

都立上野高校  
進路通信12年版  
羅針盤第5号



令和5年9月6日(水)  
都立上野高校進路指導部  
「自主協調・叡智健康」

## 12年生のみなさん、1学期の期末考査を振り返り、2学期は大きく飛躍しましょう！

12年生のみなさん、夏休みが終わりました。今年の1学期は、去年と違って、普通に授業や行事が行われ、学期末には期末考査・ベネッセ模試が行われましたが、事前の目標に向けてベストを尽くせたでしょうか？

### 1学期期末考査での失敗チェックリスト

- 緊張感が持てず、取りかかりが遅れた。
- 気持ち先走り、深夜まで起きていて、試験中に集中力が切れた。
- たまっていた提出物をやっと仕上げたら、試験前日になっていた。
- 授業でわからなかったところを放っておいて、そのままになっていた。
- ノートやプリントはできあがっているが、内容をマスターしていなかった。
- 学習計画を立てず、学習時間は増えなかった。やりきれない科目があった。
- 普段、家で学習しない社会や理科が定期考査の勉強でもつい後回しになり、一夜漬けでしのぎ、真の学力として定着しないまま、すぐに忘れてしまった。

いくつかチェックが入りましたか？チェックの数が多いほど、上野高校の校訓の「叡智」や「自主」からほど遠い位置にいることになります。1年生なら早く高校生の勉強法（予習→授業→復習）を身につけ、2年生なら高校生活の折り返し地点にあたる秋に向けて、志望校に向けてどんな学習が必要かを考えた上で予習→授業→復習を確立していきましょう。

上野高校では、定期試験後に試験科目と順位などが記載されている「成績個票」を配布しています。どうしても「〇位だった。」とまわりと比較したくなりますが、それよりも「努力した自分」と「努力しなかった自分」を比較してください。「努力したので、ここができた」「努力が足りなかったからここができなかった」等自分自身の中できちんと振り返り、改善していきましょう。

「改善」は「ほかの人より負けた」からするものではありません。次にもっと成績を向上させ「勝ちに行く」からするのです。誰もが改善できる要素があるはずです。



◎定期テストは、各教科ともみなさんの理解度を測り、伸ばすことを目的とした良問から作られています。

◎定期テストでできなかった分野や内容は、みなさんの「弱点」です。

◎「調子が悪かった」等の言い訳はせず、「弱点」をしっかり埋めましょう。

◎3年間で今回の試験範囲を今ほど重点的に学習できる機会は2度とありません。定期テストの振り返りや復習をしっかりやることで、模試の成績もどんどん向上していきます。12年生の基礎力が進路を左右します。難関大学に合格するためには、12年のうちに、英数国の絶対的な基礎力を身につけることが大切です。

◎次の定期考査に向けて、目標を設定し、一流スポーツ選手のやっている日々コツコツ積み上げる「一流の努力」を今から積み上げてください。その習慣が確立できれば、学力だけでなく、部活動や将来あらゆる方面で通用する皆さんの武器になります。

## 12年のみなさん、7月進研模試はどうでしたか？模試は学習の全国大会です！

7月13日(木)14日(金)に行われた進研模試はどうでしたか？模試は学習の全国大会です。全国の進学校の12年生と勝負する場です。必ず目標を設定して、解答解説や動画解説で復習して解き直すことが大事です。そして模試の結果が返却されたら、教科バランスと弱点教科・分野に必ず注目しましょう。そして次の11月模試(11/2実施予定)に向けて弱点を補強していきます。大学入試は12年時に蓄えた力で決まります。高校入試のように3年になって逆転すればいいという作戦は通じません。

模試の結果が返却されたら、下のQRコードから模試活用動画を観てみましょう。高1の模試活用動画では、「大学進学に向けて、模試を受ける意義」「個人成績表の見方」「模試の復習の優先順位のつけ方」が紹介されています。高2の模試活用動画では、「志望校設定や基礎学力定着の重要性」「個人成績表の見方や模試の復習の優先順位のつけ方」「マナビジョンでの大学検索法」が紹介されています。

高1向け動画→



高2向け動画→



- 1、2年の時に頑張って来た人は、簡単には逆転されません。
- 2年間しっかり「予習→授業→復習」を継続したり、定期テストや模試に向けて「目標を設定→受験→振り返り→弱点分野・科目の補強」を継続した人が、そんなに簡単に逆転されるはずがありません。
- 1年生のみなさん、**進路の5割は1年生で決まると言われます。**11月模試に目標を設定して、弱点教科・分野を克服しましょう。
- 2年生のみなさん、7月模試では志望校を書くことができましたか？志望校合格がゴールとしたら、そこに到達するために何を勉強しなければならないか、自分で考えて行動に移しましょう。それができる人は、スムーズに受験生になることができます。

## 大学訪問 東京外国語大学を訪れて

今回の大学訪問は、東京外国語大学です。上高からも75期生は2名、73期生は1名、70期生は3名と十分合格が狙える大学です。

【東京外国語大学のアピールポイント】

①アクセスは意外と近い、多文化交流が当たり前なキャンパス！

上野高校を出発して、根津から千代田線で新御茶ノ水に行き、そこでJR中央快速線に乗り換え、八王子方面に乗ると約50分で武蔵境駅に着きました。そこから西武多摩川線に乗り換え、5分で外大の最寄り駅多磨駅に到着です。そこから徒歩5分で校門に着きました。1時間15分で到着です。

キャンパスに入ると並木道があったり、ピクニックが出来そうな憩いの場があったり、スポーツ施設もありますが、多様な言語が飛び交い、様々な文化と触れあえます。講義棟は8階までの吹き抜けになっており、とても開放的です。中央に位置する円形広場は、学園祭の時には、世界の料理店がぐるっと開店して、海外旅行した雰囲気になるそうです。

## ②世界中の言語を学ぶことが出来、交換留学も世界中に広がる！

東京外大は、全世界をカバーする15地域28言語が学べます。また世界66カ国181大学と交換留学の協定を結んでおり、海外に学びを広げられます。東京外大で学ぶ学生の80%以上が、在学中に留学を経験します。短期留学と長期留学は半々ですが、行きたい国の言語や文化・社会を学ぶ絶好のチャンスになります。

またキャンパス内でも海外からの留学生がたくさんいて、多文化交流が普通に行われているところが特色です。

## ③世界を学ぶ3つの学部が魅力的！少人数のきめ細やかな就活支援も

言語と文化を中心に学ぶ言語文化学部、グローバルな視点から国際社会の問題を考える国際社会学部、世界の中の日本を学ぶ国際日本学部という3つの学部があるので、言語だけを学ぶのではなく、自分の興味関心に応じて深い学びや教養を広げることができます。

少人数の大学だけあって、就職もきめ細やかな支援が特色です。その結果民間企業への就職も抜群ですが、外大ならではの外交官などの外務省職員の合格者も毎年10名程度います。

## 【東京外国語大学に合格するには】

東京外大の新課程における一般入試は、1次試験は英語、国語、数学ⅠAⅡBCに加えて、地歴公民理科から2科目、情報です。配点はまだ公表されていませんが、2次試験は英語、世界史探究・日本史探究から1科目を予定（必ずHP等で確認しましょう）しているので、いままでと変わらず、文系教科特に英語重視の入試と予想されます。外大は難関私立文系大と併願しやすいので、数学が苦手だからと言ってあきらめないで下さい。

学校推薦型入試もある予定なので、CEFR B2以上の英語資格を持ち、成績が良くて、「探究」に真面目に取り組む、遅刻欠席が少ない人は、今後の発表を待ち、調べてみましょう。

## 先輩の合格体験記 東京外国語大学言語文化学部（75期生 N.K君）

Q 志望校をどうやって決めましたか？

A 最初は周りから外大について聞かされ、自分で調べていくうちに、留学制度が充実していることがわかりました。少人数で国際的な大学なので、自分の個性が生かせると思い、志望しました。

Q 苦手教科は何ですか？どうやって克服しましたか？

A 数学が苦手でした。学校の教材メインに真面目に出来なかった問題を解いて頭に入れたり、数をこなしました。本番では7割取れたので驚きました。

Q 英語が得意だと思うのですが、12年でトップクラスになる方法を教えてください。

A 学校の教材メインで真面目に勉強することが大事です。問題を解くだけでなく、音読するなど耳や目や五感を使って勉強しましょう。英会話のサブスクのアプリを入れて楽しく英語を好きになりました。

Q 外大に入学しての感想を一言でどうですか？良い点を教えてください。

A 意識が高い学生が多いので刺激も受けるし、海外からの留学生が多いので視野が広がります。それとキャンパスがキレイで、全学生数が3000人くらいしかいないので、知り合いが増えます。

Q 学食（カフェテリア）について教えてください。

A 食堂の一階は丼ものや麺類があって、二階はピュッフェです。普通のレストランやカフェもあります。留学生も多いので様々な言語が飛び交い、開放的な空間なので居心地がよいです。

Q 留学とかは計画していますか？

A スペイン語専攻なので、スペインや南米に行きたいです。外大には色々な留学方法があり、特別な費用無しに留学できるし、単位も修得できます。

Q 外大の欠点は何ですか？

A 西武多摩川線の本数が少ないので、駅で少し待つ位です（笑）。あとは本当に入学して良かったです。

Q 後輩へのアドバイスをお願いします。

A 苦手教科は放置しないでください。英語メインの入試なので、英語は必ず好きになって、出来るようにして欲しいです。英語学習は五感をフル活用しましょう！



## 地方の国公立大は魅力的！

最近の上高生は全国に目を向け、75期生は広島大学、金沢大学、山梨大学、信州大学、長崎大学等に進学しました。74期生も金沢大学、茨城大学、高知大学等、多くの合格者を出ています。地方の国立大のメリットをまとめてみました。

①学費と生活費が安い

②海や山など自然が近く、ラッシュや人混みとは無縁

③真面目で優秀な学生が多く、丁寧な就活サポート、東京での就活もスムーズ

④勉強や研究に集中できる

⑤施設や設備が充実しており、少人数の学科人数などです。

【地方国公立大に進学した先輩の声】

「地球惑星システム学科に興味があり、研究力が高い大きいキャンパスが素晴らしく志望しました。」（75期 H.R君 広島大学理学部）

「自分の興味のある学科があったので志望しました。今はとても充実しています。」（74期 H.H君 前橋工科大学工学部）

「一人暮らしにあこがれ、自然の多い環境で勉強したいと思いました。」（73期 S.Mさん 信州大学繊維学部）

## 大学生チューターが自習室に配置されました！

自習室を利用している人は気がついていますが、75期生の大学生チューターが配置されています。分からない箇所の質問だけでなく、勉強法、進路選択の方法など何でも遠慮なく質問してみましよう。

【令和5年度チューター（大学名）】電気通信大学・東京工業大学・立教大学・明治大学・千葉大学・東京外国語大学・電気通信大学・法政大学