

# NAVIGATION

— 進路指導部便り — 臨時増刊5号 2020年5月19日

## 73 回生大学入学共通テストまであと244日

発行 夢野台高等学校  
進路指導部

前号で紹介した体験記の内容はいかがでしたか？

受験では、いい意味でも、悪い意味でも何か起こるかわかりません。ただ、「いい意味での想定外」というものは、やはり日ごろの努力なしにはまず天から降ってくることはありません。また、「悪い意味での想定外」には、備えが必要でしょう。備えをこえる厳しい想定外に見舞われたら…。何事でもそうでしょうが、精神的なたくましが求められます。だから多くのスポーツ選手もメンタルトレーニングをしているのでしょう。今このような状況だからこそ、「なんとかなるさ」「なんとでもしてやる」というポジティブな気持ちをもって生活してほしいと思います。

では、今号も2名の体験記を紹介します。

### 合格体験記 ～72 回生～

## 受験の諸々

神戸大学海事科学部 石塚 千智

受験を振り返ってみて特に重要だと思うことは3つあります。

1つ目はスマホと時間の使い方です。SNSについて自分はインスタやツイッターを消し、ラインは一日に見るか見ないか程度におさえました。そしてSNSに浪費していた時間を英単語や古文単語に使いました。自分は塾までに電車で片道約25分だったので全て単語にまわすと一週間で合計350分もの時間を単語の暗記にかけることができました。塵も積もればほんとに山となります。

2つ目は自分のペースをつくり、継続することです。勉強の到達度も志望校までに必要な勉強量も人それぞれなので、あの子が休んでいるから自分も休もう、とかは絶対にやっちゃダメです。自習室や授業でずっと寝ている人とか気にしたら負けです。それと授業は受験するにあたっての最低ラインなので定期テストは当然にとれるようにしておきましょ

う。

3つ目は目標を明確に定めることです。自分は航海士になりたくて海事しかなかったのが一直線に勉強できましたが、頻繁に志望校を変える人で満足に合格した人はいませんでした。

最後に勉強法について自分がためになったものをいくつか紹介します。

- ・化学の問題集を解いて間違ったところを書く苦手ノート（試験前にサッと苦手部分のみ見直せる）
  - ・物理の公式をまとめたノート（ど忘れしたときに調べる時間の削減）
  - ・英語長文は毎日読む（英語を読むリズムを保つ）
  - ・英語長文を声に出して音読（長文読解のスピードが格段に上がります）
  - ・単語カードを常備しわからない単語を書く（わからなかった単語のみで構成された単語集で復習できる）
  - ・理系の問題集はできるようにするまで解く（同じ形式の問題が出てもしっかり解けるように）
  - ・休憩中好きな音楽をかけながら大学のホームページなどを調べる（モチベーション）
- スランプに陥ってしんどくなったりすると思いますが一年耐えるだけでパラダイスが待っているので頑張ってください。努力した人は必ず報われます。

## 部活動と勉強の両立

和歌山大学経済学部経済学科 戸田 陽

僕が受験勉強で1番苦労したことは集中力の持続と勉強と部活の両立でした。僕は集中力を保つ為に音楽を聴く、友達と話すなど適度な休憩を挟んでいました。また適確な目標を設定し、時間割を組みそれに向かって日々勉強に取り組んでいました。

僕は引退が11月というハードな部活に所属しており、時間に限りのある中でスケジュールを組まなければいけません。しかし部活中に勉強のことを心配するのではなく、部活動に専念し余計なことを考えないようにしてストレスを上手く発散していました。

僕は英語の勉強法について、問題を解くばかりではなく、基本的な単語、文法、熟語を集中的に学習することをお勧めします。また志望校を早く決め、問題に目を通しておくことが大事だと思います。中には特殊な問題形式のものもあるからです。

これから1年間多くの苦労があると思いますが、今自分の置かれた状況を判断し、先を見通した行動を取ることが重要だと思います。そうすれば途中で部活を辞める必要もないと思います。

頑張ってください。

**全国統一高校生テスト  
(6/21) 実施 案内**

この模試は、東進が実施する模試です。3 部門あり、1 年生、2 年生、3 年生すべてが受験できます。オンライン受験か衛星予備校（3 密対策）での受験かを選んでください。

受験料は無料です。

種 類	内 容	申込み〆切	試験実施日
全学年統一部門	共通テストと同じレベル、出題形式		
高 2 生部門	共通テストの出題形式を早期に体験	6 月 18 日	6 月 21 日
高 1 生部門	共通テストの出題形式を早期に体験		

受験を希望する人は、以下の東進のホームページで詳細を確認してください。申し込みも各自でホームページからお願いします。

**www.toshin.com**