

進路指導室へようこそ

令和5年度 MJ 進路通信 第27号

前橋女子高校進路指導部

令和5年11月24日（金）発行

■自己採点って、意外と難しい（けど、すごく重要）

校外模試を受験し終わると、必ず「自己採点をやろう」と言われます。けど、皆さんの中には「なぜ自己採点をやる必要があるのだろう？」と疑問を感じる人もいます。自己採点を行う理由は、「自分の書いた答案のどの部分が点をもらえるのか」を正しく理解する（そして、それはその問題をきちんと理解することにつながる）こと、そしてもうひとつが「正確に自己採点を行うことは（実は）すごく難しい」からなのです。特に、共通テストのようなマーク式の問題であれば選択式の解答ですから、「自己採点など間違えるはずがない」と思うのではないのでしょうか（そして我々教員も「それは当然」と思っています。ですが、マーク式の模試ですら自己採点が完璧な人（ピタリ賞）は実は非常に少ないのが現状なのです。下の表は、昨年度の卒業生が受験した共通テストにおいて、自己採点結果として提出した得点と、開示された実際の得点の差をまとめたものです（125名の卒業生がデータ提出に協力してくれました。ここでは5点以上の誤差があった生徒のデータを抽出。誤差マイナスは実際より高く見積もったということ）。

生徒	英R	英L	現文	古文	漢文	数ⅠA	数ⅡB	日史	世史	地理	現社	倫理	政経	倫政	物基	化基	生基	物理	誤差計	
68名	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
2	0	0	0	0	0	0	0	2	0	0	-6	0	0	0	0	0	0	0	0	8
3	0	0	1	0	0	0	-1	0	0	0	0	0	0	0	0	4	0	0	0	6
5	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	-8	0	0	0	0	8
6	0	1	0	0	0	-5	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	6
7	0	0	0	0	0	0	0	0	2	0	0	0	0	0	0	0	0	-7	0	9
9	2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	-3	0	5
18	0	0	-2	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	5	0	8
21	0	0	0	0	-6	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	6
22	0	0	0	0	0	0	-2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	-3	0	5
25	0	0	0	0	0	-5	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	5
31	0	3	0	0	0	0	-2	0	0	0	0	0	0	0	-4	0	0	0	0	9
32	0	-3	0	0	0	0	2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	5
33	0	0	0	0	0	-3	-3	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	6
34	0	0	0	-7	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	7
38	0	0	0	0	0	0	-19	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	19
39	-11	0	-7	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	18
41	0	0	0	0	0	0	-3	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	2	0	5
44	0	0	0	0	0	0	-7	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	7
49	-10	0	0	0	-4	0	3	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	6	23
50	0	0	0	0	0	-3	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	2	5
51	0	0	0	-7	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	7
53	0	0	0	0	7	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	7
55	0	0	0	0	0	0	2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	-8	10
不整合	8	9	5	2	4	17	17	1	1	1	1	0	0	0	2	1	6	5	56	

自己採点と実際の得点が一致した生徒はなんと半数ちょっと。やはり数学の自己採点ミスが多いですね。中には20点以上も違った人も。共通テストにおける20点の間違いはB判定がD判定になるくらいの影響があります。もはや事故採点（変換ミスではない！）。しかも、卒業時に依頼したこのミッションを、忘れずに提出してくれた律儀な（ある意味、しっかりした）生徒ですらこの結果なのでから全体としてはおそらく半数以上が何らかのミスをしている、と考えられます。国公立大を受験する生徒は、「自己採点に基づく自分の得点」を（正しいと）信じて出願するわけですからここがずれてしまったら正確な出願の判断などできるわけがないですね。正確な自己採点は「自分の力と今後の課題を明確にするため」そして「正しい出願の材料とするため」絶対に間違いが許されない作業なのです。

3年生の模擬試験は残りあと1回。最後のマーク模試で好成績を狙うのももちろんですが、正確な自己採点への意識も持ってほしいと思います。そして1・2年生は人に見てもらった自分の答案から「何を書けば点がもらえるのか」を考えるトレーニングを今からやっておくこと。まずは今回の期末考査で実践してみましよう。

■共通テスト1か月前の過ごし方について

24日から期末考査。考査が終わればもう12月とな

り3年生はいよいよ共通テストに向けての準備が始まり

ます。迫りくる試験に緊張の度合いも高まりこの1か月

どんな心持ちで過ごせばよいのか心配な人も多いと思います。そこで、昨年の受験を経験したTEAM-OGの先輩に、共通テスト直前をどの



ように過ごしていたのかについてメッセージを寄せていただきました（今回は第一弾）。テーマは

- ① 共通テスト直前1か月の学習について
- ② 共通テスト直前1か月の生活について
- ③ 不安やプレッシャーとの向き合い方について
- ④ その他

の4項目についてです。

●宮城教育大学教育学部1年 Sさん

① 最後は点数が伸びると言われている理科と社会を重点的に行いました。もちろん国語、英語、数学も勉強していました。英語と数学は毎日少しでも触れることを意識していました。私は理系で数学と理科でしっかりと点数を取りたいと思っていたので、数学と理科の不安な部分をしっかりと復習していました。国語は勉強するのがあまり好きではなかったので、国語の授業時間を集中して解く時間にして、自分で勉強するのは授業でやった問題の復習程度にしていました。また、本番直前に確認することをまとめたノートなどを作っていました。

② それ以前と特別変えることなく過ごしていました。ただ私はひとりだと勉強のやる気がなくなってしまうタイプなので、学校で仲のいい友達とよく一緒に勉強していました。たまには友達と美味しいものを食べたりして息抜きをしていました。

③ とにかく勉強時間を確保していました。今まで勉強をたくさんしてきたという事実が何よりも自分の自信につながったからです。不安やプレッシャーから体調を崩してしまうことだけは避けたかったので食事と睡眠はしっかりと意識していました。みんな不安な気持ちはあると思うので、それを共有することで少し不安を軽減していました。頼れる先生方にもたくさん相談して、不安な気持ちをなるべく減らした状態で勉強することを心がけていました。

④ 本番直前や本番の日に体調を崩してしまうのが1番避けておきたいことだと思うので、勉強時間も大切ですが、食事・睡眠もしっかり意識しましょう！また、たくさん言われているかもしれませんが、徳を積むことも大切です！周りで支えて下さる先生方や家族の存在に感謝して、残りの期間悔いの残らないように頑張ってください！！

●和歌山県立医大薬学部1年 Aさん

① 数学でなかなかいい点数取れなくて困っていた記憶があります。周りが数学できる人ばかりだったのでわからないと思ったりとにかく質問しまくってました。授業で数3をやらなくなって余計に不安だったのでたまーに息抜き程度に微積分の計算問題を1、2問だけやっていました。

英語と国語は本番で解く順番を決めて、授業の演習でもその順番で解いていました(英語は大問456123の順、国語は大問4132の順にしていた)。国語は割と良い感じだったので、授業でやりきれなかった答え合わせの続きをやって終わりにしていました。

生物と化学は演習と同じくらい、教科書読み込む方にも力を入れました。教科書に太字で書いてある部分とかグラフや表をよく読んでいました。何も見なくても反応式や代謝経路をかけるように練習しました。余白にぱぱっとかけるようにしておくと共に役立つと思います。

地理は12月になっても点が安定しなかったので良い点だった時だけ喜んで、良くなかった時は復習だけして点数のことは忘れるようにしていました。問題の横にその選択肢になる理由とか補足情報とかを書き込んで後で見返していました。地図帳にも色々書いて付箋とマーカーだらけにしていました。

② 生活リズムを整えるように気をつけていました。朝早起きして学校に向かう車中で勉強するぞ！という志は持っていましたが実際は寝ていることの方が多かった気がします。私の場合は10月あたりにちょっと無理してしまって、睡眠時間と食事の大切さを思い知ったので勉強時間よりも睡眠を優先させていました。自習室でも眠くなったら仮眠とっていました。睡眠時間は削らない方がいい。

③ 不安は勉強量が何とかしてくれると信じていたのでアクエルの自習室に閉室時間まで残ったり英単語帳の音声アプリ聞きながら帰ったりTED見ながらお風呂入ったりしました。自分ができないところはみんなもできない！今理解できただけで1歩リード！の気持ちで勉強しました。共通テストも二次試験も全科目で満点を取る必要はないので自分が確実に解ける問題を少しずつでも増やしていくことが大事だし、それが勉強のモチベーションにもなると思います。

友人たちと「まだ〇日もあるし、1日5点伸ばしたら〇点上がって余裕で受かる」みたいな会話をずっとしていました。あとネガティブなことをポジティブに言い換えるゲームもしました。「ボーダーに届かない」→「伸びしろありまくり」みたいな。今思うと限界すぎる遊びですが、この時はかなり元気づけられていました。