

進路指導室へようこそ2

前橋女子高校進路指導部

令和6年度 MJ 進路通信 第18号

令和6年7月9日（火）発行

■夏休みの予定を再確認しておきましょう

1学期もあと10日ほどで終わりになります。夏休みの計画は作れたでしょうか。右のカレンダーを見ても分かるように、補習や模試、部活などの予定を考えれば、長いようで短い夏休みだといえます。だからこそ、しっかりとした目的意識と計画が必要になるのです。3者面談が始まる12日からは、授業は午前で終わり。午後の時間をどう活用するかが1つのテーマになります。夏休みの予行練習だと思って、自分でどこまでやれるか挑戦してみましょう。

■3者面談で、何を話すの？

1年生にとっては、はじめての3者面談。1学期の取り組みに反省が多い人にとっては、気が重い面談に感じる人もいるかもしれません。ですが、3者面談は、先生から日々の取り組みの甘さを指摘され、反省だけさせられる場ではありません（無論、親子げんかが始まる場でもありません）。3者面談の主役はあくまで皆さん自身です。だからこそ、皆さん自身が自分の言葉で自分の意思を伝えることが大切です。



1. この1学期はどんなことを頑張ってきましたか？
2. 夏休みはどんなことを頑張ろうと思っていますか？
3. 将来はどんな道に進みたいと思っていますか？
(そのためにどんなことを頑張っていきたいですか？)

この3項目は是非、担任の先生にきちんと伝えましょう（もちろん反省がある人は謙虚に反省しましょう）。3者面談というのは、「生徒の皆さんが将来に向けての希望を語り、先生や保護者の方が夢の実現のためにどんな支援ができるのかを一緒に考える、とても前向きで幸せな時間である」のが本来の姿だと思います。面談をきっかけにご家庭でもたくさん話をして、情報を共有しておきましょう。

■3者面談期間中に、意識しておくべきこと

～学習会のタイムテーブルを参考にしよう～

3者面談期間中は午前で放課となりますが、これは夏休み最初の1週間の生活とほとんど同じです。午後から部活の人もいるかもしれないし、日によっては午後からすぐに学習に取り組めることもあるでしょう。夏休みの計画を立てるにあたっては、1日のおおまかなタイムテーブルを考えておくとよいでしょう。その際に参考になるのは学習会のスケジュールです。各学年で行っている学習会は、それぞれの段階に応じた集中力の持続時間を踏まえて、効率的に「学習－休憩」のサイクルが組めるようになっています。どんなペースで学習に向かえばよいのかよく分からない人は学習会の時間割を真似してみるのもよ

月	日	曜	予定
7	21	日	夏季休業開始
	22	月	夏期講座Ⅰ期①②③ ↑
	23	火	
	24	水	
	25	木	
	26	金	
	27	土	
	28	日	
	29	月	夏期講座Ⅱ期③ ↑ 集中学習会①② ↑
	30	火	
8	31	水	
	1	木	
	2	金	
	3	土	
	4	日	
	5	月	集中学習会③ ↑
	6	火	
	7	水	
	8	木	
	9	金	
	10	土	
	11	日	
	12	月	
	13	火	学校閉庁日
	14	水	学校閉庁日
	15	木	学校閉庁日
	16	金	学校閉庁日
	17	土	全統共通T模試③
18	日	全統共通T模試③	
19	月	夏期講座Ⅲ期③ ↑	
20	火		
21	水		
22	木		
23	金		
24	土	全統記述模試①②③	
25	日	高1 東大セミナー@東大	
26	月		
27	火	夏季休業終了	
28	水	始業式	

と思います。例えば1・2年生の学習会では次のような時間割が組まれています。

8:40	9:50	10:00	11:10	11:20	12:30	13:10	14:20	14:30	15:20	15:40	16:30	20:00		
	学習 (70分)		学習 (70分)		学習 (70分)		学習 (70分)		学習 (70分)		学習 (70分)		学習	

午前中に授業(補習)がある場合は、午後からこのスケジュールに合流すればよい。涼しい午前中に約3時間の学習を確保することで、夜間にそれほど根詰めなくてもゆとりある学習をこなすことができます。3年生はちょっと頑張っって1回あたりの学習時間を長めに設定しよう。

8:30	10:00	10:15	11:45	12:30	13:20	13:30	14:50	15:10	16:30	19:00	21:00	21:30	23:00
	学習 (90分)		学習 (90分)		学習 (50分)		学習 (80分)		学習 (80分)		学習 (120分)		学習 (90分)

3年生は1コマあたりの時間を少し伸ばしつつ、睡魔が襲う昼食後を短めにするなどアクセントをつけてあります。夜間もあわせるとこれでちょうど10時間。あとは早朝や隙間時間を工夫することで+αが実現できそうです。このようなタイムテーブルのなかで、「苦手科目は朝のうちにやってしまう」「毎日同じ時間帯に同じ教科をやる」などそれぞれにやりやすい工夫を考えれば中身の濃い学習ができるはず。まずは3者面談期間中、どこまで理想に近づけるか、頑張ってみましょう。

■科探発表会(3年)が行われました

先週の金曜日には3年生の科探の発表会が行われました。3年生にとっては探究活動の集大成といえますが、SSH指定校である前女ではさまざまな探究活動の機会が提供されており、その経験を大学入試の強みにできる人も多いため。そこで、昨年探究活動にドはまりし、その経験を活かして志望校に合格した2名の先輩(東北大学工学部&理学部)から、科探の活動を振り返ってメッセージをいただきました。1・2年生も、このような経験が将来の大きな糧になることを知り、自分の強みにしていってほしいです。



前女の皆さんこんにちは。前女卒業 S、H です。科探の発表会お疲れさまでした。私たちは高校で SSH の活動に力を入れていたので、お役に立てるか分かりませんが、その経験を少しお伝えしたいと思います。

<入試にどのように役立ったか>

SSH の研究や大会での実績は、入試の志願理由書や面接でのアドバンテージになりました。実際に実験をしたり、論文を書いたりした経験は推薦入試を受けるときには武器になったと思います。また、教授と議論した経験を面接で活かすことができました。SSHに限らず、高校で何かを全力で頑張っていた経験があると自信にもつながる上に、自己アピールもできるので推薦に役立つと思います。

また、研究活動をすることで、高校での学習がどのように社会や研究の分野で役立っているのか、つながっていくのかを何となく理解することができたので、普段の授業や受験勉強においても、どういう目的でどのように勉強していくのかという自分の中での考えを持って勉強に取り組んでいたと思います。

今のところ、SSH での活動が入学後の授業に直接役に立ったことはありませんが、そもそも理系に進んだことや、大学で研究をしたいと思ったのは SSH での研究活動がきっかけだったので、大学や学部を選ぶ上では大きく影響されたと思います。

なお、H さん、S さんからはメッセージと合わせて東北大学の紹介文も寄せてくれました。紙面の都合で掲載できませんでしたが、次号にて紹介したいと思います。