

入学して1ヶ月半が過ぎました。木々の新芽が、生まれたての優しい柔らかい色から、だんだんたくましい色に変わってきました。君たちも、ぴかぴかの新入生から、高校生活のリズムに慣れてきた頃でしょう。来週月曜日から3日間、高校での初めての定期考査が行われます。日頃の授業や家庭での予習・復習は順調にできていますか。

さて、研究開発室では、「進路だより」を定期的に発行し、進路に関する情報を提供しながら、みなさんの進路決定をサポートしていきたいと思います。この「進路だより」は読み捨ててしまうのではなく、専用のファイルを用意して他の資料と共にぜひ3年間保存しましょう。桜が咲きつじが咲き、3年後のこの花の頃には君たちはどのように成長しているか楽しみです。

寝屋川高校では、次のように進路実現のための目標を定めています。

1年：「進路を探求する」 2年：「進路を定める」 3年：「進路を叶える」

毎日の授業内容をしっかり自分のものにして、今年1年は自分の進路を探求していきましょう。

1. 学習の三要素

高校時代は、正しい「学習」観に基づいて皆さんが将来大きく成長するための人生の基盤をしっかりと築くべき大切な時期です。ここでいう「学習」とは、広い意味での「学習」をさしています。わかりやすくするために、樹木の生長に例えてみましょう。

- | | | |
|----------------------------|------------------|--|
| 学
習
の
三
要
素 | ・ 幹の高さを伸ばすこと | = 教科の学習をしっかりとやる |
| | ・ 枝を伸ばして光を吸収すること | = 読書などを含む幅広い文化活動に意欲的に取り組む |
| | ・ 根を広く深く張ること | = 学級活動・部活動や学校外(社会・家庭)での経験を通じ、深く考え、適切な判断の下で行動できるようになる |

皆さんには、寝屋川高等学校で過ごす生活の中で、この広い意味での「学習」に、意欲的かつ積極的に取り組んでほしいと思います。もちろん教科の学習が高校生活の中心となりますが、どれか一つの活動に偏ることなく、それぞれが互いに結びつき、バランスのとれたものになってこそ、高い価値があるのです。

あと60~70年続く人生を少しでも豊かに楽しくするために、一生モノの学ぶ力をつけていきましょう。勉強しておもしろいなあと感じるためには、素直に多くのことに興味・関心を持ち、胸をときめかせ、想像力を膨らませ、そして必ず自分の頭で粘り強く考えましょう。ハードルを一つ一つ、よいしょっとまたいだり飛び越えたりするたびに嬉しくなりますね。ある時突然、目から鱗がはがれるようにすっきりくっきり理解できた・・・それまでできなかった問題なのに、テストの最中に集中したら解けてしまった・・・この本1冊を読み込んで、最後に何を言いたかったか、やっとわかって感動した・・・是非こんな体験を、積み重ねてほしいと願っています。

2. スタディサポート、CAN-DOセミナーを生かそう *もう2週間 経ちました

皆さん知っての通り、寝屋川高校では、生徒は予習・復習を毎日しっかりやっているという前提で授業が展開されていきます。そして、ここで改めて予習と復習の目的を確認してみましょう。

予習の目的 あらかじめ勉強することによって疑問点や理解しにくい部分を把握できるので、問題意識を持って積極的に授業を受け、スムーズに内容を理解できるようになります。授業が難しいと決めつけてしまう前に予習をして授業に臨む習慣をつけましょう。特に英語などは、予習をしているかどうかで受けている授業の質も変わってしまいます。

復習の目的 授業を受けたときは分かったつもりでも、いざ一人でやってみると案外できないものです。数時間後に再学習して、頭の中に定着する率を高めるのです。そもそも皆さんは復習するためにノートをとっているのでしょうか。定期考査前に焦って一夜漬けの勉強をしても、確かな実力はつかないものです。毎日、少しずつ力をつけていきましょう。特に数学や理科などは、復習をしないと問題を解く力が身につかないばかりか、内容を理解することも困難になっていきます。

高校学習は積み上げていくもの。高1のうちからしっかり土台を築いてこそ、大学入試でも結果を出せるのです。

とは言っても、家に帰ったら「やる気がしない」「眠い」「しんどい」という人が多いと思います。「そこでとりあえず、「これだけは」というポイントを3つ。

① 睡眠時間をしっかり！

「ひたすら勉強せえ〜」と言われるのかと思った人もいるかもしれませんが、「急がば回れ」、その前に**しっかりと体力をつけることが第一。毎日の就寝時間をきめ、規則正しい生活を心がけてください。**

② 持続できる生活リズムを！

週の前半は頑張れるが、後半は「爆睡」、なんてことはないですか。**自分の力量と相談して、毎日続けられる時間を確保する。英語の予習と数学の復習は毎日必要だ**と思いますので、それを軸にして無理のない自分のタイムスケジュールを作るようにしてください。その際、まずは、毎日の勉強のスタート時間を決めて下さい。

③ オンとオフの切り替え！

寝屋川高校では、学園祭、体育大会、クラス活動、そして部活動も、全力で取り組むことが求められます。本当に忙しいですね。でも、**学校が楽しい**ということ自体が、しんどいことを乗り越えるエネルギーの源なのです。しっかりスポーツをしてください。しっかり遊んでください、しかしメリハリをつけること。「**必ず学業とすべて両立させるぞ！**」その気持ちを忘れずに持ち続けることです。

3. LHR（進路）の時間

1年生の《LHR》の内容は、「学園祭」・「体育大会」・「人権」・「進路」の四本立てとなっておりますが、「進路」では、「**テーマ別模擬授業（9月）**」が大きな行事となります。テーマ別模擬授業とは、多くの大学の先生を寝屋川高校にお招きして、ミニ講義を開いていただき、みなさんがその中から希望する講座を受講するという企画です。みなさんが将来の進路を決定する際に役立ててもらいたいという思いから企画されたものです。ぜひ「自己発見」と「進路探求」に活かしてください。後日、受講を希望する分野のアンケートを実施します。本日配布した『進路の手引き』などをよく読み、自分は何どの分野の講義を受けてみたいか考えておいてください。

掲示板

<土曜講習のお知らせ> 5/10 すでに実施

① 5/31 ② 6/21 ③ 8/30 ④ 9/13 ⑤ 9/20 ⑥ 10/18 ⑦ 11/22

⑧ 12/13 ⑨ 1/17 初めのうちは英・数の2教科、

③以降は英・数・国の3教科になることが多いです。是非、積極的に参加しましょう。