

◎ 共テまで残り30日 最後まで全力で走り抜け！

# このままでは終われない

共通テストまで約30日になりました。まだやれることはたくさんありますから、最後まであきらめずベストを尽くしてください。この冬休み期間は全科目のレベルを上げる最後のチャンスです。貴重な残り時間を無駄にすることなく、最後にして最大の抵抗を試みましょう！

不安で心が折れそうになる時もあると思いますが、将来に悔いを残すことのないよう、ここはしっかり耐え抜きましょう。東高校の先生方も、みなさんと一緒に最後まで戦い抜きます。

**特集1** 本番で「自己ベスト」を更新する！

**学力** × **気力** × **体力**

共通テスト本番で、「自己ベスト」を更新し最高の結果を出してほしいと思います。そのためには、残り30日を有効に使って、「学力」に加え、「気力」と「体力」の3つの力のピークを、試験当日にしっかり合わせられるよう調整することが必要です。

**1** 最後は「総合点」の勝負 英数国+理社強化

これまでの模試や授業・課外の「テスト演習」の問題をしっかり復習することが最重要です。ポイントを確認しながら、再度解き直して弱点を強化しましょう。また、英数国は言うに及ばず、今後上昇の見込みの高い「理科・社会」の勉強量を増やし、「総合点」を上げることを目指しましょう。

**2** 心身の健康管理に努める

**コロナ、インフルエンザ、胃腸炎等の感染症予防の徹底**

ここからは、心と体の健康管理がかなり重要です。十分な睡眠と栄養を摂りましょう。特に、コロナやインフルエンザ等の感染症予防も徹底しましょう。また、こころが疲れた時は、無理せず一休みしてリフレッシュすることも大事です。誰かに話を聞いてもらうのもいいでしょう。

**3** 生活リズムを試験時間に合わせる

**休業中の「昼夜逆転生活」は絶対にダメ！**

共通テストの1時間目の開始時間は9時30分。つまり、授業日の1時間目に、頭がフルに働く状態になっていないといけません。ゆえに、冬季休業中は、絶対に「昼夜逆転生活」をしてはいけません。元に戻すにはかなりの時間を要し、心身の健康管理にも多大な影響を与えることでしょう。

## [共通テスト直前・直後の日程]

1月 4日(水)・5日(木)	共通テストプレテスト(河合塾Kパック)
13日(金)	激励会(3校時)
14日(土)	共通テスト 1日目(社会・国語・英語)
15日(日)	2日目(理科・数学)
	(会場:男子…日大工学部 女子…郡山女子大)
16日(月)	自己採点日



## 🌸 国公立大入試(令和5年度)の日程(「一般選抜」の概要)

- 12月 冬季休業中  
三者面談 ⇒ ここで「出願先候補」を決定 ⇒各自で「願書の取り寄せ」・「宿泊手配」
- ↓
- 1月14日(土)・15日(日) **共通テスト**
- ↓
- 1月16日(月) 自己採点 ⇒ 採点結果を分析に出す ⇒約3日で結果が届く
- ↓
- 出願検討会議・面談 ⇒ 一般選抜の「出願先(前期・後期(中期)日程)」を決定
- ↓
- 1月23日(月)~2月3日(金) **一般選抜(「二次出願」)出願期間**  
\*全日程を同時に出願する。出願後の変更は一切できない
- ↓
- 2月25日(土)~ **「前期日程」試験**
- ↓
- 3月1日(水)~10日(金) **「前期日程」合格発表**  
\*前期日程合格者 すみやかに入学手続きをする。(15日(水)まで)
- ↓
- \*前期日程不合格者 くじけず「後期日程(中期日程)」に向かう!
- ↓
- 3月8日(水)~ **「中期日程」試験**
- ↓
- 3月12日(日)~ **「後期日程」試験**
- ↓
- 3月20日(月)~24日(金) **「後期・中期日程」合格発表**  
\*後期・中期日程合格者 すみやかに入学手続きをする。(27日(月)まで)  
\*受験大学が定員に満たなかった場合、28日(火)以降に「追加合格」の連絡が来る可能性



## 特集2 年末年始は進路について考えよう

### 1・2年生へ

# キミは自分の将来と

## 本気で向き合っているか？

年末年始は、1，2年生にとっても、大事な時間です。ぜひ、自分自身の現在の生活を振り返るとともに、将来の進路について考える時間を取ってほしいものです。自分自身で進路に関する情報を収集したり、家族と話し合ったりする時間を設けてください。

また、返却された11月の模試の結果をよく自己分析しましょう。現在の自分の学力状況を把握し課題を見つけ出すべきです。

### 1 進路に関する情報を自分で集めよう

#### ① 「学部・学科」を研究する

大学には様々な「学部・学科」があります。それぞれがどんな学問領域を学ぶところなのか、しっかり理解したうえで適切な進路選択をすべきです。「学部・学科」の選択は、卒業後の「職業選択」に大きく影響していきます。



#### ② 大学受験のさまざまなしくみを学ぶ

「共通テスト」をはじめ、大学受験のさまざまなしくみについて、しっかり学んで理解しておきましょう。3年生になる前に、基本的な大学受験のしくみを理解しておくことは、「進学校」と呼ばれる高校に通う生徒の基本です。特に、自分の志望大学が、どのような「受験科目・配点」で受験を行っているのか、公式WEBサイト等で確認しておきましょう。

#### ③ 複数の大学について調べ「選択肢」を広げる

入試方法、研究内容、ゼミ・実習、学費、資格・免許、就職状況 など

3年生になる前に、複数の大学について調べ、いろいろな角度から比較検討し、将来の「選択肢」を広げておきましょう。WEBオープンキャンパスや説明会に参加し説明を聴いたりすることで、貴重な情報が集められます。入試の方法だけでなく、各大学の「研究内容」、「ゼミ・実習」の特徴、卒業後の「就職状況」、取得できる「資格・免許（特に教員免許種類）」、大学の施設設備、学生の生活状況、学費（授業料等）、大学独自の奨学金などの情報は重要です。また、推薦・総合型選抜の「過去問」を配信する大学もあるので注意しましょう。また、大学調べを行うことで、勉強に対するモチベーションが上昇することも期待できます。

### 2 進路希望や学費について家族と話そう

保護者に自分の考えを伝えるとともに、保護者の意見や要望も聞いておきましょう。また、学費や生活費がどのくらいかかるのか、自分で調べて保護者に伝え、早めに準備をしておいてもらうことも進学には大変重要です。問題を先送りしないで、率直に話し合う時間を取りましょう。

### 3 11月の模試の結果を自己分析し復習をしよう

#### ① 「現実」を受け止め 改善に向けて行動を起こす

模試の結果を謙虚に受け入れて、自分の現在の状況を正しく理解することから始めるべきです。模試の結果は、現時点での自分の「実力」と「全国（志望校）での位置」を教えてください。どうしても「偏差値」、「校内順位」、「合否判定」に目が向きがちですが、それだけでは模試の効果は半減してしまいます。「この成績になった原因は何なのか？」「今後、改善に向けて具体的に何をすればよいのか？」など、時間をかけてじっくり考えてみましょう。

以下に示すような観点で、成績結果を活用しましょう。1、2年生の段階から、自分で的確に自己分析ができるようになるべきです。そのうえで、弱点克服に向けた勉強に取り組みましょう。

#### ◎ 「設問別成績」・「教科バランス」に注目

個人成績表の中の、各科目の設問ごとの成績（「設問別成績」）を確認しましょう。そして、全国平均に対して、自分がどれだけ優れているのか、劣っているのかをしっかりと把握します。特に1，2年生に関しては、「教科バランス」と成績推移に注目しましょう。「国語、数学、英語」の3教科のバランスから弱点を発見し、その推移を見ることで学習方法や学習姿勢を振り返ってみましょう。

#### ② 2学年は 全国的に「3年0学期」に突入する

この冬から「家庭学習」を本格化させる

少しでも基礎学力を上げてから 3年生になろう！

特に、2年生の1～3月の時期のことを大学受験の世界では「3年0学期」と呼びます。もう受験勉強を始めないといけな時期になったということを示しています。現実的に、3学年になってから成績が急上昇し第一志望の国公立大や有名私立大に合格するというのは、不可能ではないけれどもかなり難しいことです。過去の膨大なデータがそれを裏付けています。ゆえに、3年生になるまでに、ある程度の位置まで自分の成績を引き上げておく必要があります。2年生には、冬休みから受験勉強に対する意識レベルを1段階上げて、本格的な家庭学習に取り組み始めることを強く勧めます。

#### [今後の全国模試の予定]

模試を今後の勉強の計画に組み入れ、模試で勉強の成果を確認していこう。

##### 1 学年

・1月14日（土） 1月進研記述模試（英数国）

##### 2 学年

①1月13日（金）・14日（土） 1月進研記述模試（5教科）

②2月17日（金）・18日（土） 2月進研大学入学共通テスト模試（5教科）