Fly High !

進路だより　　11月号
2024年11月21日（木）
東京都立府中西高等学校　進路部
生徒・保護者の皆さんへ

いよいよ 大学一般選抜

いよいよ大学の一般選抜が近づいてきました。

出願は早いところで12月中旬から始まり、締切は1月下旬というところが多くなっています。第1志望は決まっている人が多いと思いますが、そろそろ併願校も固めていきましょう。

併願校の選び方

まずは、第1志望の受験方法を決めます。「学部統一」「A日程」など様々な方法がありますが、最も自分の力が発揮できる方法を、できるのであれば複数選びます。共通テスト利用は難しいとされてきましたが、昨今平易化してきており、**第1志望でも共テ利用**での合格は珍しくありません。挑戦する価値はあります。

第1志望の受験方法が決まったら、入試日程をカレンダーに書き込みましょう。

次に、併願校を考えていきます。原則として、まず

・第1志望と同じ分野が学べる
・第1志望と同じ科目で受けられる

大学を複数挙げてみましょう。これまでの模試の結果用紙やインターネットを使って調べます。そして受験方法を考えていきます。その際、**第1志望の受験の妨げにならない**よう日程を組むことが大切です。また、**連続した受験は2日が限度**と言われています。

受験の順番も工夫しましょう。**初日に第1志望校はやめた方が良い**です。「緊張して手がふるえた」「頭が真っ白になって、力が発揮できなかった」など、初めての入試はとにかく緊張するもの。だんだん腕ならしをしていき、最後に第1志望校というのが理想的な組み方かと思います。

受験料もかなりの出費となります。通える大学は1つだけ。お家の方とよく相談し、受験校を決めましょう。

これからの時間の使い方

勉強を進めていく中で、だんだん焦ってきて「授業が落ち着いて聞けない」「家で受験勉強をやっていたい」という気持ちになる人もいるかと思います。しかし、よく考えてください。もしここで学校を休み始めたらどうなるか。「まずは睡眠不足を解消して・・・」なーんて、とりあえず朝ゆっくり寝てから勉強するリズムになる可能性大です。それだと、早朝から行われる肝心の入試本番に寝ぼけまなこで受験するハメになります。

焦る気持ちはよくわかる。でもそれは、全国の現役受験生がみんな感じていることです。その焦りと闘いつつ、みんな勉強している。そのことを忘れないでください。毎朝学校に行き、友達と授業を受ける。気づかないかもしれませんが、**このルーティーンが大きな精神安定剤となります**。3年生の授業最終日まで、きっちり学校に来ましょう。毎日友達に会い、「自分は一人じゃない」と実感しながら、受験までの学校生活を落ち着いて過ごしてほしいと思います。ちなみに、自宅学習期間になっても、**朝起きる時間は絶対に遅らせない**ようにしましょう。早朝に起きて活動する、というリズムを大切にしてください。

赤本の貸し出しやってます

赤本は、新しいものは職員室、その前のものは進路資料室にあります。共通テスト対策や看護医療系の問題集も用意しています。

借りる時は、進路部か3学年の先生に声を掛けてロッカーを開けてもらってください。1泊2日で貸し出しています。ぜひ活用してください。