

● **正念場の秋** 来たる あきらめるにはまだ早い しがみつけ

全国の受験生に弱気の「秋風」が吹き始める時期  
 → こういうときこそ「強気」で攻める 苦しい時に「真価」が問われる

★この夏の結果はすぐには出ない。すぐに出る結果は真の実力ではないと考えよう。焦るな。

◆◆「今できることを全力でやる」◆◆ (大橋悠依選手のことば 競泳 2020)

東京オリンピック 金メダリスト 2冠 NHK番組「まわり道の先に咲く花は」で紹介 )

共通テストまで **137日**

【9月行事予定】

日	曜	行 事	SC	食堂パン
1	水			○
2	木	生徒素点等確認 共通テスト説明会(3年)		○
3	金		○	○
4	土			
5	日			
6	月			○
7	火			○
8	水			○
9	木			○
10	金	考査日程発表	○	○
11	土	第1回ベネッセ駿台マーク模試		
12	日	第1回ベネッセ駿台マーク模試 第3回小論文模試		
13	月			○
14	火			○
15	水			○
16	木	共通テスト志願票提出〆切 できるだけ早めに		○
17	金	考査週間	○	○
18	土			
19	日			
20	月	敬老の日		
21	火			○
22	水	大掃除		○
23	木	秋分の日		
24	金	第2回考査	○	
25	土			
26	日			
27	月	第2回考査		
28	火	第2回考査		
29	水	第2回考査		
30	木	第2回考査		

●共通テストに向けて準備開始9月2日(木)説明会

いよいよ受験シーズンが本格的にスタート。「受験」は「出願」からが始まりです。緊張感をもって臨んでください。

①期日を守る(ギリギリは不可、早めに完了) この出願は学校単位です。メ切厳守です。

②丁寧にミスなく記入する(繰り返し見直す) 「志願票」の記入と「受験料」の振込がセットです。

●夏の終わりに 3学年夏休み 学習時間 週平均(集計分) 目標1日14時間(週98時間)

・7/26~ 53時間 8/2~ 58時間 8/9~ 59時間 8/16~ 59時間 学年平均57.2時間

★★上記4週間計で最大の学習時間の人…384時間(1週平均96時間)

◆夏休み明け ココロの4大トラブルへの対処◆ 以前の『蛍雪時代』からの記事の紹介です

1 計画通りに進まない→軌道修正。具体的に「問題集」と「問題番号」を決めよ

2 自分のレベルが見えない→逆転合格はこれから。「模試」と「過去問演習」で自分のレベルと向き合う

3 苦手が克服できない→苦手は得意でサンドイッチ 最後に「好き」があるから頑張れる

4 孤独な気持ちになる→やる気とルーティンをシェアする生活習慣に関するルーティン(登校時間など)を共有する

★「悩む」はただつらい状況です。同じことを何回も考えてしまっている、堂々巡りの状態です。一方、「考える」

はつらい状況を脱却するために、具体的な対策を考える事です。つらいと感じたら、「今自分は『悩んでいる』の

か『考えている』のか」と自問してください。「悩む」のではなく、「考え」て自分なりの解決法を作っていきましょ

う。(プラスティ教育研究所 清水章弘氏)

◆心を整える7つの習慣◆…今回はそのうちの3つ。残りは自分で考えてみよう。

1 机の上を綺麗にして背筋を伸ばして授業に臨む。身体を整えることが心を整える。身体が先です。

2 受験科目かどうかに関係なく全ての科目に全力で取り組む。…心が整っている人は、余裕がある

ように見える。堅実でミスが少ない人はこういう人。

3 自分・友だち・先生に「小さな宣言」をする。…友だちや先生を自分のサポーターにしてしまえる人

は強い。「宣言」が退路を断って、実行力を高める。自分と「約束」することです。