

# 関魂

1 学年進路通信 2 号  
2024 年 5 月 31 日

早いもので、入学して2か月が経とうとしています。もう学校生活には慣れたでしょうか。起床時間、就寝時間、勉強を開始する時間をしっかり定め、規則正しい生活を送っているでしょうか。厚生労働省は「健康づくりのための睡眠ガイド2023」の中で、中高生の睡眠時間は8～10時間を推奨する、としています。どのくらいを十分な睡眠時間とするかには、当然個人差はありますし、さすがに10時間は眠れない・・・とも思いますが、睡眠が不足すると日中の眠気や疲労、頭痛等の増加、情緒不安定、注意力や判断力の低下につながってしまいます。睡眠不足は当然、学校生活にも悪影響を及ぼします。授業に集中することが難しくなれば、学業成績の低下にもつながっていきます。心身の健康が保持できこそ、勉学に、部活動に、頑張ることができるはずです。中間考査で生活リズムがすっかり崩れてしまった人はいませんか。自分の生活習慣を振り返り、自律しましょう！

## 文理・学科選択

4月から少しずつクラスで個人面談を行ってきました。その時に、提出してもらった面談シートの「進路希望」の項目について尋ねてみると、「〇〇大学に行きたい」、「教育学部に行きたい」、といった強い思いをもっている生徒もいれば、「よく分からないから適当に記入した」、「友達が書いていたのをそのまま書いた」と、とても「素直な」答えが返ってくる生徒も多かったです。現在、日本の大学は796校、学部数は全国で2,000以上、学科数は5,000以上あります。進路を考えるということは、自分自身について考えるということです。自分が何に興味や関心があるのか、どんな自分になりたいのか。納得のいく進路実現に向けて、社会に目を向けること、多くの経験をすること、そして早め早めに情報を収集していくことが大切です。

中間考査の最終日、5月23日に、来年度に向けた文理・学科選択の説明会が行われました。「文理・学科選択及び科目選択の調査票」は6月17日(月)～21日(金)の間に提出することになっています。配付された資料によく目を通し、悩んだ時は相談し、最後はその上で自分自身で決めてください。説明会では、教務部、進路指導部、地歴公民科、理科、教育企画部、学年主任の先生方に説明をしていただきました。その時に印象に残った言葉を簡潔にまとめておきます。悩んで、悩んで、納得のいく選択をしてください。なお、学年主任の先生の言葉については、次号の学年通信を熟読してください。

### 【教務部】

- ・高校入試の場合は高校の選択肢が5つもなかったと思うが、大学入試の場合は全国の大学の学部学科の中から選んでいくことになる。受験科目もそれぞれ異なるため、この時期からよく考えていくことが必要。
- ・2年で選択した科目は3年でも引き続き学習することになる。教育課程表をよく確認し、自分がどうしたいか、何を学びたいかを考えた上で選択すること。

### 【進路指導部】

- ・余計な壁を作らず、高い目標、志をもって、将来のことを考えること。大学に行くことが進路ではない。24時間をどう生きていくかが進路である。主体的に学ぶ姿勢、行動をとってほしい。
- ・文理・学科を決めることが目的ではなく、自分のことを考えるきっかけとしてとらえ、進路指導室や学校案内等も積極的に活用してほしい。入試のことについては大学のHPが確実である。
- ・大学も学ぶ内容が変化しつつある。文系に進んでも数理的な考えは必要であり、逆もしかりである。向いている、向いていないではなく、自分自身が興味関心のあることを大切に、目の前のことに一生懸命取り組むこと。

### 【地歴公民科】

- ・公共（中学校でいうところの公民）は全員必修。歴史、地理に関しては選択し、文系と理系とで週あたりの時間が異なる。2年生の時に選んだ科目は3年生でも継続する。
- ・日本史を選んでも、世界史を選んでも、1年次の歴史総合の範囲は共通テストの範囲に入っている。
- ・公共、政治経済が入試科目に入っているかどうかは大学のHP等で確認する。
- ・自分が好きな科目をとったほうが良い。地歴は共通テストだけ、と思うなら特に。
- ・理系だから地理をとっておいたほうが良いとか言われるが古い。資料を解読していく問題が多く出題されている。地理だろうが歴史だろうが覚えることは変わらない。

### 【理科】

- ・理系を選択するか文系を選択するか、探究科でも人文社会科学科か自然科学科で週あたりの授業時間が異なる。（配付された資料と選択における注意事項を確認！）
- ・自分の興味と力とを考えて選択すること。文系を選んだ人が理系の科目を選んで受験することはほとんど不可能。理系を選んだ人は文系の科目で受験することは可能だが、現実的には難しい。
- ・自分がやりたいことを見つけて、前向きに選択をしてほしい。3人以上相談をしてほしいが、最後は自分で決めること。

### 【教育企画部】

- ・大学入試の選抜方法は、推薦、総合型、一般と想像以上に複雑である。
- ・学校推薦型選抜では、探究活動や課題研究の成果（活動報告書）の提出が求められることがある。一般入試でも、二次試験に活動報告を求める大学もある。
- ・本校は1年後半からグループに分かれて課題研究を行う。本来は自分の力を向上させていくことが目的だが、ここでの取組が大学入試にも役立つ。コンテスト等にも積極的に参加してほしい。

（文責 伊藤）