

High aspirations

進路だより第1号

2020年7月20日(月)

佐賀県立武雄青陵中学校 総務部

●キャリア教育講演会について

7月2日(木)本校卒業生の佐賀テレビアナウンサー橋爪和泉さんによるキャリア教育講演が行われました。今回はコロナ対策として、3年生のみが体育館で十分な間隔を空けたイスに座って聞き、1,2年生は教室の電子黒板を通してのオンライン講演となりました。1,2年生は十分な視聴ができるのか、心配されましたが、画面からも講師の熱意が伝わり、生徒の反応も良かったようです。



さて、講演内容は「かちかちサガン鳥栖ができるまで」を具体的に話され、番組制作には知識や技能はもちろんのこと、協働する力や表現力、判断力が求められるということ。また、アナウンサーの仕事は難しいが、責任のある仕事であり、それだけにやりがいを感じるということをお話されました。講演の終わりには生徒の皆さんへのメッセージとして、「目の前のことに全力を」、「好奇心を育むこと」、「言葉を大切にすること」を伝えました。この講演をきっかけに生徒の皆さんが仕事について考えてくれたらと思います。

●Web オープンキャンパスについて

みなさん、オープンキャンパスという言葉を知っていますか？大学や短大などが学校のことを紹介するイベントです。私は毎年、九州大学のオープンキャンパスを楽しみにしています。そこでは大学を卒業した理系の女性が社会で活躍する話を聞くことができ、良い刺激を受けます。その内容について、生徒に話をするのですが、今年度はコロナの影響で構内でなく、web オープンキャンパスを実施するところが多いようです。

ただ、それだけに中学生のみなさんは体験しやすいのではないのでしょうか？いつもは直接、足を運ばなければなりません。中学生のみなさんは高校生の中に参加するのは気後れするかもしれませんが、今回は自宅で体験できます。

具体的な進路のビジョンは明確でないかもしれませんが、自分の人生に大きな影響を与えるだけに積極的に参加してみてください。自宅で環境が整っているところはもちろんですが、図書館でも時間制限がありますが、利用できます。以下、いくつかの大学を紹介します。

- 九州大学 実施日は未定だが、オンライン配信型で実施。
- 佐賀大学 実施日は未定だが、オンライン配信型で実施。
- 熊本大学 「バーチャル・オープンキャンパス」を8月に実施。
- 大分大学 インターネットを活用して9月頃に実施
- 東京大学 実施日は未定だが、オンライン配信型で実施
- 京都大学 インターネットを活用して8月頃に実施
- 大阪大学 6月から8月まで実施中

他にも多くの大学が実施しますが、ホームページで随時、発表しています。事前申し込みが必要であったり、対象者が高校生のみのところもあるようです。気になる大学はこまめにチェックしてみてください。

●夏休みの学習法

もうすぐ23日の夏休みが始まります。いつもと比べて自分の時間が作りやすくなります。さあ、この夏休みを有効に活用し、2学期が迎えましょう。先輩から、夏休みの学習を成功させる5つのポイントを紹介します。

①規則正しい生活をする

夏休みだからといって、夜更かししたり、計画的に取り組めず、提出日ぎりぎりになってから徹夜で課題をしたりして体調を壊してしまう人がいます。「夏を制するものは受験を制す」の格言どおり、誘惑や自由な時間が多い夏休みにセルフコントロール（自律）ができる人は、目標達成に向けて計画的に取り組むことができます。起床時間や就寝時間を決めれば、「学習できる時間」も決まるはずです。まずは、規則正しい生活をおくりましょう。

②無理のない学習計画を立てる

「計画倒れ」という言葉があるように、計画的に学習に取り組もうと計画を立てても、実行できなくては意味がありません。アドバイスとしては、1週間スパンで計画を立て、その週の土曜日か日曜日に何も予定を入れない日を1日作っておきます。学習計画の「調整日」を最初から作っておけば、計画から遅れた分の学習を「調整日」を利用してやり終えることができます。絶対に次の週に未消化の学習を残さないようにしましょう。

③苦手科目の克服・1学期の復習を中心におこなう

夏休みに必ずやっておきたいのが「苦手教科の克服」です。普段は時間をかけてじっくり取り組めない教科に腰を据えて取り組みます。ただ、漠然と全体を学習するのではなく、模試の結果からわかる得点できていない分野や、成績が下降したときの学習分野に的を絞って取り組むことを薦めます。まずは的を絞りましょう。

④場所を変える

自分の部屋で、どうしてもやる気が出ないときは、図書館や集中できる静かな場所で学習することも気分転換になります。ただ、一番長く学習するのは自分の部屋であることを忘れず、自分の部屋を学習できる環境に変えましょう。

⑤適度な息抜きをする

学習を長時間すると、集中力がなくなって「実のある学習ができなくなります。自分なりの「適度な息抜き」をみつけるのも効率よく学習するコツです。ただ、息抜きの時間をゲームやタブレット、テレビなどは脳が疲れてしまい、その後の集中が続かなくなると言われています。それに、学習の切り替えもうまくいかないようです。息抜きはゆったりと何も考えずに休む方が効果的です。

⑥記録をつける

例えば、SDノートに「今日やりたいこと・・・宿題を3ページする。今日のやめたいこと・・・ゲームを30分以内にする」などを書いて。その日の夜にどのくらい達成できたか、10点満点で点数をつけます。これを続けるだけで勉強への取り組みが大きく変化します。