

進路だより みちしるべ



令和4年2月18日発行 第19号

いよいよ入試直前！何をすればいい！？

入試というものはいろいろな不安がつきものです。「やばい、まだあれを勉強してない……」「隣の子、頭良さそう……」「時間配分間違えた……」「なんかお腹痛くなってきた……」こんな不安に苛(さいな)まれているとき、諦めずに最後まで頑張れるようにするためには、今まで『やってこなかったこと』ではなくて、これまでに『やってきた』ことを振り返ることです。それが自分自身の自信の根拠になるのですから。

◇前日編



1、前夜の勉強はほどほどに

なまじ難しい問題に手を付けて、それができなかったとき焦りと不安ばかりが大きくなっていきます。重要事項の見直し程度にとどめて、早く寝ることを考えましょう。

2、準備は前夜のうちに

翌朝は、心身ともに忙しいので持ち物は夜のうちに揃えておきましょう。

3、睡眠をしっかり取る

人間の頭がすっきり働くのは目が覚めてから3時間後だと言われています。試験開始の時間から逆算すると何時に寝ればよいのでしょうか？

◇当日編

1、余裕持って出発しよう

電車が遅れたり、道に迷ったりしても焦らずすむように30分程度の余裕をもって出発時間を設定しましょう。ただし、早く着きすぎてしまう場合も考えた防寒もしっかり。



2、試験会場に着いたら校内図を確認

トイレの場所を探して校内を迷ったり、見つけても最後の方で大混雑になっていたら時間ももったいないです。また、試験会場、面接会場、待機場所が違う場合も多いです。最初に確認しましょう。

3、直前の見直しは基本的なものを

難しい問題等を見てしまうと不安は増すばかりです。基本事項のチェック程度にとどめて気持ちを落ち着かせましょう。



◇本番編

1、解答用紙を配られたら名前を書く

2、休み時間は次の教科の確認

前の試験の答え合わせはやめましょう。できていないところばかり目について不安が増すだけです。

3、できる問題から解いていこう

解けない問題に立ち往生していると焦りの循環に陥ります。できる問題を先に解き、難しい問題にはじっくり取り組みましょう。

4、終わったらくよくよ考えない

何よりも終わってしまったことに対してはリセットすることが大切です。

◇持って行くと便利なもの

- ハンカチ、ティッシュ
- 水筒
- 使い捨てカイロ
- 着替え、くつ下（悪天用）
- 面接ガイド
- 緊急の電話代、交通費など

◇必需品

- ～持ち物チェック～
- 受験票 制服 健康観察シート（2日分）
 - 筆記用具（筆箱の中身は大丈夫？） 勉強道具
 - 三角定規、コンパス類 交通費 生徒手帳
 - 上履き 腕時計（計算機能のないもの）
 - 弁当（必要ならば） 着替え（実技があるならば）

受験界に漂う格言・名言集

～不安な気持ちがあるあなたに一つでも当てはまれば～

- ・努力にかなう天才なし。
- ・天才は1パーセントのひらめきと99パーセントの努力である。
- ・七転び八起き。
- ・現状維持では成長していない。
- ・模試のA判定より合格通知。
- ・いつやるの？いまでしょ！
- ・今頑張れない奴は一生頑張れない。
- ・体力の限界はあるが頭の限界はない。
- ・やる気が出るまで待ってはいけない。まず行動を起こすことだ。
- ・解ける問題しか出題されない。
- ・夢は逃げない。逃げるのはいつも自分。
- ・合格は満点を取ることではない。
- ・できない理由をさがすな、できない理由はいくらでもある。
- ・努力の前に成功がくるのは、辞書の中だけである。
- ・諦めたらそこで試合終了。
- ・今居眠りすれば、あなたは夢をみる。今学習すれば、あなたは夢が叶う。
- ・あなたが無駄にした今日はどれだけの人が願っても叶わなかった未来である。
- ・時間は常にたっぷりある、うまく使いさえすれば。
- ・未来が見えないのは暗いからではない。眩しすぎるからだ。
- ・合格したからといって未来が約束されるわけではないが、合格するまでの努力と経験は未来でも必ず役に立つ。
- ・最大の敵は自分自身だ。



頑張れ我孫子中生！