてはダメ。今から努力して、勝負に挑もうとする経験が今後の人生でどれだけ生きてくるか。「伸びないかもしれない」という弱気の殻を破れば、びっくりするくらい学力を伸ばしていくことは、前女の先輩達が証明している。目指す大学は、全力を出して勝負できる大学だ。Life is challenge.自分を信じて頑張れ。