

# 夢との距離を測る

定期考査は、授業の定着状況を試験し、進級や調査書の点数に直結するということが理解していると思います。それでは、実力考査や外部模試(進研模試等)はどのような目的で行っているのでしょうか。それは、**あなたたちの夢との距離を測るためです**。定期考査より少し難しい問題を考えることにより、どのくらいの学力を持っているかが見えてきます。当然、その学力とは日々の授業や課題に一生懸命取り組んだ成果から作られたものです。

## 7月進研模試に向けてGO!

いよいよ**7月7日**、舞鶴高校1年生にも全国デビューのときがきました。舞鶴高校生は3年間で多くの模試を経験し、最後には全国のライバルと本番の試験＝「入試」で戦っていきます。7月進研模試は「高校3年間の学力の伸びを測る起点」となる模試です。**1年生は高校入学後3ヶ月間で何を学んだのかを、2年生は1年次の学習内容の定着と2年になって習った内容をここで再確認**してください。模試＝実力問題＝「実力で受ける」、すなわち準備は必要ないと勘違いしてはいけません。先生の指示に従って、過去問の演習等で模試の問題のレベルを知り、しっかり準備をしてください。また、今回の模試の結果は10月から始まる文理選択・コース選択の重要な資料となるので、いい加減な成績データとならないように全力で受験してください。特に2年生は初めて志望校の判定が出る模試となるので頑張ってください。

**3年生は国公立大学の2次入試や私立大学の一般入試に対応した試験**です。文Iコースで推薦入試を希望する者も、大学入学後に一般入試で入ってきた者に負けないように、この模試で良い判定が出るように全力で受験してください。

### 外部模試は学力を測る確かなバロメーター

#### ポイント1. 受験者が多いので確かな実力が分かる

舞鶴高校で例えば100番と言っても、それは年度によって100番の人の学力に差が出ます。しかし、大分県の500番や全国での5000番というものには、例年大きな学力差はでません。従って、外部模試でないと正確な学力を測ることはできないということです。1年生は全国で50万人近くが受験します。大分県で5000人近くが受験します。

#### ポイント2. 問題は専門家が作るため、実力を測るのに適している

模試の問題は、入試の傾向等を研究している専門家が作問します。前年度までのセンター試験や大学入試問題を研究して作問しています。実力を測るのにふさわしい問題です。模試後のやり直しも重要な学習ポイントです。模試後に配布される解説書を使って実力を伸ばしてください。

#### ポイント3. 個人成績資料が送られてくる

模試を終了すると、1ヶ月後くらいに、採点された答案と個人成績が送られてきます。これにより自分の弱点が明確にされ、今後の学習方法の改善にも役立たせるこ

とができます。また、2年生になると進学希望大学等の記入ができ、全国の高校生を対象に、その大学を希望する者の中で何位であるかも明らかなります。3年生になると10回以上の外部模試があるというのも、これで納得がいくと思います。

## 66回生へ 合格ラインを超えるカギ

# 苦手に勝つ

### 1. 「苦手はチャンス!」と思え!

苦手、苦手、苦手……。そう考えると、やる気がなくなります。苦手克服の敵は、自分のメンタルブロックです。まず、苦手はチャンスだと自分に言い聞かせましょう。苦手を克服するほど、合格に近づきます。意外と得意教科を10点伸ばすより、苦手教科を20点伸ばす方が楽なときが多いです。

### 2. 「好き」と「嫌い」をサンドイッチ

ついつい苦手から逃げてしまう人は、勉強の順番を変えてみましょう。「得意 → 苦手 → 得意」の順番ですと、集中しやすくなります。まずは、得意教科から始めて、気持ちを乗せてから、いったん苦手教科へ。「あとで得意教科をやるから」と気持ちを保ちながら、頑張りましょう。そして最後は、ご褒美に得意教科を。この勉強法を支える強い味方が、正方形で少し大きめ(75×75ミリ)の付箋です。オレンジと青の2色を用意してください。そこに各教科1枚やるべきことを書き出し、壁や机に貼っておくのです。オレンジは気持ちを明るく盛り上げる効果があるので、好きな教科はオレンジの付箋にやることを書き出し意気揚々とやりましょう。青色には、気持ちを落ち着かせて集中させる効果があるので、苦手教科は青色の付箋に書いて、淡々と集中して取り組みましょう。

### 3. くじけたら思い切って休もう!

とはいえ、どうしても心が折れそうなきときはあります。「模試が全然できなかった!つらくて見直しすらしたくない!」そんなときは、寝てしまおう!逃げたいときは、逃げればいい。でも、ただ逃げるだけではだめです。ポイントはプチ逃げ。「反省と対策を書いてから寝る」というやり方です。そうすれば「明日からこうすればいい」とすっきりして寝ることができます。対策はたとえば「(What)『確率』の基本問題を解けるようにする/(Why)センターで8割を突破するため/(When)8月の全統マークまでに/(Who)数学の先生に相談する/(Where)同館の自習室で/(How)毎週10題ずつ解いて、間違い直しまで必ずやる」のように「5W1H」を意識して書き出すとよいです。

## 6・7月行事予定

| 日  | 曜 | 学校行事           | 進路行事・考査            |
|----|---|----------------|--------------------|
| 25 | 月 |                |                    |
| 26 | 火 |                |                    |
| 27 | 水 |                |                    |
| 28 | 木 | 防災避難訓練         | 期末考査               |
| 29 | 金 |                | 期末考査               |
| 30 | 土 | グローバルリーダー育成塾   |                    |
| 1  | 日 |                |                    |
| 2  | 月 |                | 期末考査 3年学力検討会       |
| 3  | 火 |                | 期末考査 3年志望校検討会      |
| 4  | 水 |                |                    |
| 5  | 木 |                |                    |
| 6  | 金 |                |                    |
| 7  | 土 |                | 進研記述模試(全学年)        |
| 8  | 日 | 物理チャレンジ        | 進研記述模試(3年)         |
| 9  | 月 |                | 3年進路PTA            |
| 10 | 火 | クラスマッチ3年       |                    |
| 11 | 水 | クラスマッチ2年       |                    |
| 12 | 木 | クラスマッチ1年       |                    |
| 13 | 金 | 1・2年ふれあい市長室    |                    |
| 14 | 土 |                | ササミ 1年フューチャーファクトリー |
| 15 | 日 | 生物オリンピック県予選    |                    |
| 16 | 月 | 海の日 化学グランプリ県予選 |                    |
| 17 | 火 |                |                    |
| 18 | 水 |                |                    |
| 19 | 木 |                | 1年進路PTA            |
| 20 | 金 | 終業日、大掃除、ピリオパトル |                    |
| 21 | 土 | OSSフェスタ        |                    |
| 22 | 日 |                |                    |
| 23 | 月 |                | 夏季補習               |
| 24 | 火 | OSSコンソ県外研修     | 夏季補習 1年GTEC説明会     |
| 25 | 水 | OSSコンソ県外研修     | 夏季補習 2年小論文模試       |
| 26 | 木 | OSSコンソ県外研修     | 夏季補習 1年小論文模試       |
| 27 | 金 | 2年理数科課題研究中間発表会 | 夏季補習               |
| 28 | 土 |                | 北予備九大フシ            |
| 29 | 日 | 崇城サイエンスインターハイ  |                    |
| 30 | 月 | ふるさと「しごと」フォーラム | 3年特別補習             |
| 31 | 火 | SSH生徒発表会       | 3年特別補習             |

夏季補習は「やらされる」ではなく「やるぞ」という姿勢で臨もう!

## ふれあい看護体験49名参加

5月12日は看護の日（ナイチンゲールの誕生日）です。毎年、この日の近くで「ふれあい看護体験」が実施されます。今年は、5月14日～24日の期間で行われ、本校から49名の2・3年生が大分大学附属病院などで看護師、助産師、保健師の仕事を体験しました。参加した生徒が提出したレポートを紹介합니다。進路を考える参考にしてください。

### 「ふれあい看護体験レポート」

・看護師になるには看護の知識ばかりが大切だと思っていたが、実際に働いている姿を見ると、コミュニケーション力や観察力など人間性を磨くことも必要だと感じた。「人の為に働く」ということが当たり前で、自分から進んで奉仕するという心をかけて生活していきたいと思った。また常に周りを見て家族や友達の小さな変化にも気づけるようになりたいと思った。今回の看護体験で自分に足りないものがたくさん見つかったし、人間としてまだまだだと感じたので、自分が看護師に向いているかどうかは正直まだ分からない。しかし、自分の無力さと同時に看護師の魅力もたくさん感じ、さらに興味が湧いてきたので、深く調べて明確な目標を見つけたい。(3年・女子)

・自分も小さい子が好きだから子ども病院か小児科で働きたいと思っていました。でも、今回質問させていただいた中で、「子どもが泣き叫ぶ姿を見れない。」「ただ好きなだけでは苦しい。」と書いて、自分は好きという理由だけで選んでいたのを考え直すべきだと感じました。また体験の中でたくさんのカタカナや英語の略語が飛び交っていて、でも自分は全然分からなくて、勉強不足だと感じました。

日頃の自分は、思ってもいないことをズバズバ言ったりして、人を傷つけてしまうことが多々あります。でも病院内にいて患者さんと接すると、自然と笑顔になれて、ここで働きたいと思ったので、自分は向いているのではないかなと思います。(3年・女子)

・私が今回、看護体験に行こうと思った理由は、看護師、助産師、保健師、何になろうか悩んでいるからです。その中で、自分がその職業について最も知らないのが保健師でした。行く前は、悩みを聞くだけという勝手なイメージがありましたが、行ってみてからそのイメージは大きく変わりました。3歳児検診を保健師の方々がやっているということも知らなかったし、母親の悩みを聞いてからは、次どうすべきかアドバイスをしていました。その点において、保健師は、他の人のことを、自分の立場に置き換えて、どれほど思うことができるかという部分が看護師、助産師に比べて、一番強いつ感じました。そして、私が想像していた以上に、子育てについて悩むお母さんは保健師の方に心を許していました。それは、きっと、保健師の方がとても人間性のある人だからなんだと思います。私は、以前、心理カウンセラーになりたいと強く思ったことがあります。私は、人と接するのが好きで、おせっかいな部分があるからです。これは、私の長所でもあり短所でもあります。保健師は、私の性格を十分に発揮できる場所だと感じました。しかし、この体験を通して、自分が3つのうちのどの職業につこうかはっきり決めることができませんでした。むしろ、もっと悩んでいます。ですが、今日の体験は自分にとって収穫の多い体験でした。(3年・女子)



・7私のお母さんも看護師で、今は精神科系の病院に勤めていて、やっぱり精神科などは普通の人とは少し違った方が多くいると思うので、対応も大変だと思うのですごいなと思いました。お母さんが看護師ということもあり、身近な職種ではあったけれど、ふんわりとしか知らなかったけど、今日、チューブを胃に通している患者さんに注射器から入れたとき、急に咳き込みだし、とても驚いてどうすればいいのか分からなくなってしまった。入れたことが関係していないとしても、やっぱり怖い。そういうことも経験できて本当によかったと思う。これから看護の道に進む上で「死」はやっぱり経験すると思う。ちゃんと向き合えるようになりたい。一度、夜、駅のバス停のところで倒れている方がいて、周りの人が胸骨圧迫をしている場面に出くわしたことがある。もし、またそういう場面に出会ったときに何もできないのは嫌だなと素直に思った。私は大学病院などで働きたいと考えていて、今日これを書きながら思ったのは、私は赤ちゃんや小さい子も好きなので大学病院などの小児科などで子どもたちと過ごすのもいいなと思った。断言することはできないけれど、大きな病院でたくさん経験したいです。私は文系からなので限られているかもしれないし、「文系から看護？」など本当によく言われるけど、お父さんにも看護師であるお母さんにもそんなことはないと言われたし、大学に入って看護を学ぶ人はスタートは同じだと思うのでがんばります！目指している大学は結構厳しいかもしれないけど、まだ、私にはのびしろしかないのががんばります！向いているか向いていないかと聞かれたら、私自身は向いていると思っているので、努力できる人間になります。そのために、これから勉強をがんばっていかないと何も始まらないと思うので、自分に厳しく、少し息抜きもしながら後悔することがないようにします。とにかく今は行ける！と思いがんばれる自分になります。(3年女子)

・午前中に病院見学をして、たくさんの職業の方のお話を聞いて、少し気持ちが揺らいだ。”この職業自分に向いているかも”とか”自分は本当に看護師になりたいのか”と思った。でも午後から看護体験をすることで、“私はやっぱり看護師になりたいんだ”と再確認して、絶対に看護師になろうと今まで以上に強く思った。体験の最後に担当の看護師さんから、「人と話すのは好き？」と聞かれた。はじめてこの質問をされて、すぐに「はい」と答えることはできなかった。今まで私は、コミュニケーション能力を上げよう、人見知りを克服しようと頑張ってきたが、看護師に求められているのは、その先なんだと感じた。自分が看護師に向いているかと聞かれると、まだ向いていないと思う。私は看護師という職業に、適性があるからなりたいたいのではなく、看護を学び、人を看護したいからなりたいたいと思っている。だからこれから大学に進学するまでに、はっきりと「人と話すのが好きだ」と言えるように、努力をしていきたい。(2年・女子)

## 第2回学習時間調査より

## 68回生へ、フラスα学習の勧め

6月6日～12日に行った第2回学習時間調査では、68回生の平日の学習は167分でした。これは昨年よりも20分少ない結果です。昨年までは、朝講座の40分を入れていたので今年の1年生よりも多いのは当然ですが、1年生の平日の学習時間の目標は3時間です。1年次の学習は3年次の受験の基礎を作る大切なものとなっていきます。しっかりした土台を作り、その上に自分の夢を拓いていってください。そのために、課題以外にも自分の得意教科をさらに極める学習や弱点教科を克服するための同じ課題を何度も解き直すことなどをやってみましょう。主体的に学習に臨む者が最後は学力を伸ばしていきます。次回の9月の学習時間調査では一皮むけた68回生の姿を見ることのできる結果を期待します。

