

MJ進路通信

群馬県立前橋女子高等学校
進路指導部
令和4年4月26日(火)第1号

1年生へ4/12新入生ガイダンスで伝えたこと

～「自分の可能性を最大限伸ばす」ための黄金の1000日～

1 はじめに～あなたの、前女生の“武器”とは～ **己を知れ**

前女は群馬県内でトップ進学校の一つです。その大いなる可能性を秘めた能力を持ったあなたたちを預かり、3年後にその能力を開花させ第一志望の進路先に導く使命が前女にはあります。社会に出る時に「自分は何を武器にするか」と考えた時に、皆さんは「学力」「知的探究心」という能力が大いに武器になります。その「学力」「知的探究心」、自分の将来に繋がる3年間、この前女で磨くのです。前女生のほとんどが大学に進学するのはそのためです。よって、その自己実現を果たすために、「学習」が高校3年間の大きな柱となります。

知的好奇心をくすぐる授業が待っています。興味を持って前のめりに授業を受ける生徒が多いのも前女の特徴です。当然、受験学力を身につけるために必要な課題も出ます。学年、進路指導部を中心に、皆さんの進路実現に向けて最後まで一緒に歩みます。皆さんはそれらを受け身でなく、自分の武器を磨くため、自己実現を果たすためのものと理解し、知的好奇心と覚悟を持ってぜひ前女に飛び込んできてください。

2 みんなは「新学習指導要領」元年の世代！大学入試科目が変わる年！初めての年！

①大学入学共通テスト **敵を知れ、戦略でも一歩先を行くのが「前女」**

3年生1月に受けるテスト。2年前の令和3年度大学入試から大学入試の形態が変わり、名称も大学入試センター試験から「大学入学共通テスト」に変更になりました。これは、新しい「学力の3要素」つまり、「知識・技能」「思考力・判断力・表現力」「主体性を持って多様な人々と協働して学ぶ態度」を多面的・総合的に評価するものです。

前女では、この「3要素」を学ぶための様々な授業改善、進路企画が行われています。また、SSHの活動を通じて、「思考力・判断力・表現力」を身につけることができます。世の中では、大学入試改革に右往左往している傾向がありますが、前女生にとってはむしろ有利な方向への改革であると断言します。学校の授業にしっかりついていく、そして学校が用意するガイダンスや補習などの企画に積極的に耳を傾け参加してくれば大丈夫です。

◎主な進路・学習コンテンツ

- ☐ 模擬試験（ベネッセ、河合塾、駿台）・・・「受験学力」を測る
- ☐ 早朝課外、夏期講座・冬期講座（英・国・数）・・・+αの学力を養成したり、その時期に必要なテーマを学習します
- ☐ MJキャリアプラス・・・「主体性、協働」といった新たな学力を自ら獲得するプラン
ex.外部英語資格の獲得、ボランティア、インターンシップ、SSHなどへの積極的参加
- ☐ OGとの進路懇談会・・・大学生活や大学での学び、勉強のアドバイスを先輩がしてくれます
- ☐ 学習室の利用・・・朝、放課後、積極的に利用してください

②共通テストの科目が変わる！ **こういう年はみんな後手、弱気。攻めたもん勝ち！**

この世代、全員が「初」となります。みんな不安です。情報戦となります。判明した情報

をできるだけ早くみんなのところに降ろします。あなた達も準備を怠らず、情報にアンテナを高く張っていきましょう。

3 「学校長推薦」について **進路の選択肢は一つでも多い方がいい**

「学校推薦型選抜」を受験するには、「学校長推薦」が必要です。それぞれの大学からその基準が発表になりますが、その大学の基準に関係なく、本校では「校長推薦」を与えるのは、3年間の平均評定が3.0以上であること、また在学3年間の間に生徒指導上の特別指導を受けたことがないことを条件としています。

4 高校の学習～レベルと量とスピード～ **やるべきことの意義と内容の確認だ**

大学受験で問われる知識量は高校受験の比ではありません。医学科や東大を始めとする難関大学に合格するためには、難しい問題を解けるようにならなくてはなりません。ライバルは県内の同級生ではなく、全国になります。ついていけるか不安に思う人もいるでしょう。そこをクリアしていくポイントは、冒頭に述べたように「学習することが自分の長所や適性を磨くことであり、それが自分の将来のためになると自覚する」ことです。そして、それを頭に入れながら、日頃の生活の中で「学習」「学校生活」を優先順位の最初に位置づけることです。学習習慣が身に付くと、解ける喜びや知らない知識を獲得して世界が広がっていくことを実感できるようになり、学習に対する意識が高まります。そういった好循環になるように、自分をもっていくのです。

まずは「授業」に集中して、「授業」を理解して、「授業」について行ける工夫と時間の使い方を考えましょう。

5 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～**メインディッシュ**

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。「気付くについついじってしまっていて・・・」と際限がなく、「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という自己嫌悪に陥ります。夜遅くまで見てみ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、自らの特性や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。**「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」「一日の学習計画が終わってからスマホをいじる」「学習時には、スマホが視野に入らない、手の届かないところに置く」「12時に必ず寝る」など。これらを自分だけのルールとせず、家族の人とともに約束をする。これらは全て、受験に成功した前女の先輩達の方策です。

2年生へ4/12学年集会で伝えた(かった)こと

主にMJキャリアプラスについての説明でしたが、大学受験に向けて伝えたかったことを補足追加して書きます。

◎stop! 「中だるみ」

- 「中だるみ」の代償…後悔と自己の正当化
- 「中だるみ」をしないために
 - 初心に帰る 前女に入学した「あの時」を思い出す
 - 「学び」が楽しくなるように～mustからwantを増やす～
 - 心技体のバランスを～優先順位を間違えない!～

一、	睡眠時間	○時間必要
二、	学習時間	○時間必要
二、	部活時間	○時間必要
四、	残った時間で	スマホ・TV・漫画

◎「科目選択」は“自分の進む道の選択”

- 重要な科目選択
 - 将来をイメージしていく・大学を知っていく・自分を知っていく
 - 逆算してしっかり考えていくこと

5月末	科目選択説明会	→6月末	選択用紙提出
7月	三者面談(で確認)		
夏休み	オープンキャンパス	→10月	スペシャリストガイダンス(出張講義)
11月末	最終決定		

◎ まとめ

- 「中だるみ」を止めるためには!
- 3年生になった時の自分に「いい科目選択をしたな」と言われるように!
- 一人一人が自覚してこの「学年」のスタンダードを上げる!
- 遠慮なく学校と、先生と使え!

3年生へ4/12学年集会で伝えたこと

◎「やってはいけないこと3選」

- 自滅すること

「今から受からないんじゃないか？」
「今からやって受かりますか？」
「これから始める人に追いつかれるのでは？」

不安で勉強に手がつかない
- みんなの学年は、(多分)前女史上「最高の途中経過」で来ている
「そこ」まで来ているのはどう考えてもアドバンテージ。合格に10必要だとして、7まで来ていたら残り一年で3やればいいのです。5までしか来ていない人より確率的に圧倒的に有利、「アドバンテージを作るために頑張ってきた」のに、ここへ来て不安になってそれを放棄する？

- a ではない人もいるよね。例えば、現在3までしか積み重ねていない人
ライバルより坂道が急、この一年で積み重ねなきゃならない知識量が多いということ。
それを覚悟して、3から4、4から5にしていく。いきなり3から10にしようとしな

2 完璧主義

完璧にしなきゃダメ→立ち止まって、失敗や傷つくの恐れて何もしない
→このタイプは 第一希望合格<傷つきたくない フライドはどこにある？

- 合格に近づくのは「出来ないところをできるようにしていく」行為。チャレンジしないと出来ないところは見つからない
- 完了主義・加算主義でいく→まずは「これ」を終わらせる、「できる」を積み重ねていく
- 慎重な中でもやるべきことをやっている人は大丈夫

3 素直でない

弱い自分と向き合えない、現実の自分から目を背ける→自分の正確な立ち位置を把握できていない

前女ゆえにいる理想と現実の自分との乖離に気付かない(気付こうとしない)。医学科や難関大を目指してる自分が“こんなレベルの問題や習熟度別授業なんてあり得ない”という思考は赤信号。それを改善するには、「これをやればできるはず」の前に「現在の自分の立ち位置を理解する」という思考を持つ。出来ないところをできるようにしていく、それを増やしていくことが実は一番合格点に近づく、と考え実行に移す。

◎“受験ファースト”の状態を作り出すために「やること3選」

1 生活習慣

- 部活をやっている人…「部活、受験勉強、以上。」という生活を
- 使いこなす人間になるのか、そのせいでダメになってしまう側になるのか
→スマホのこと。スマホ(やAI)を使いこなす側になるのか、消費される側になるのか

2 学校

- 1日10時間学習→平日の授業6時間の過ごし方が大きな差を生む
- 先生を使う
- 自分よりできる友達とつるむ
- 一滴のしずくより、滝が岩をも砕く→3学年が団結して受験に立ち向かうと勢いが出る
→受験で戦おうとするベクトルを太くする
- 学校を信頼してほしい ex.教科指導(授業、添削指導)、面談、受験分析・戦略

3 意識・姿勢

- ボクシングに例えて考えてみよう。踏み出して殴るのと後ろに引いて殴るの、破壊力があるのはどっち？→勇気を出して一歩前に踏み出せば、壁を打破できる確率が上がる!
- いばらの道に夢を賭ける…コロナ禍による先行き不安→弱気、途中下車の「流れ」
→「最後まで頑張る人」に絶対にご褒美がある
→一生の財産に。やり切った感、自分の可能性を広げる機会
- 夢を抱き、夢に挑み、夢を叶えるんだ。

(文責；進路指導主事)