



1. 切り替えの時です

高校総体も終わり3年次にとっては進路目標の実現に向けた勝負の時がやってきました。そこで気になるのが5月に行われた学習状況調査の結果です。

(質問) 帰宅時間は何時頃ですか？

| | 17:00頃 | 18:00頃 | 19:00頃 | 20:00頃 | 21:00頃 | 21:00以降 |
|-----|--------|--------|--------|--------|--------|---------|
| 1年次 | 14% | 11% | 28% | 35% | 9% | 4% |
| 2年次 | 14% | 14% | 21% | 37% | 12% | 2% |
| 3年次 | 20% | 17% | 16% | 33% | 11% | 4% |



(質問) 平日の自由時間のうち、携帯電話・スマートフォン・ゲームの利用時間は何時間ですか？

| | ほぼない | 30分 | 1時間 | 1時間30分 | 2時間 | 2時間30分 | 3時間 | 3時間30分 | 4時間以上 |
|-----|------|-----|-----|--------|-----|--------|-----|--------|-------|
| 1年次 | 3% | 16% | 22% | 23% | 19% | 4% | 8% | 3% | 4% |
| 2年次 | 4% | 13% | 24% | 22% | 16% | 7% | 7% | 1% | 6% |
| 3年次 | 2% | 20% | 29% | 20% | 18% | 3% | 5% | 2% | 3% |

＜南高生の平日の生活スタイル～学習状況調査の結果からの推測～＞

20:00 帰宅、食事・入浴

※23時から勉強すると就寝は何時？

21:00 自由時間（スマホ・ゲーム）

睡眠時間は何時間とれますか？

23:00 勉強開始？

※学習時間を十分とれていますか？

3年次は高校総体も終了し、学習時間の確保はしやすいのではないのでしょうか？さらに、1・2年次も含めてスマートフォンの利用時間を1時間以内に抑えて、自分の進路達成のための時間にするをお勧めします。また、夏休みは講習がありますが、それだけで学習時間が十分とは言えません。夏休みにかけて時間を有効に活用し、学習に取り組みましょう。継続は力なりです。

2. 学習時間を考えよう



4年制大学へ進学希望 1年次 91% 2年次 90% 3年次 87%

これは第1回進路希望調査の結果です。なぜ大学へ行きたいのですか？大学で何を学びたいのですか？進路目標を達成するためには何が必要でしょうか？皆さんは一日どれくらい勉強していますか？以下の表は先日行われた学習状況調査の結果です。

| 家庭学習時間(平日) | ほとんどない | 30分 | 1時間 | 1時間30分 | 2時間 | 2時間30分 | 3時間 | 3時間30分 | 4時間以上 |
|------------|--------|-----|-----|--------|-----|--------|-----|--------|-------|
| 1年次 | 28% | 30% | 27% | 8% | 6% | 1% | 1% | 0% | 1% |
| 2年次 | 24% | 30% | 26% | 11% | 5% | 2% | 2% | 0% | 1% |
| 3年次 | 15% | 24% | 28% | 14% | 9% | 5% | 2% | 2% | 1% |

| 家庭学習時間(休日) | ほとんどない | 30分 | 1時間 | 1時間30分 | 2時間 | 2時間30分 | 3時間 | 3時間30分 | 4時間以上 |
|------------|--------|-----|-----|--------|-----|--------|-----|--------|-------|
| 1年次 | 14% | 17% | 31% | 11% | 16% | 5% | 6% | 1% | 2% |
| 2年次 | 16% | 10% | 21% | 16% | 16% | 8% | 6% | 3% | 4% |
| 3年次 | 7% | 11% | 17% | 13% | 21% | 7% | 13% | 2% | 9% |

平日の学習時間は、1年次から3年次まで1時間未満の生徒が50%を超えています。また休日でも2時間未満の生徒が1・2年次は80%越え、3年次も70%と毎日の学習時間が過去の調査と比べて減少しており、危機的状況と言えます。高校生に求められる平均学習時間は一般的に、学年+1時間と言われていますが、ベネッセ教育総合研究所の調査によると、「高校3年生の平日の学習時間は3時間6分」となっています。南高生の現状を皆さんは自分の課題としてどう捉えますか？

3. そもそも大学って…何するところ？

そう問われて、なんとなく皆さんがイメージする答えは「華やかなキャンパスライフ」「就職に必要なだから」「親に行けって言われたから」「資格が必要だから」などでしょうか。専門的なスキルを身につける必要があるので大学へ行くというのも一つの理由としてあるでしょう。

しかしまず言えるのは、大学は学問・研究する機関です。高校まで身につけた知識を活用して、自分を取り巻く環境や社会に対して自分がどのように関わりながら行動できるのかを考え、情報を得て自分の言葉で表現し、社会をより良い方向へ具現化していくために知識を深める場所です。

その土台を作るために、高校生は勉強するのです。大学という場で次の視点で物事を考えられるように、まずは一つ一つの授業を大切に、真剣に授業に取り組みみましょう。

4. では、どうしたら…先輩達の声【実践例】も参考にしてみてください。(進路参考資料より)



私は高校2年の夏まで進路が明確に決まらず焦っていました。そのとき自分のやりたい事を見つけないと思い積極的に課外活動に参加しました。(課外活動を通じて、興味がわいたことについて)総合的な探究の時間を通してさらに深め、自分の熱意や積極性を実際に大学の教授の前で発揮したいと考え、総合型選抜での受験を決意しました。

【自分の体験から課題を模索し、自分の考えを構築し、言語化する→体験・知識が必要】

私が試験に向けて取り組んだのは毎日の新聞学習です。その際気をつけたのは、関心のある記事だけではなく、地元の記事や校外活動と絡めてまとめることです。学校生活で努力したことは部活動と勉強の両立です。私の部活は休日も活動があり、遠征や大会の日は終日であることが殆どでした。平日、休日、部活のない日の勉強時間を決めて学習し、定期テストでは得意科目は9割、その他は8割を目標にするなど目標を決めて毎日繰り返すことで、習慣化することができました。【自分のスケジュール管理】



1・2年次へのアドバイスとして、1・2年次共に定期テストと提出物は毎回力を入れて行い、3年次で苦勞しないようにしましょう。2年次は刻一刻と時間が迫るので不安に駆られる事もあるかもしれませんが、まずは全力で取り組みましょう。また誰よりもこれは頑張ったと思える経験を高校生活の中でしてください。進学にも就職にも大きな武器になります。【日頃の意識と積み重ねを習慣化】

私が勉強と部活動の両立のために取り組んできたことは、勉強を習慣化することと隙間時間の活用です。通学時の電車の中だけでも往復1時間は可能です。自分の生活環境を理解し、上手く活用すると自然と勉強に取り組むことができます。休み時間や昼休みの10分~15分などの隙間時間を大切にしましょう。勉強しやすい環境作りは1日のスケジュールを組み立て、毎日継続できるスタイルを確立することで長続きします。

【意外とあります、隙間時間】



『時かぬ種は生えぬ』。何か行動を起こさなければ、何も生み出せないですよ。

