

# 今、大山を超えよ

浦和南高等学校  
進路指導部通信

2021年4月13日  
発行 第1号

## 進路指導主事より

新年度がスタートしました。今年度、この新しいステージで、あなたが達成したいこと、チャレンジしたいことは何ですか？ また、そのために必要なこと、やるべきことは何ですか？ どんな計画で実行しますか？ まさに南高の目指す学校像「文武自考」の精神で、主体的に考え分析・計画・実行・修正し、目標を達成できる1年にしていきたいと思います。大学受験後によく聞かれる言葉で「あと3か月あれば・・・」。今からもう勝負は始まっています。そして1日1日の小さな積み重ねこそが大きな成果を生み出します。進路室では、全力でチャレンジするみんなを応援・バックアップしていきます。先生方や進路室を大いに活用してください。では、この1年、よろしくお願いします。（福田）

## 4月特集 1階 進路指導室&資料室の使い方

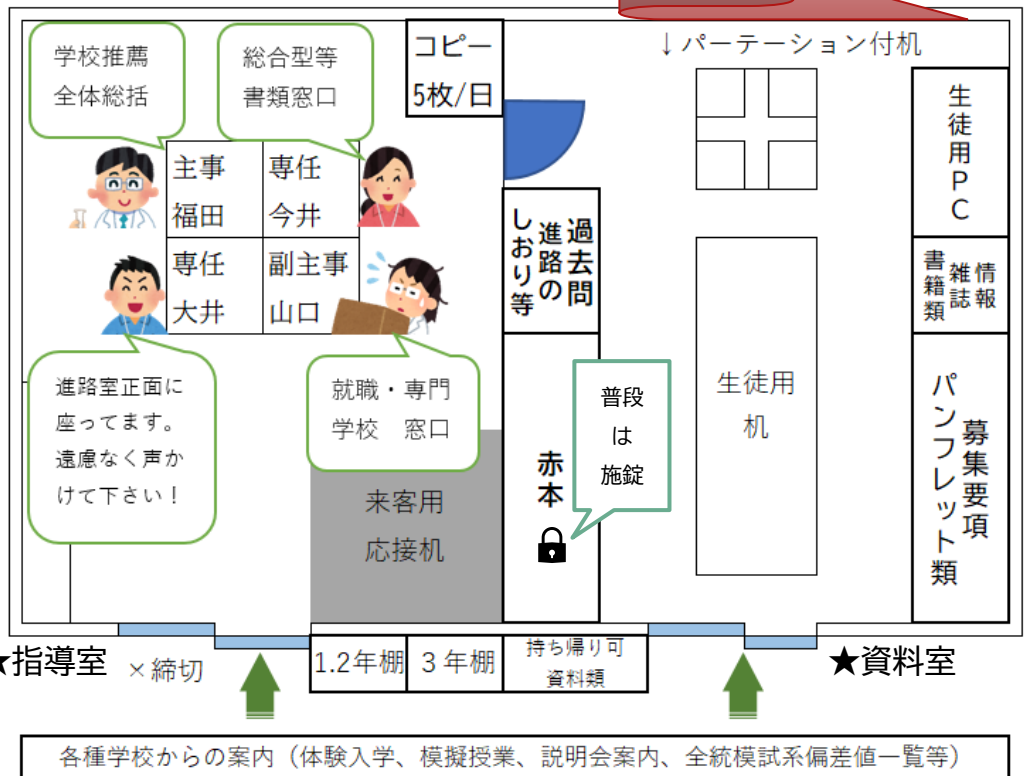
進路系の生徒は訪ねる機会が多い進路室ですが、全学年全生徒が利用できる場所です。ぜひ、積極的に活用してください。

みなさんの来室を、常駐職員一同お待ちしておりますよ！（1階、化学実験室前の廊下ぞいです）

### 注意

・進路指導室は、教員不在の場合入室禁止です（赤本の閲覧や、資料のコピーができません）。やむを得ない事情があるときは、担任の先生に付き添ってもらうなどとして利用してください。

・来客が多いので、通路前を通るときは少し気にかけてくださると嬉しいです。



各種学校からの案内（体験入学、模擬授業、説明会案内、全統模試系偏差値一覧等）

## 模試/試験

2021年 4月

日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
4	5	6	7	8 ③ 進研 記述	9 ①② スタ サポ	10
11	12 ①② 課題 考查	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	

体育祭の翌週です！

2021年 5月

日	月	火	水	木	金	土
※進路のしおりが学校に届きます						1
2 ③ 河合 マーク	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16 ③ 河合 記述	17	18	19	20 中間 考查	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31 ③ 進研 マーク					

2022.1.15(土)  
～16(日)  
大学入試  
共通テスト  
本番まで  
(4/13時点)  
あと

276日

## 各学年進路より

1年 <進路担当:守屋先生、開米先生、豊田先生>

1年次の進路目標は以下の通りです。

1. 自己理解を深める。

スタディサポート、適性検査(ジブラボ)、GPS アカデミック等を活用し、自己の学習状況、興味関心、得手不得手、適性等を理解し、科目選択や文理の方向性について考える。

2. 自己の進路を主体的に考え、選択できる能力を育成する。

夢ナビ、OC、大学模擬授業等に参加し、職業、大学・短大・専門学校、学部学科等に関する情報を主体的に収集・取捨選択し、それらの特性を知った上で、自分の将来と結びつけて考える。

3. 自ら学びに向かう力を身につけ、学力を向上させる。

定期考査や校外模試に取り組み、進路実現のために、自分にはどのような力が、どれくらい必要なのかを把握し、計画を立てて学習に向かう。学習を習慣化させ、基礎学力を充実させる。

4. 学習の過程を記録し、自己の学習を見つめ直す。

ポートフォリオ、Classi の学習の記録等を利用し、自己の学習方法、学習量、到達度等を点検し、必要に応じて修正し、学習の定着を確かなものにする。

新入生みなさんの進路実現を全力で応援します。一緒に頑張ってください。よろしくお願いします。

2年 <進路担当:秋元先生、阿部先生、山崎先生>

今年度の2年次の進路・学習を担当するのは秋元、阿部、山崎です。よろしくお願いします。進路実現に向けて今年度は大切な1年間になります。昨年度はコロナの影響で新年度のスタートが例年に比べて2カ月ほど遅れました。しかし、こと受験に関しては大きな予定変更はなくオンラインや感染症対策が実施されながらカレンダー通りに実施されました。つまり、時間的には「コロナだったから」という言い訳が通用しない訳で、受験は待ってはくれなかったということです。

しかし、この状況下でも歩みを止めることなく、努力を積み重ねた人が受験にもおいても良い結果を残せた年度でありました。大学入試改革初年度とコロナの影響で首都圏の私立大学を中心に一般入試で最後まで何が起こるか分からないという現象が多くありました。2年生を迎えるみなさんも安易な進路選択の中で密度の薄い学習を行うのではなく、より高みを目指して学習に励むべきです。まずは4月のスタディサポートでこれまでの学習のヌケモレがないか現状把握をしましょう。そして、2者面談、中間考査、3者面談、期末考査などを経て7月に実施される進研模試では初めて志望大学を4つ選択することになります。それまでに自分の志望校を真剣に考えましょう。1月に実施された進研模試の結果を必ず確認してください。この3か月は来年度も科目選択も含めて、自己理解をしっかりと進める期間です。今年度は、より主体的で計画的な学習と3年次での具体的な進路を考えていきましょう。

3年 <進路担当: 奥田先生、西川先生、永井先生>

みなさんはどのような春休みを過ごしましたか？時間を有効に使って計画通りに学習できた人、誘惑に負けて、思った以上に学習が進まなかった人、計画以上にいろいろな学習に取り組めた人、様々かと思います。この春休みに気持ちを入れ替えて、しっかり学習できたという人が多いと嬉しいのですが…今一度自分の過ごし方を振り返ってみてください。

では、本題です。今日から入試までの期間どのように過ごしたら目標達成ができるのでしょうか。目標達成のために必要なことは何でしょうか。

それはPDCAサイクルの活用です。(1, 2年生の時からやっていますよね?)目標を達成するために必要なことをよく考え、逆算して今何をすべきかを決定する。自分で実行してみて、計画を修正する。とにかく自分で考えて行動することが大切です。みなさんは、主体的に考えて行動できていますか？与えられたものだけで満足していませんか？年次目標の「自主・自律」の精神でこの一年を乗り越えてほしいなと思っています。

先生たちもちろんみなさんのフォローをしています。一緒に頑張りましょう！

勝負はもう始まっています。

(永井)

# 自分マネジメント！学習編



- ・「何を」「いつまでに」終わらせるか
- ・逆算して週ごとの計画を
- ・おおざっぱすぎは×

計画

勉強

- ・学習開始！の習慣を整える
- ・やる気を妨げるものを取り除く
- ・まずは1週間、型どおりに取り組む

達成度  
チェック

## 計画性をもてない理由

- 1位 終わらせるための逆算をしない
- 2位 詰め込みすぎ、大まかすぎ
- 3位 1日の学習ノルマに縛られる

- ・やった量より「できるようになった量」
- ・定期テストや模試で客観的に振り返る
- ・計画目標を設定しなおすことも考慮

## ➤ 計画の立て方



詰め込みすぎ  
几帳面すぎ  
おおざっぱ、気分任せ  
見通しが無い



予備日を設定  
1週間単位で見直し  
模試やテストの日程で、  
優先度を決め逆算する



☞ 毎日各教科まんべんなく取り組もうと細かく具体化、きれいに色マーカーをつかった計画表を立てる……詰め込みすぎの計画になっていないか？日によって集中力にムラが出るのは普通のこと。計画に縛られないためには？

- ①基礎固め→応用、演習 というステップを確実に踏めるよう、優先順位をつける
- ②ペースを整えるため、定期テストや模試に照準を合わせて「〇〇科目の〇〇分野の定着を図る」など具体的に
- ③量をよくばらない。1日単位でなく週単位の計画で、理想の8割程度を目標に

## ➤ 勉強法



苦手科目に目をつぶる  
たくさんの教材を使う  
難問や過去問ばかりやる

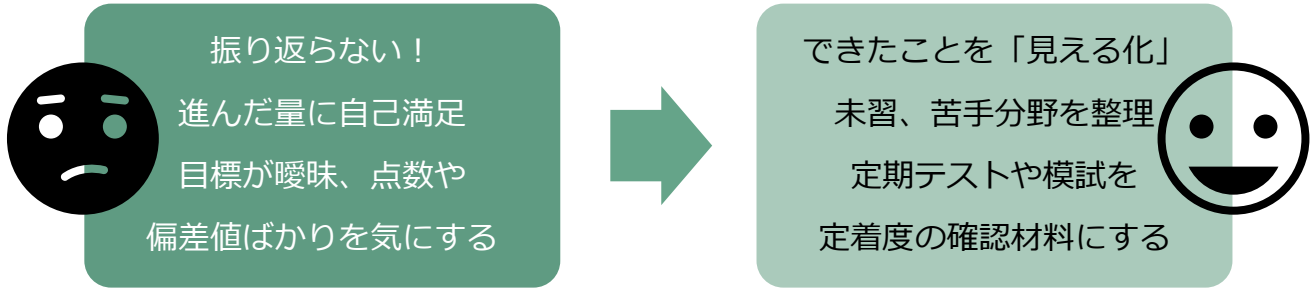


苦手→そこそこ に！  
基礎基本をモノにする  
みんな得点できる問題を  
取りこぼさない



☞ 苦手分野の自己分析を行い、狭い範囲から徹底的・集中的につぶすこと。足をひっぱらない程度の学力にもってこい。1日の過ごし方を考えて生活リズムを整え、時間をつくること。学習の教科間バランスをよく考えて、苦手なものをほったらかしにしないこと。良質な教材へ、何度も丁寧に取り組むこと。継続して勉強するには“習慣化する”などのコツがあり、コツにはある程度の「型」がある。しっかりとした土台を気付くための勉強法を模索しよう。

# ➤ 計画の達成度チェック



☞PDCA サイクルが回らない時、「Plan(計画)が高すぎ/低すぎないか」、「やったことを振り返っているか」を確認しよう。次の Action(改善)のために、きちんと時間をかけて Check(評価)し、P や Do(実行)の方法を見直すことも必要。「〇月模試で〇〇を確かめる」と、目標をはっきり定め、学習到達度を研修することで「どれだけできるようになったか」を定期的に振り返り、柔軟に計画を修正することが大事！

参考文献<進路資料室、3年生の各教室にあります>  
『蛍雪時代 2021.4』 蛍雪時代編集部 2021.3.13 P.78, P.133-139

## 先輩たちのメッセージ -進路のしおり「合格体験記」より一部抜粋-

大学の推薦を受けるにあたり、評定が一定以上ないと受けられないので、まず普段の定期テストもやらないと受ける資格がなくなります。-中略- 評定も可否に関わるので、直前になって焦らないように受験勉強だけでなく、学校のテストもしっかりやることをおすすめします。定期テストの勉強は受験勉強に役立つのでやって損はないです。(女子栄養大学 栄養学部実践栄養学科 学校推薦型)

学校推薦型の受験を考えている人にとって一番気になることは、評定の上げ方だと思います。率直に言って、やればやるだけ結果はついてくるし、評定は上がります。ただ効率の良さ、時間の使い方によって差が生じてしまいます。何をすればいいかわからないという方は、まず隙間の時間を活用してみるから始めてみると良いと思います。(学習院大学 経済学部経済学科 学校推薦型)

参考書や、やる内容は全て自分で決めることです。予備校や学校の先生の言うことに従っていればいいわけではありません。自分に今必要なこと、やらなければいけない事は自分にしかわかりません。私の場合教科ごとにまず何から手をつければいいのかを確認し、参考書をインターネットのブログで調べたり、YouTube で調べたりして、自分で勉強するものを選んでいました。-中略- 早めに一年中を通しての計画を立てておく事です。-中略- 出る形式を確認することによって、受験本番までに何をすればいいかがわかります。これを参考に優先順位も踏まえて計画を立ててみましょう。(上智大学 外国語学部 一般)

計画を立てることも大事。私は、1日勉強を始める前に、紙に今日やることを書き出した。やるべき事を可視化することで、やる事が常に多いこと、意外と1日が短いことが実感出来た。高三の夏からそれをやり始めたけれど、予定通りに紙に書いたこと全てをやり切れたことはあまりない。がむしゃらに進めるのではなく、自分は今、何をすべきなのか、どの分野の勉強が足りていないのかを、とにかく書き出すことで、分かることはたくさんあると思う。(日本獣医生命科学大学 獣医学部獣医保健看護学科 一般)

最初は2~4時間くらいの勉強から始め、ぼちぼち勉強時間を増やしていき、3月の終わりには平均して10時間以上勉強するようになっていました。-中略- ここで受験生の皆さんに覚えて欲しいことは、いきなり10時間勉強なんか始められないということ、一定の休息は必要であるということです。最初は2時間など自分に合う時間から徐々に増やしていき、毎週1日くらいは休日をつくっておくとストレスなく勉強できると思います。-中略- 勉強をするにあたって意識していたことは、自分の弱点をどのように潰していくかということです。私は予備校などに通っていませんでしたので、自分の弱点をどのように対処するかを常に考えながら勉強していました。例えば化学なら、理論が弱い→教科書、参考書で根幹を確認→基礎問題→演習というような感じで苦手を潰していきました。(埼玉大学 工学部情報工学科 一般後期)

私が本格的に受験勉強を始めたのは高2の1月頃で、初めは中央大学法学部をめざしていましたが、5月の河合模試の成績が上がり、早稲田大学法学部に志望校を上げました。その時点で同じ大学を受験する人たちよりも勉強を始めるのは遅かったと思います。-中略- 厳しい現実ですが、なんとなく勉強しているだけでは受かりません。-中略- 早慶に受かるには目安として3000時間の勉強が必要だとされています。それを1年間でこなすとすると、平日の授業以外で6時間、休日は10時間ほどとなります。-中略- 他の誰のでもない自分の将来のために、悔いの残らぬように頑張ってください。応援しています。(早稲田大学 法学部 一般)

さあ、南高生よ、今こそ大山を超え、福をつかめ！！