

令和 7 年度

会津高校 進路だより

発行日
令和 7 年 11 月 6 日
第 7 号
進路指導部発行

日々の学びを確かな学力に

1. 2年生の皆さんは考査まで約2週間となりました。考査対策は日頃の学びの定着をはかる絶好の機会です。どうせやるからには学力が自分の資産として身につくように、受験対策に昇華できるように取り組みましょう。各教科において共通テスト演習が繰り広げられている3年生の皆さんは、日々の演習を考査と位置づけて取り組んでください。以下に学力を資産化する秘訣を紹介します。

秘訣1:知識を「線」でつなぎ、全体構造を意識する

単語や用語を一つずつ覚えるだけでなく、「なぜこの定理が生まれたのか」「この出来事は次に何を引き起こすのか」といった因果関係や流れで覚える。特に理科や社会で、図やグラフ、実験結果と関連づけて理解する。(暗記だけでなく思考力を磨く。)他教科や、日常生活で見聞したこととの関連にまで気づけると強い。

秘訣2:アウトプットの質を高め、「説明可能」な理解を目指す

自分の言葉で論理的に説明できるレベルまで理解力を高める。

秘訣3:繰り返し復習

振り返りの機会が多いほど記憶は定着する。特に間違えた箇所、曖昧だった箇所は何度も確認できるよう工夫する。授業の直後と授業開始直前は絶好の復習タイム。(短時間目を通すだけでも効果あり。)

★限られた時間の中で学習時間を創出すること、集中力が高い状態を維持し、学習の質を高めることも大きな課題です。自分に最適な学習リズムや学習に集中できる場所、方法…。まだ確立していない人は試行錯誤してみてください。

全統プレテストを受験する3年生の皆さんへ

11月22日(土)23日(日)実施の「全統プレテスト」は共通テストの会場である会津大学で実施されます。移動手段、休憩時間の使い方、持ち物…全て本番のつもりで取り組みましょう。受験案内を熟読の上、適切に行動してください。怒濤の模擬試験月間を過ごした皆さんには、これから模擬試験の結果が怒濤のように返ってきます。とにかく一喜一憂しないということを心に留めておきましょう。模擬試験には自分の学力、志望校に合格できる確率をはかると同時に、自分の弱点を知るという大切な目的があります。皆さんは弱点の手当により、受験の当日まで伸びる成長株です。押さえだけ決めたら、あとは第一目標に向けて前向きな努力を重ねましょう。

一般入試で受験する人も、学校型推薦等で受験する人も今が苦しいところですが、それは期間限定、あと数ヶ月しか経験できない苦しさです。悔いの残らぬよう、しっかり向き合しましょう。自分が受験に挑戦できる環境にあること、周囲の応援。自分が当たり前だと思って享受していることは本当に当たり前ですか。そういう視点がある人は受験を成長の糧にできると思います。

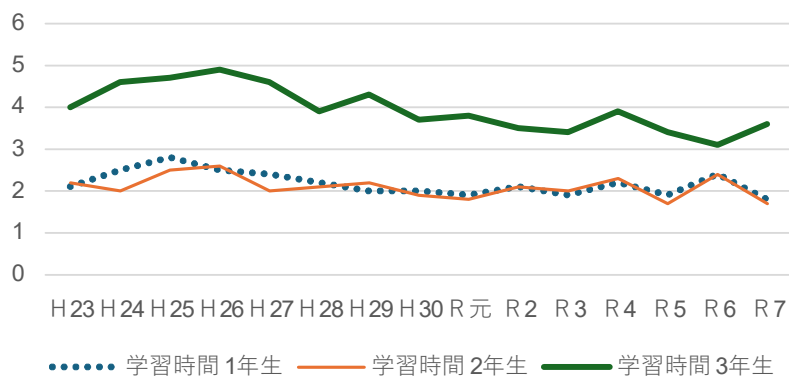
生活時間帯調査(9/25実施)より

		H23	H24	H25	H26	H27	H28	H29	H30	R元	R2	R3	R4	R5	R6	R7	時間
学習時間	1年生	2.1	2.5	2.8	2.5	2.4	2.2	2.0	2.0	1.9	2.1	1.9	2.2	1.9	2.4	1.8	
	2年生	2.2	2.0	2.5	2.6	2.0	2.1	2.2	1.9	1.8	2.1	2.0	2.3	1.7	2.4	1.7	
	3年生	4.0	4.6	4.7	4.9	4.6	3.9	4.3	3.7	3.8	3.5	3.4	3.9	3.4	3.1	3.6	

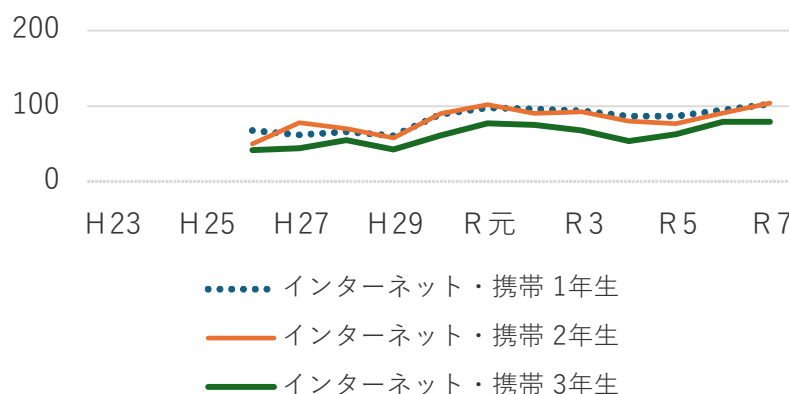
		H23	H24	H25	H26	H27	H28	H29	H30	R元	R2	R3	R4	R5	R6	R7	分
ネット・携帯・インターネット	1年生				67.3	61.8	65.9	60.3	88.9	97.4	95.8	93.6	86.2	86.3	94.8	102.5	
	2年生				49.5	77.6	69.9	57.4	89.6	101.7	90.0	92.3	79.9	76.7	90.5	103.7	
	3年生				41.6	44.1	54.7	42.2	60.9	76.9	74.9	67.4	53.5	62.5	78.9	79.1	

※本校におけるインターネット・携帯使用時間に関わる調査は平成26年からです。

学習時間



インターネット・携帯



前回調査(5/22実施)に引き続き、インターネット(電子書籍・ゲーム・映画・音楽・動画)、携帯(SNS・ライン・メール等)使用時間が各学年とも最長記録を更新しました。

過去15年の調査を振り返ると、会津高生のインターネット・携帯に関わる時間は確実に増加傾向、学習時間は緩やかに減少傾向にあります。特に3年生について減少傾向が顕著です。

社会環境が変化することで生活スタイルにも変化が生じるのは当然ですが、高校で学ぶ者として、質のよい学習時間の確保が重要であるということについては異論がないところでしょう。

インターネット・携帯使用はスマホ使用と置き換えられるかと思いますが、皆さんも知ってのとおり、スマホは単に時間だけではなく、学習の深さも奪うという研究結果が多数あります。(検索エンジンでの安易な答え探しに頼り過ぎることにより、深く思考するプロセスが阻害される。) また、脳への悪影響や、仮に学習時間を確保していたとしても、通知やアプリの切り替えなどによる集中力の中断が学習効果を著しく低下させるということも指摘されています。スマホとの適切な距離をとることは今後の人生においても大切になってくるでしょう。自己管理能力が問われています。