



## 【今、是非取り組むべきこと】…「自ら考え行動する力」をつける…

下記Ⅰ～Ⅲのそれぞれの項目についてチェックしてみてください。これらは高校生活を有意義に送るための必須事項です。中学時代の自分を振り返り、チェックの入らない項目、つまり、できなかったことを確認した上で、なぜできなかったのか、どうすればできるようになるのかを考えてみてください。

### Ⅰ 生活を見直す7つのチェック

- これまで欠席・遅刻をしなかった。
- 提出物の期限を守ることができる。
- 社会・学校のルールを守ることができる。
- 学校行事には積極的に参加した。
- 部活動を頑張ってきた。
- 素直である。
- 何事にも努力を惜しまない。



#### ★「3点固定」で規則正しい毎を送る。

通常、「3点固定」とはしっかりと家庭学習を組み込んだ規則正しい生活をおくるために「①起床時間・②家庭勉強開始時間・③就寝時間」を固定することをいいますが、今は、「①起床時間、②授業を想定した学習開始時間+家庭学習の開始時間、③就寝時間」を固定しましょう。もちろん、学習時間の中には進路を考える時間など、今しかできないことも含めて考えましょう。

とはいえ、悪い習慣と比べて良い習慣は身につけにくいものです。まず3日続けてみましょう。「三日坊主」という言葉があるように、3日がやめなくなるピーク。ここで踏ん張って1週間から10日続ければ、慣れてきて効果が現れるので、やめたらもったいないと思い、続けることができます。

### Ⅱ 学習への取り組みを見直す7つのチェック

- 塾に頼らず、自分で家庭学習をする習慣が身についている。
- 提出物、宿題はしっかり理解しながら取り組む。
- 授業の予習、復習は欠かさない。
- 定期テストや実力テストの復習は必ずする。
- 授業でわからないことは先生に質問する。
- 授業で興味を持ったことは自分でも調べる。
- 毎日、新聞を読んでいる。(ニュースをきいている。)

#### ★中学生から高校生の勉強方法に切り替える。

中学校の頃、授業でも課題でも自ら覚えようとせずただ聞いているだけ、答えを写しているだけの受動的な学習しかできなかった人は、高校では伸びません。

今出されている課題についても、是非、自ら進んでポイントを意識し理解しようと考えて取り組んでみてください。自主的に学ぶ姿勢こそが高校生の学習に必要なものです。

また、新学期に同じスタートラインから始められるように、中学校で習ったことの復習に取り組んで苦手科目の解消に努め、遅れを取り戻しておきましょう。

### Ⅲ 進路について4つのチェック

- 自分の長所や個性を把握している。
- 自分が何に興味・関心を抱いているか把握している。
- 学びたい学問分野がはっきりしている。
- 将来の夢(就きたい仕事)がある。

#### ★将来の夢を考え始める

高校は自分の進むべき道を探すスタート地点であり、夢を育み、実現に向けての第一歩を踏み出す場でもあります。その夢に向かっていく段階を大木に例えたのが右の図です。

高校では、いわば自分という木を大きく育てる「総合的な探究の時間」という時間が週に1時間あります。

その1時間で考えたことをもとに

- ① 10年後、20年後の自分の生き方に思いを馳せ、
- ② 3年後の進路を考え、
- ③ ①②を実現するために今何をすべきかを考え、高校生活を充実させていってほしいと思います。

唯一無二の自分を生かす将来の夢を育てるために、右の図の④「これまでの自分」を振り返り、自分の好きなこと、興味のあること、そして、自分の長所や個性をしっかりと見つめなおし、整理しておきましょう。

