

勝負の夏、そして「自分を育てる夏」へ！

いよいよ中学校生活最後の夏休みが近づいてきました。部活動の集大成となる大会やコンクールに向けて全力で取り組んでいるところです。

よく「夏を制する者は受験を制する」と言われますが、これは単に「夏休みに猛勉強しなさい」という意味だけではありません。まとまった時間が取れるこの約40日間で、「自ら計画を立て、実行し、振り返る」という自学自習のサイクルを確立できるかが、秋以降の飛躍に大きく関わってくるからです。焦る必要はありません。充実した夏にするためのポイントを次のとおりまとめました。ぜひ参考にしてください。

① オープンスクール・学校説明会への参加

夏休み中は、多くの高校でオープンスクール（体験入学）や学校説明会が開催されます。「百聞は一見に如かず」です。パンフレットやインターネットの情報だけでは分からない、学校の雰囲気や生徒の様子、通学ルートなどを直接肌で感じることができる貴重なチャンスです。

＜チェックポイント＞

- 通学時間はどれくらいか？（毎日通えるか）
- 校舎や設備の雰囲気はどうか？
- 先輩たちの様子や挨拶はどうだったか？
- 自分がここで学んでいる姿が想像できるか？

② 1・2年生の「総復習」のラストチャンス

入試問題は、1・2年生で学習した内容からも出題されます。秋以降は3年生の新しい学習内容がどんどん進むため、まとまった時間を過去の復習に充てられるのはこの夏休みが最後だと思ってください。苦手な教科や単元から逃げず、まずは「基礎・基本」を徹底的に固めましょう。難しい問題集に手を出すよりも、これまで使ってきたワークや教科書を完璧にすることの方が効果的です。

③ 「朝型」の生活リズムを崩さない

学校がないからといって、夜更かし・朝寝坊をしていては学習効率が下がります。実際の入試は朝から行われます。脳が一番スッキリしている午前中を「学習のゴールデンタイム」と位置づけ、毎日決まった時間に起床し、机に向かう習慣を継続しましょう。

保護者の皆様へ

夏休みは、お子様が自分自身の将来とじっくり向き合う大切な期間です。保護者の皆様には、お子様の「〇〇高校に行ってみたい」「こんな勉強をしてみたい」という主体的な思いに耳を傾けていただき、温かく見守りながらサポートをお願いいたします。オープンスクール等へも、可能な限り一緒に参加していただき、ご家庭での話し合いのきっかけにいただければ幸いです。また、夏の暑さやプレッシャーから体調を崩しやすい時期でもあります。規則正しい生活習慣の維持と、健康管理へのご配慮をよろしくお願いいたします。