



# じりっ「自律と自立」

指 宿 高 等 学 校  
進路指導部 第 2 号  
発行日 H30. 5. 1 (火)

## 「2週間後の5月15日～中間考査 始まる！！」～今からを変えよう

5/3～5/6の連休が終わると、今年度最初の定期考査を迎えます。学習サイクルや生活のリズムは確立できていますか？日々の宿題やGWの課題に手をつけていないままの人はいませんか？スマホに振り回される生活や、部活動をして1日が終わってしまう生活を送っていませんか？何か1つ、毎日できる、小さな目標を立てて、継続しよう。例えば、「帰宅後、まず10分机に向かう」・「行きのJR車内では、必ず何かを覚える」・「早朝登校して学習する」等……。

意識を変えれば、行動が変わります。 目標を定めると、今何をすべきかが分かり、これから先何を続けていくべきかが見えてきます。行動を変えれば、習慣が変わります。

『真夏の方程式（東野圭吾）』という本があります。以前、福山雅治が演じる湯川学でお馴染みの、ドラマや映画になったガリレオシリーズです。その中で、宿題を嫌がる子供に対する湯川学の一言を紹介します。

「この問題を、君はいつか自分の力で解かなければならない。解けないままで大人になろうとすると、いろんな局面で苦労することになるぞ。だったら、今解けるようになっておけばいいじゃないか。」

何に優先順位をつけて、何を我慢するのか。習慣を変えて運命を変えよう！

## 「AO入試、推薦入試とは？」～「+<sup>α</sup>」を評価してもらえるチャンス！

皆さんは、センター試験や国公立個別試験を乗り越えられるための学力をつけられるよう、日々の授業や学習に取り組まなければなりません。「大学全入時代」と言われますが、国公立大学においては相変わらず倍率は高いと言わざるを得ません。

大学入試には、「一発勝負」である一般入試とは別に、「AO入試」と「推薦入試」があります。受験資格・条件は各大学によって異なりますが、大まかに言えば、「学力+α」を評価してもらえる受験です。国公立大の「AO」と「推薦」、2つの入試システムについて簡単に示します。

	AO入試	推薦入試
評価内容	各大学の「アドミッション・ポリシー（求める学生像）」に適しているか。	一般入試と違い、学習状況や課外活動など日頃の努力を評価する。
求められるもの	学力だけでなく、「その大学で学びたい」という受験生の意欲や熱意。高校での実績。	評定平均値に基準があることが多い（＝学力が要求される）。
学校長の推薦	原則不要。	必要。（校内の推薦委員会で審議。）
選抜方法	志望理由書・調査書・小論文・面接が多いが大学によって様々である。	書類審査（推薦書・志望理由書・調査書など）・小論文・面接・口頭試問が主体。
出願時期	8月～10月でかなり早く、試験実施日が異なるので複数受験が可能である。	10月～。センター試験を課す場合があり、その場合推薦入試は2月頃行われる。
その他	AO入試に不合格の場合、推薦入試に挑戦することもできる。	国公立の推薦は <u>一回しか受験できない</u> 。

※AO入試、推薦入試の内容は、国公立大や私立大によって異なります。

# 「評定平均値?」「+αって?」 ~知っておきたい入試の知識

## 〔評定平均値とは?〕

「評定」とは、定期考査の結果や授業態度、課題の提出状況などをもとに総合的に評価したもので、通知表に載っている「5・4・3・2・1」のことです。

1年次から3年次のすべての科目の評定の合計数をすべての科目数で割って、小数点以下第2位を四捨五入して求めた数値が3年間の「評定平均値」となります。3年生の場合は1学期末に出される仮評定が使用され、出願時に提出する「調査書」に記載されます。この調査書は一般入試を含む、すべての受験で必要な書類です。

A	5.0 ~ 4.3
B	4.2 ~ 3.5
C	3.4 ~ 2.7
D	2.6 ~ 1.9
E	1.8 ~

また、評定平均値は左記のように A~E の5段階で成績概評として示されます。

AO入試や推薦入試の出願条件として、成績概評 A 以上を求める大学も少なくありません。学校長が特に優れていると認めた場合は⓪をつけることができますが、その⓪を条件とする大学もあります。

評定は上記の通り、定期考査の結果や授業・課題の取り組み状況がもとになります。言わば「毎日の積み重ね」の証です。気を抜い

てもよいテスト、適当にやってもよい課題は、一つもないということを心に留めて、毎日の学習に励み、1回1回の考査を大事にしましょう。そして、新年度スタートである1学期の中間考査が、いかに大切であるか自然とわかってくるはずですよ。

## 〔「+α」って何だろう?〕

AO入試や推薦入試では、受験生の学力だけでなく、それ以外の部分(+α)を評価し、合否の判断材料としています。その時に重視されるのが先にも述べた「調査書」です。

調査書には、その生徒がどのような学校生活を送ってきたかが分かるよう、成績以外にも出欠状況、特別活動の記録などが細かく記載されます。部活動や生徒会活動、検定の取得など、様々なことに取り組みれば取り組むほど、記載内容は増えることとなります。逆に、特に何も取り組んでいなければ、調査書に何も書き込めず、空欄のままとなります。AO入試や推薦入試では、調査書の内容をそのまま点数化したり、面接時の参考資料としたりするので、調査書の記載が豊富な受験生ほど有利になるというわけです。学力以外として、以下のようなことが挙げられます。

- 部活動での実績
- 校外のコンクール、コンテスト等の入賞実績
- 継続的なボランティア活動
- 総合的な学習の時間「柏葉」で取り組んだ課題研究やそのレポート
- 高校時代に取得した検定・資格（英検・数検など）
- 生徒会活動（執行委員、専門委員会など）
- 職場体験や国際交流などの諸活動

3年生になってから、1・2年次の調査書を、書き換えることは出来ません。早いうちから、充実した高校生活を送ることが、そのまま調査書の充実に繋がるのです。

## 「自己管理ができる人になろう」←例外を作らない!

入試で問われている隠れたテーマは「自己管理能力」だと思います。自己管理とは、自分の弱い部分を知り、周囲に振り回されない自分を保つことです。大リーグのイチロー選手は、この自己管理能力が高いのです。自己管理術としてルーティンが挙げられます。帰宅・学習開始・就寝・起床の時刻を固定し、ルーティン化すると、わずかな違いに気づき、学習の質や量を調整でき、自分の成長へ繋がります。