



◆夏休みを有意義なものに~自分で考え、判断し、行動する夏~◆

暑い・暑い夏がやってきた。3年生にとっては「天王山の夏」。この夏休みをどう過ごすかが受験の成否を分けることになる。1, 2年生にとっても、まとまった時間が取れる夏休みは苦手科目の克服や得意科目を伸ばしたり、探究活動や将来の進路のためのフィールドワークをしたりするのに絶好の機会となる。すでに学年や各教科の先生方から様々なアドバイスがあったと思うが、ここでも夏休みの過ごし方について、いくつかのポイントを紹介する。

<夏休みの過ごし方のポイント> ※AAR=Anticipation(見通し)・Action(行動)・Reflection(振り返り)

- 「起床」と「就寝」の時間をある程度固定し、規則正しい生活をする。
- 何をいつまでにやるか逆算し「計画」を立てる→周りに「宣言」(自分の「無意識」への刷込み&応援の獲得)→とりあえず「やってみる」→勉強の「量」を確保し、*AARを意識しながら、「質」を高めていく。
- ひとりで頑張ることも大事だが、学校の学習室などを利用して、友達や先輩の姿を見ながら一緒に頑張る。
- 志望校について研究。「過去問」を解いてみる。(1, 2年生も。年内入試を受験する3年生は準備を進める。)
- 家に引きこもらず、外へ出かけて(フィールドワーク・オープンキャンパスなど)、視野を広げる。
- 苦手科目を克服し、得意科目を伸ばす。「やりたいこと」をトコトン深掘りし、「好き」なことを「強み」にする。
- (夏休みの終盤に)成果の確認、目標の達成度・習熟度をチェックする。(始業式後に一斉テストはありません)→全国レベルでの力試し:8/26(月)全統記述模試(&3年生は9月実施の共通テスト模試)

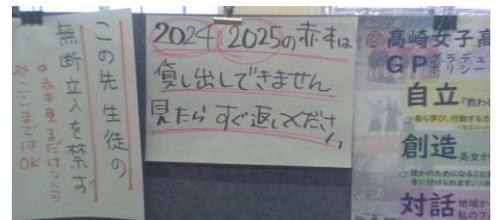
高女の夏休みはちょっと短め?の37日間だが、睡眠や食事時間を除き使える時間は約400時間以上あるはず。夏休みも部活動等で忙しい高女生は多いが、学期中よりは「自由な時間」が増える。主体性をもって過ごそう。

◆夏休みも学習室1&2・進路指導室&進路資料室は使えます◆

夏休み中、学校閉鎖日になる土日祝と8/10(土)~8/15(木)の期間は校舎内に入れないが、それ以外の平日は学習室等を利用できる。進路指導室は進路指導部職員が休みの日は鍵がかかっているが、進路資料室の方はいつでも空いているので、赤本等を借りたり、グループ学習に使ったりしてOK(ただし、エアコンはない)。教室は原則として自習には使えない。学習室が混雑しているなどで教室を使いたい時は学年の先生に相談すること。

<学習室・進路室利用上の注意事項>

- 利用時間は朝8:00~夕16:00まで。(7/22(月)~7/26(金)の集中学習会期間のみ、朝7:30~夕17:45まで・18:00 玄関施錠)
- 学期中と同様に延長利用可(~20:00まで)。特に以下の点注意。
※玄関施錠 17:00※下校時間と交通手段※利用届・名簿記入※
※下足移動・整理整頓※環境美化・空気清浄※省エネ・消灯※安全確保※
- 進路指導室は会議・来客対応時以外いつでも入ってよい(ノックも不要)。ただしついたての奥には入らないこと(写真上)。テーブル上の未整理資料には触らない。本棚の資料は自由に見てよいが、貸出不可・持出禁止(コピー機の所まではOK)。
- 進路指導室前の資料・パンフレット等のうち、複数あるものはもらってOK。
- 進路資料室は常時利用可。ここで勉強等してもよいが、長時間占有禁止。資料は自由に閲覧・貸出可。貸出簿(年度別・右写真)に記入し、1週間以内に返却のこと。
- コピー機は1枚5円(5円玉歓迎)。エラーは先生に通知。用紙補充にご協力を。大量コピーはご遠慮ください。



◆オープンキャンパス・進学セミナー・合同説明会に出かけよう◆

1,2年生は夏のオープンキャンパス参加がHRの宿題になっているはず。もう計画・申込みは済んだらうか。志望大学にはできる限り足を運び、雰囲気を実際に自分の目で見て確かめ、教員・学生の話をして直接聴くと、受験のモチベーションもUPする。三者面談でも進路相談できたと思うが、夏休みを利用してさらに具体的な、生の進路情報を集め、進路目標を定めていこう。人気大学のオープンキャンパスはもう満員になっている所も多いが、志望校以外でも、次の大学のオープンキャンパスは「学べる」「楽しめる」要素があってお勧め。

- 群馬パース大学…医療系では県内最大の学科・専攻を持つ。医療系の仕事やチーム医療研究にお勧め。
- 共愛学園前橋国際大学…8/23(金)高3生限定で面接対策講座あり。志望校でなくても参加OK。
- 神田外語大学…世界の言語や文化を学ぶ空間「MULC(マルク)」いうテーマパークのような施設がある。
- 早稲田大学…8/3・4来場数がすごい、その迫力・多様性に圧倒されるもまた良し。学生街も見えてくるべし。
- 東京大学…8/6・7【オンライン・予約制】で開催。地方高校生を応援する団体「Fair Wind」の企画がお勧め

<オープンキャンパス参加の心得>

1. 動きやすい服装・歩き回れる靴で行くべし(制服でなくてもOK。)
2. A4サイズ以上の資料が入る、大きめのカバンを持って行くべし。
3. 必ず予習してから参加すべし。できれば3大学くらいは参加し、比較検討すべし。
4. 個別相談は積極的に活用す。個別相談しなくても学生・教職員と必ず話をしてくるべし。
5. 見聞きしたこと・感想などを必ず記録に残し「次」のアクションをするべし。



◆校内大学説明会&住友商事 Mirai School を行いました◆

連日大盛況で、来校して下さった大学の方々も、高女生が熱心に参加してくれて非常に喜んでいました。夏休み学習会中の7/24(水)にも早稲田大学説明会があるので、申し込んだ人は忘れずに参加してください(当日参加も若干名ならOK)。なお、各大学が資料を多めに送ってくれたので、結構余っています。進路指導室前に置いてあるので、どんどんもらって行ってください。



※写真は女子大の資料。お茶の水女子大学のパンフレットの表紙が素敵!当日はお茶の水女子大学をはじめ、津田塾大学、東京女子大学、日本女子大学の名門4女子大学が勢ぞろいする贅沢な説明会になりました。来校した大学職員の中に高女のOGもいてビックリしました。

◆夏休み中の進路行事(希望者対象・申込メ切済・忘れずに参加してください)◆

- 東北大学オープンキャンパスバスツアー7/31(水) 集合・出発遅れずに!朝5:00高女発~夜21:30着。
※7/26(金)16:15~16:30連絡・諸注意実施。OG交流調整中(ツアー参加者以外も現地集合で参加可)
- 群馬県進学7校合同・1年生対象東大セミナー 8/25(日)10:00現地集合~16:00現地解散。
- 各種インターンシップ・ボランティア(群馬県庁/ふれあい看護/医師体験/博物館/図書館etc.)

◆進路個別相談承ります◆進路指導室の整理・整頓手伝ってくれる人大歓迎◆

各大学の入試要項やパンフレットが出揃ってきました。赤本(入試過去問集)等も秋にかけて続々入荷します。全部の大学の資料は置けないのですが、使いやすく資料を整理し、直接手に取って閲覧できるよう、夏休み前半に整理・整頓したいと思います。残念ながら常時入れる進路資料室にはエアコンがありませんが、進路指導室はいつでも涼しくしておくのでぜひ一度来てみてください。(進路指導主事出勤日かつ会議や来客がない時のみ)夏休み明けには総合型選抜の出願が始まります。進路相談等も遠慮せずどうぞ。進路指導室の整理・整頓を手伝ってくれる人がいたらありがたや。