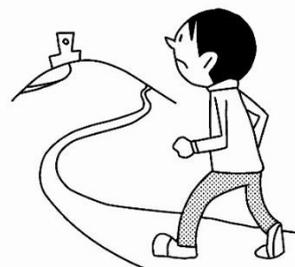


進路通信「15の春」

第7号

令和5年12月22日発行【進路担当:本田 雅樹】



11月開催した「第2回進路説明会」に、お忙しい中、ご参加いただき、ありがとうございました。
さて、2学期終業式も終わり、いよいよ、新年の1月から「15の春」に向けた試験が始まります。2学期末には、志願先の高校へ出す「願書」を書き、3年生も「いよいよだ!」という実感が出たことだと思います。以前も紹介しました、10月3日付の北海道新聞朝刊「まなびのひろば-ぐんぐん-」の記事に、『**「インプット(知識を取り込む)」と「アウトプット(問題を解く)」、バランスを意識することが大切**』で、入試本番に向けてアウトプットの量を増やしていくイメージが必要。また、復習する際に、「**教科書の見直し**」や「**模試(学力テスト)の問題を解き直す**」ことがカギを握る。冬休み以降は「総復習」や「演習」に取り組む量を増やす。

特に、「**答えが『分かった』と『解ける』は違う。その答えになるのか理解できるまで、何度でも解き直す**」ことが大切だそうです。【詳しくは「進路通信 第6号」をご覧ください。】

しかし、勉強や宿題をしなければならないとはわかっているけど…ゲームやテレビなど、あれこれ気になって「やる気スイッチ」が入らない! ってこと、ありませんか?

そこで、もう1つ、新聞記事を紹介します。10月17日付の北海道新聞朝刊「まなびのひろば-ぐんぐん-」に、『**25分刻みで勉強 効率良く**』という特集記事がありました。イタリア人起業家フランチェスコ・シリロ氏が仕事を効率的にこなすために考案した時間管理術「**ポモドーロ法**」が紹介されていました。

『**「25分間勉強+5分間休憩=1ポモドーロ」×4**を1日に数セット行えばよい』
これを行う際に、時間を計る「**タイマー**」と主な「**4つのルール**」があるそうです。

- ① 最初のポモドーロを始めたら、25分間終わる前に勉強を止めてはいけません。
- ② どんなに集中していても、25分間たったなら勉強を止める。(次も集中するために脳を休ませる。)
- ③ 勉強中に気になることが浮かんだら、紙にメモをして勉強に戻る。勉強を中断してはいけません。
- ④ 25分間以内に課題が終わりそうな場合は、別の勉強を追加して時間を埋める。

これを実践する上で、**最初にスケジュールを決めておくこと**が大切だそうです。学校でも定期テスト前など、毎回計画を立てますが、とても大切なことだそうです。【詳しくは裏面に載せた新聞記事をご覧ください。】

また、**入試本番は、朝から**始まります。時には、「リラックスする時間」も必要ではありますが、**規則正しい生活**を冬休み中も心がけましょう。

《今後の進路関係予定》★今後変更になる場合あり

1月	中旬 私立高校 推薦入試(道内) 19(金) 3学期期末テスト
2月	2(金) 学力テスト(入試模擬) 13(火) 公立高校 推薦入学面接(道内) 15(木)・16(金) 私立高校 一般入試(函館)
3月	5(火) 公立高校 一般入試(学力検査) 6(水) " 一般入試(面接) 13(水) " 追検査日 15(金) 卒業式 18(月) 公立高校 合格発表



「15の春」へ、あともうひと頑張り! Fightだ!!

