進路だより No.7

－平成２７年７月１７日－

貝塚市立第一中学校　進路通信
〒597-0071 貝塚市加神１丁目５番１号
TEL 072-422-1527　FAX 072-422-1271

生徒と保護者のための進路情報です。保護者の方も必ずご覧ください。

夏休みに向けて

１学期の懇談会も昨日で終わり、18日からいよいよ夏休みです。昨年の今ごろは、クラブ活動、家族旅行、海水浴など、楽しい思い出づくりの計画に夢中になっていた人も多かったことでしょう。けれども今年の夏休みは、これまでのように“楽しく愉快に”というわけにはいきません。来春の高校入試に備えて、気持ちを引き締めて学力をみがかなくてはならない大切な夏の45日間です。この夏休みにどれだけ学力を伸ばせたかが合否に直結していることを自覚して、力一杯がんばってください。

「はっきりとした努力目標を」

夏休みを前に、気力が充実していることでしょう。この意気込みが、酷暑を吹き飛ばす工ネルギーとなるのは確かですが、それだけで学力が伸びるものでもありません。つまり、夏を克服して勉強に集中するには、ヤル気や気迫以外にも必要なものがあります。

その第１のポイントとして、「頑張るための明確な努力目標を持つこと」を強調します。また、難関を突破したある先輩は「いくらヤル気があっても、集中力には限度がある。気力もだんだんに弱まってくる。スランプに陥ることもある。そうしたピンチを切り抜けるためにいま“〇〇高校に入りたい”という確かな目標を明らかにするのが一番。入試に対する目的意識の強さが合格に結びつく」と、体験談を話してくれました。

「入りたい高校」が今の時点の学力レベルでは、はるかに高い“あこがれ”の存在であっても、それはそれでいいです。大切なのは「入学したい」という思いの強さです。“あこがれ”を心の支えとして、集中して勉強に取り組むことが入試に勝つエネルギーとなります。

「入りたいと思う高校や学科を目指して懸命に励んだ成果は、２ヶ月後、３か月後の成積に必ず表れます」「勉強を怠けたりしたとき、弱気な自分を修正してくれるのは目標を突破したい強い意志です」と先輩たちは、異口同音に話してくれました。

「実行可能な学習計画をたてよう」

夏休みは自分のペースで徹底的に勉強できるチャンスだが、同時に高温多湿なこの時期は学習には適さないシーズンであることを忘れてはいけません。学校だけでなく、会社でも長い休みをとる理由の一つもそこにあります。したがって、オーバーペースな毎日を送っていると、心身ともに疲労困ぱいとなりダウンする危険性は大きくなります。

先輩たちの夏休みの失敗談では「無理を重ねたり、また不規則な生活を続けたために体調をくずし、意欲はあっても勉強どころではなくなった」という内容がとても多いです。その意味では、学力アップと同様に健康管理が夏休み対策の重要な柱と言えることでしょう。

そのために、まず注意しなければならないのは学習計画づくりだと思います。そして計画を立てるときの第１の注意点は「無理を重ねて体調を崩すような欲張りな計画は立てない」こと。第２は「計画が綿密になり過ぎて自分を縛りつけることのないように」という点です。そのために具体的にどうすればよいのでしょうか。例えば、45日間を10日ずつとか、１週間単位で区切り、第１段階では大まかな計画を立て、次に各クールごとに具体化していく方法をすすめます。分刻みのような余裕のない計画で自分自身を縛るのは厳禁です。体調管理面も考えて、１週間に１日くらいは「空白の日」を設けましょう。そして、休日にはしっかりと休養をとりましょう。休日は心身の疲れをいやし、気分転換をはかるために自由に使えばよいと思います。大切なのは緊張と緩和の切り替えですが、「ゆとりある学習計画」と、自分にとっての「楽しい計画」や「ルーズな計画」とは、まるで異質なものです。

「基礎・基本をがっちり固めよう」

ひと口に「来春に備えて」といっても、それぞれ、目指す高校も学力レベルも異なります。得意や苦手も違うから、力の入れどころも同じでないのは当然でしょうが、夏休み学習に共通するのは「各教科の基礎・基本事項を見直し、理解する」ことです。「基礎・基本」をしっかり理解していないと、弱点が生まれ、この弱点は入試で必ず現れます。

１点違いで明暗が分かれる入試で、１点に泣く原因は「基礎・基本」を理解しないまま先を急ぐ“上滑り学習”にあります。さらに入試では、断片的な知識ではなく、「読解力」「表現力」「思考力」などの観点で学力が記されることが多いのですが、こうした出題傾向に対応するためにも、土台となる「基礎・基本」は大切です。

土台となる基礎学力が正確に身についていれば、２学期に入って応用問題や志望校の出題傾向に沿った本格的な入試対策期が来てもあわてなくてすみます。最終的な進路選択までには十分に時間はありますが、２学期の成績によって、その方向性がほぼ決まるし、２学期の成績は、夏休みの頑張りの成果であることを忘れてはいけません。