



## 将来へ向けて充実の秋とするために



3年生は、10月23日で、大学入学共通テストまで87日。

2年生は、修学旅行を終え、受験生スタートの時期。1年生は、中学生の学習スタイルを、高校の学習スタイルへ進化させる時期。

充実の秋とするためには、学習スタイルを改善することは大切ですが、精神面の課題に立ち向かうことも非常に大切です。

「Benesse High School Online」(ベネッセ)の記事の中に、「SHR 2分間でのコメント集」というものがあります。これは、全国の高校の先生方が、担当する生徒へのメッセージを月ごとにまとめたものです。

読んでみると、各学校、各学年の違いはあっても、これらの想いは、細かいところに差はあっても、我々郡山東の先生方も共通だと思います。

その中の、8月～10月の特集分を掲載しました。生徒の皆さんは、現状を振り返り、自らを奮い立たせて下さい。

### 10月

- ・(文理選択・科目選択・進路選択で迷う生徒へ) 正解を選ぶとするのではなく、**選んだ道を正解**にすればいい。
- ・変化の大きい時代だから、やれることは欲張って**挑戦**しよう。どんな苦勞もたとえ望んだ結果にならなくても、新しい道が開ける。強みになる。
- ・今の**努力**は入試本番で御守りとなります。
- ・迷っているのは**真剣**に向き合っている**証拠**です。安心して下さい。これまでの高校生もみんな迷ってきたこと。テストや文理選択、進路先の決定、すべて迷って当然、悩んで当然。迷って悩んで悩んで悩んで、悩み抜いた先に出した結論であれば、**後は全力**でやるだけ。自分が出した答えが間違いでなかったことを証明するために、**努力**するだけです。
- ・文化祭などの**学校行事**は、多く関わり、多く行動した人のほうが楽しいし、思い出に残る。5年後10年後にも心に残る思い出にするのは皆さんです。

### 8～9月

- ・(新学期など節目の時期に) **学習習慣や生活習慣を改める**のは今の時期が絶好のチャンスです。以前を振り返り生活のスタイルを改善していきましょう。
- ・勉強に足りないのは時間ではない。**勉強に足りないのは努力**である。階段には踊り場があって、踊り場を歩ききらないと階段は上がりません。勉強していても成績が伸びないのは、まだ踊り場を歩いているから。踊り場を歩ききるまであきらめずに努力を続けることが大切です。そうすれば、必ず階段を上る瞬間がくる。
- ・**当たり前のことが当たり前**にできることが、一番尊い。それができる人こそ、周りからの篤い信頼を得られるから。
- ・未来の自分が今の自分を振り返った時に、「**ありがとう**」と言える**行動**をしよう。



- ・(学習習慣、生活習慣を改めたいとき) あなたの行動はあなただけの行動ではない。あなたが変わったら、必ず誰かが見てくれている。宿題を出せた、挨拶ができた、それを続けることができた。それを見て、「あの人もちゃんとやっている。成長している。自分も。」そう思ってくれる人が必ずいるはずだ。あなたがクラスのキーマンだ。**あなたの変化は、みんなの変化につながる。**

秋の飛躍が、入試本番、それ以降の飛躍につながります。

# 大学生から郡山東生の皆さんへ



2年生へ向けて、9月20日に、以下の8人の本校卒業生（大学3年生）を迎え、「先輩講話」が行われました。

その終了後に、8人の方々に「**大学受験を振り返って（良かった勉強法や参考書）**」というテーマで、皆さんに向けてコメントをいただきました。是非、参考にしてください。（第2職員室前に、写真も含め、掲示してあります。）

## 1 後木優奈さん（山形大学 人文社会科学 人文社会科学 グローバル・スタディ）

国語……漢字しっかり、何度も問題を解いて、解く方法、読むスピードに慣れる 数学……何回も問題を解く、問題形式に慣れる  
英語……単語覚える、長文読んでわからない単語・文法を調べて吸収する（参考書）Scramble 旺文社  
理科……基礎をしっかり、何回も問題を解いて解くスピードを上げる  
社会……現代社会は重要なポイントを押さえる（参考書）共通テスト 現代社会 集中講義 旺文社

## 2 布川まりなさん（福島大学 人文社会 人間発達文化 心理学・幼児教育コース）

高校で購入した教科書や問題集を、まずはできるようにしようと頑張っていました。苦手教科だけでなく、得意教科を伸ばすことも戦略の一つだと思いました。また、自習室に夏休みや放課後に通ったり、推薦組が合格して教室が賑やかになったときに、休む時間に弁当を食べて昼休みに図書館で勉強するなど、自分が集中できる場所を見つけると、勉強が捗りました。

## 3 池浦暖乃さん（福島大学 人文社会 人間発達文化 特別支援コース）

化学、生物は、高校で使っていた教科書ワークを徹底的に勉強し直した。日本史は、前後の出来事を覚えたり、事件のきっかけとなる事件、さらにその事件のつながりとなる事件……とつながりを持って理解するように勉強した。学校推薦では、障害についての自分の考えを持てるように、本を読んだり、調べたりした。

## 4 田沼佑太さん（福島大学 人文社会 経済経営）

基礎固めをしっかり行うこと。3教科（国数英）以外に得意な科目を作ること。息抜きはしっかりすること。



## 5 遠藤勇貴さん（新潟大学 法 法）

朝起きて勉強すると、夜自由に活動できるし、朝の方が脳も生き生きしているので効果的だと思います。英単語は、学校の教材を中心に他に買ったものを補完的に使っていました。漢文早覚え速読法←これで自分は漢文得意になりました。イチから鍛える英語長文500←受験の際愛用していました。大学入試で実際に出された長文を中心に学びます。

## 6 石澤綾夏さん（山形保健医療大学 保健医療 作業療法）

共通テストやセンター試験の過去問集、予想問題集（学校で購入したものや、書店で購入したもの）  
単語リストの作成（問題でわからないものをリストアップ） 生物の図表（？）をコピーしてまとめノートの作成 スキマ時間の有効活用（電車や休み時間） 医療系は生物の知識が重要なので受験が終わっても復習した方が良いです。

## 7 菊田尚斗さん（筑波大学 情報 情報メディア創成）

英単語をただやる。教科書をざっと見て忘れていそうなところを探す→どこかにメモを残してまとめておくのも良い。

## 8 佐久間莉央さん（福島大学 理工 共生システム）

通学時間や自習室を利用するのが効果的だった。私は通学に片道1時間かかっていたため、その時間を単語や小テストの勉強の時間にあてていました。スキマ時間の有効活用がお勧めです。また、先生に言われたことを着実にこなしていくことが確実だと思います。先生は大学受験のプロなので、話をよく聞くこと、実践することが大事です。