

# Progress

第3学年 進路だより 第9号  
令和7年 7月18日（金）発行  
柏市立土中学校進路指導部

## ◆夏休みに向けて

1学期も今日で終わり、明日からいよいよ夏休みです。「夏を制する者が受験を制す」と言われています。また、この3年生の夏休みは、「受験の天王山」とも言われ、まとまった学習時間がとれる最大にして最後のチャンスです。だからこそ、苦手分野の克服や1、2年生の内容の復習をし、受験に必要な基礎学力を完成させることが非常に重要になります。後悔の無い夏休みを過ごしてもらうために、夏休みにやってほしいことを3つに絞って書いていきたいと思います。

### ①規則正しい生活を送り、生活リズムを確立する。

夏休みは登校日がないため、何かと生活リズムが崩れがちです。寝る時間を遅くするのは簡単ですが、元に戻すのは難しいです。また、試験開始時間が早い高校では、土中の1時間目の開始時間（8時45分）くらいです。そして脳が活発に動くには、朝起床してから2～3時間はかかると言われています。人間は記憶を残すために睡眠が大切でもあるので、これらを踏まえて毎日の就寝時間と起床時間を決めて、2学期までに生活リズムを整えるように心がけてください。

### ②夏休みの学習計画をしっかりと立て、苦手分野の克服と1、2年生の復習を終わらせる。

先ほど書いたように、夏休みはまとまった学習時間が取れるラストチャンスです。入試の出題範囲は6割～7割が1、2年生の学習内容となっている学校が多くあります。2学期には3年生の学習内容と入試問題の演習に取りかかれるように、1、2年生の基礎的な内容の学習を全て終わらせてください。また、1学期までの定期テストや実力テストの成績を自分なりに分析して、苦手教科を中心に勉強すると良いと思います。そして、本当に学習の成果が出てくるのは、本格的な勉強を始めてから、3ヶ月～6ヶ月くらい後です。つまり、夏休みの頑張りが受験本番に表れることになります。今の自分の頑張りがすぐ実を結ばなくても、諦めずに継続して努力していきましょう。

### ③自分が受けようと思っている高校の説明会に参加する。

夏休み中に、公立または私立高校を2校を最低でも見学し、レポートを提出してもらいます。この夏休みの期間は、多くの高校が説明会や体験入学等を開催する時期で、沢山参加できるチャンスです。是非多くの高校を見学し比較して、自分が本当に進学したい高校を見つけてほしいと思います。また、実際に高校に行くことで、在校生や学校の雰囲気を感じることができたり、受験勉強へのモチベーションを保つことにも繋がります。積極的にこの夏休みを利用し、後悔の無い進路選択をしてほしいと思います。

## ◆令和8年度千葉県公立高校入学者選抜の学校設定検査の内容が発表されました。

7月9日（水）に、千葉県教育委員会のHPで、各公立高校の学校設定検査の内容が発表されました。面接、自己表現、作文等の内容が実施される高校が多い傾向です。つまり、ほとんどの高校で、志望理由が明確であり、基本的生活習慣が身に付いていて、学習意欲がある生徒を望んでいます。