



自学進取

◆高校最後の夏スタート～学習計画を作ってみよう◆

十分な時間ができると、なぜかあっという間に時間が過ぎてしまうことはありませんか。「あー何をして過ごしたんだろう？今日の午後は…？」一番やってほしいのは英語だよと言いたところですが、やるべきことが盛りだくさんな皆さんだからこそ、見通しを立ててみましょう。だけど、その前に、合格し大人になってどんな仕事についてどんな生活を送るのか？今思い描ける自分の将来を想像してから計画を立てよう。

① この夏全体の計画＝夏休みに何をするのか（すべきか）

何をすべきか優先順位を付けたいところ。とりあえずやるべきことを書きだして、切羽詰まっているものから番号を付けていこう。やりたいことではなくてやるべきことです。その場合は「英語」「日本史」「物理」といったざっくりしたやりたいことから「英単語ワードボックスを3周する」など具体的にやらなければ！と思うことを書きだしましょう。

② 1週間くらいの計画＝いつ、何をするのか

1週間分の計画を隙間なく立てるのは計画倒れに陥る原因に。6日分の計画を立て、調整日を1日設けて計画の微調整ができるようにしよう。この調整日で取り戻すことができるとほっとしますよ。

③ 1日の計画＝毎日どのくらいの分量をこなすのか、そして、どの時間に何をするのか

やると決めた問題集が何ページあって何日でこなしますか？何時に起きる？どこで勉強する？家で集中できるのか、学校の図書館か？晴れの日や雨の日、午前中はここ、課外のついでに自習室、などと決めておくと、毎日行き当たりばったりではなくなると思います。午前中には苦手科目、午後には得意な科目。登校したら英単語帳を眺めるといった時間と場所の割り振りをざっくり決めて、やるべきことを割り振っていきましょう。

受験生として夏を迎える皆さんならもう計画は立てていると思いますが、この夏は行き当たりばったりではもったいない。あまりキチキチした計画では実行不可能に陥りますのでざっくりした見通しを立てましょう。総合型にチャレンジする人は出願書類を取り寄せ、書類を開いて1つ1つどういふものなのか見てみよう。規則正しい生活をして健康に注意して充実した夏休みを過ごしてくださいね。下のお守りはステッカー屋さんで子どもと見つけたいろいろ効くやつ。全員が充実した夏になることを祈っています。課外も一緒に頑張りましょう！

◆夏季休業を迎える前に、やるべきことを再確認しましょう◆

- ① 教室の机、ロッカーの中が整理されている。
- ② 夏季休業中にやるべきことが書き出されている。
- ③ 課外の予定がわかっていて、持ち物の準備ができています。
- ④ 夏季休業中の緊急連絡先がわかっている。
- ⑤ 夏季休業前の提出物・提出書類（ハンコ回りを含む）は提出されている。



◆7月後半◆

日	曜	行 事
23	水	夏季休業 課外Ⅰ期～25（金）
25	金	全統共通テスト模試（PM）
26	土	全統共通テスト模試（終日） 山梨県高校生探究合同発表会
28	月	課外Ⅱ期～30（水）

※第2回定期試験 9月8日（月）～12日（金）です。9/10（水）は8/24（日）の代休です。

都留高等学校【3年次直通】

0554-22-3127

◆8月◆

日	曜	行 事
13	水	閉庁日～15（金） 学校は閉まっています
18	月	課外Ⅲ期～20（水）
21	木	全統記述模試（終日）
22	金	全校集会、LHR、進路ガイダンス、 進路希望調査 12時終了予定
24	日	オープンスクール
25	月	年次集会、服装検査、LHR 3、4校時の授業、小論文講演会（PM） 14:30 終了予定（昼食必要です）
29	金	推薦受験希望者ガイダンス