

舟入高校第1学年 進路だより No. 2

学習方法・時間の使い方を自分でマネジメントしよう

休校期間に入って約1週間経ちました。皆さん、自宅での過ごし方は計画通りにうまくいっていますか。舟入高校生としての学習習慣を確立してしまう前に休校、自宅学習となってしまうまいので、皆さんは例年の生徒より一足先に「自律した学習者」にならざるを得ないことになりました。戸惑っている人もいるとは思いますが、これは考えようによってはチャンスです！時間をどう使い、どのように学習計画をたてて、どのようにしてモチベーションを保って集中するか、自分で自分をコントロールする。このマネジメントの力は人生においてとても重要なものです。ぜひ、この経験を活かして「自律した学習者」になりましょう！

自宅学習を成功させるポイント

- 1) 三点固定 起床時間・学習開始時間・就寝時間 この3つの時間を固定することでリズムを作る。
- 2) 集中する時とリラックスする時の緩急をはっきりさせる。
決めた時間に集中して学習をした後はしっかりリフレッシュしよう。リフレッシュしたらまた集中しよう。
- 3) 記録をとって、自分の学習スタイル・内容を振り返って次の目標をたてる。
がんばったところは自分でそのがんばりをしっかり誉めましょう。

休校期間中、自宅での学習リズムを保とう！

目標：「平日6時間、休日3時間 ⇒ 週36時間の学習時間の達成」

文理選択について少し考えてみよう

普通コースの皆さんは2年次からは文系・理系のどちらかのクラスで学ぶことになります。これは主に進学したい大学の学部によって選ぶのですが、(入試科目が文系科目中心・理系科目中心となります)文系クラスに進むと数学の勉強がいらなくなるとか、理系クラスに進むと国語の勉強がいらなくなるとかいう意味ではありません。大きな違いは、文系クラスは社会(地歴公民)を2科目、理系クラスは理系科目(物理・化学・生物)を2科目より重点的に学習するという点で、国語(古典も含む)、数学、英語の3科目はほぼ同じ比重で学びます。1年次で学んでいる内容は文理関係なく全員にとって重要な内容です。

得意・不得意な科目もあるかもしれませんが、得意な科目はやりたい内容にどんどん積極的に取り組んでさらに得意に、不得意な科目はどんどん先生に質問して復習して苦手意識を吹き飛ばすようにしていきましょう。夏休み前には文理どちらを選択するかを考えてもらいます。純粋に自分の将来の夢に近い文理選択ができるよう今から少しずつ考えていきましょう。

大学 学問分野かんたん解説

主な学部ですが、今後新しい学部・学科が増えることもあります。

【文系】

- ・人文科学 ①日本文学 ②外国文学 ③史学・地理学 ④哲学・倫理・宗教学
⑤心理学・行動科学 ⑥文化・教養学 ⑦人間科学 ⑧外国語学 ⑨日本語学 ⑩言語学
⑪教育学 ⑫教員養成 ⑬美術・デザイン・芸術学 ⑭音楽
- ・社会科学 ①法学 ②政治学 ③経済学 ④経営学・商学 ⑤経営情報学 ⑥社会学 ⑦社会福祉学
⑧環境学 ⑨観光学 ⑩マスコミ学 ⑪国際関係学 ⑫情報学 ⑬メディア学

【理系】

- ・理・工・農学 ①数学 ②物理学 ③化学 ④生物学 ⑤地球科学 ⑥機械工学 ⑦航空・宇宙工学
⑧電気・電子工学 ⑨通信・情報工学 ⑩建築学 ⑪土木・環境工学 ⑫材料工学
⑬応用物理学 ⑭応用科学 ⑮生物工学 ⑯資源・エネルギー工学 ⑰経営工学
⑱船舶・海洋工学 ⑲農学・農芸化学 ⑳農業工学・林学 ㉑農業経営学 ㉒獣医学
㉓酪農・畜産学 ㉔水産学
- ・医・歯・薬・家政 ①医学 ②歯学 ③薬学 ④看護学 ⑤医療技術 ⑥保健・福祉学 ⑦食物・栄養学
⑧被服学 ⑨児童学 ⑩住居学 ⑪生活科学 ⑫スポーツ・健康科学



進路について考えることのスタートは「自分とはどういう人間か」という問いかけです。知っているつもりでも実は自分のことをよく分かっている人は少ないです。高校生の時は変化の途中ですから、なおさらです。自分は何に興味を持っているのか、なぜ興味がわくのか、何をすると満足感を得るのか、何が気にかかるのか。時々、自分に問いかけてみてください。答えは自分の中にだけあります。

Life is happening for you, not to you.

「人生はあなたに降りかかっているのではなく、あなたのために起こっているのです。」

これはアメリカのコーチングの著名人アンソニー・ロビンスの言葉です。今、大変な時期ですが、この災難をどうとらえるか、考え方で人生への向き合い方も変わってくると言えます。

原文の英語表現に少し注目してみてください。"for you" と "to you"の違いに気づきましたか？

"to"は「～へ向かって」という意味ですが、方向性のない動詞(happen)と一緒に使われる場合は「被害者意識」を表します。つまり「人生でいやなことが自分に降りかかってしまった」ということを表します。

一方、"for"は「～のために」という意味なので「人生の出来事は私のために起きているのだ」ということになるのです。ちょっとした前置詞の使い分けでこんなに意味が違ってくるんですね。前置詞には苦手意識のある人が多いと思いますが、いろいろ辞書やネットで調べると面白い発見がありますよ。

今こそ、豊かな勉強をするチャンスです！

