

# 進路通信

大阪府立鳳高等学校進路指導部  
進路通信編集局  
令和4年12月23日(金)発行(第4号)

長い2学期が終わり、明日から冬休みです。3年生は共通テストまで3週間、いよいよ勝負の時期です。寒さも厳しくなりますので、体調管理にはいつも以上に気を付けましょう。進路が決まった人は、最後まで気を緩めず高校生活を全うしてください。今回の進路通信は、入試直前の連絡やアドバイスなどを紹介します。1・2年生も、来年・再来年の自分の姿を想像しながら読んでください。

## 【あと3週間、本番までの生活習慣】

### ①体調管理をしっかりと！

生活習慣を整え、きちんと食事・睡眠をとりましょう。また、冬は乾燥しやすくウイルスが身体に入り込みやすくなる時期でもあります。勉強する部屋・寝る部屋の加湿も効果的です。体調と環境の両方を整えて、ウイルスを身体に入れないよう、注意を払いましょう。

### ②早寝早起き朝ごはん！

朝型への切り替え、できていますか？ 今まで夜中まで勉強していた人、冬休み中に必ず朝型に変えてください。共通テスト当日、2科目受験者の地歴公民の試験は9時半から始まります。ある時間に脳のベストコンディションを持ってくるためには、3時間前には起床し食事を摂る必要があります。おそくとも夜は12時に寝て、朝は6時半には起きる生活リズムを身につけましょう。

### ③学校に来る！

毎年入試が近づくと学校を欠席する人が増えてきます。体調不良の欠席は仕方ありませんが、中には一人でもって勉強をしている人もいます。合格した先輩たちの体験記にも「毎日学校に来て、決まったルーティンで過ごすことが大切」、「友達と喋ることで気分転換や不安解消になるし、刺激ももらえる」とそのメリットを記してくれています。

周りの友人や先生は、皆さんのことを心配しています。元気に最後まで、学校を拠点に頑張ってください。

### ④スマホはひかえる！

本番までの集中力を高めるため、スマホ、特にSNSは控えましょう。励まし合いは、学校で顔を合わせて。勉強中はスマホを手元に置かないなど、工夫しよう。

## 【試験当日の過ごし方】

### ①余裕を持って会場へ！

大学のキャンパスは高校と違ってすいぶん広く、試験会場までかなり歩かないといけない場合があります。冬休み中に必ず会場の大学へ下見に行きましょう。当日は休日ダイヤになるので、確認しましょう。(会場によってはバスの増便があるかも。バス会社等のHPで確認しましょう。)

### ②トイレの場所を確認する！

受験会場に到着したら、試験が始まるまでに必ずトイレの位置を少なくとも2カ所は確認しましょう。到着してから最初の試験までの間に何をするか、事前に決めておきましょう。

### ③昼食は持参する！

当日は昼食を持っていくこと。大学近くのコンビニは混雑し、買ったかった物がなかったり、レ

ジで待たされたりすることが予想されますので、コンビニなどを利用する場合は家の近くで買うことをお勧めします。温かいお茶やチョコレートなどのお菓子もあると良いですね。

### ④共通テストリハーサルを有効に使う！

12月24・25日に実施する共通テストリハーサルでは、受験科目以外の待ち時間を上手に使う練習をしてください。待ち時間は、思いのほか長いです。見慣れた参考書やノートを持っていき、見直しましょう。共通テスト当日、待ち時間におしゃべりしている人は、記念受験の人かもしれません。周りに影響されず集中するために、自分なりの工夫を考えておきましょう。友達の間では、お互いを気遣って、試験の出来具合の話や答え合わせなどはしないこと。

## いかに受けるか…1点も無駄にしないマーク記入を

① 本番までに『受験案内』と『受験上の注意』の冊子を熟読しておくこと。

① わからない設問があっても、必ずすべての設問にマークすること。

② 訂正をする際には、跡が残らないよう完全に消しゴムで消して、消しカスも払っておくこと。

③ 1つの設問に2個以上のマークをしていないかを確認すること。

④ 「記入欄のズレ」などがいないか、問題冊子とつき合わせて確認すること。

⑤ 科目欄のマークを忘れないこと。

## 自己採点までが共通テスト

2日目の夜、自宅で自己採点をし、各科目の点数を記録してください。翌日の月曜日に学校でリサーチ資料を作成します。それによって、自分が志望大学の全受験生の中でどのくらいの位置にいるのか(単にBとかCとかだけでなく、もっと詳しいところまで)、二次試験で逆転の可能性があるのは志望校のうちどれなのか、第1志望と第2志望のどちらを受ければよいか、といったことを詳しく分析することができます。自己採点があまりに間違っていると、出願ミスをしてしまうこともあり得ます。正確な自己採点をするために、受験中は自分の解答した番号を問題冊子に必ず控えておきましょう。

# 頑張れ！ 鳳ヶ5期生！

## 【諸連絡】

### ○ガイダンス室 冬休みの利用について

・12/29(木)～1/3(火)および土日祝は閉室です。

・上記以外の日は、8時30分～17時の間、利用可能です。

### ○事務室の閉室日…12/29(木)～1/3(火)および土日祝 ※調査書等発行不可！

上記以外の日は、8時30～16時30分の間、対応可能です。(閉室は17時)

調査書や証明書の発行が必要な人は、担任の先生に早めに申し出てください。

### ○冬休み明けの進路行事

〈1・2年生〉

〈3年生〉

・1/17(火)

1年生模擬試験

・12/24(土)・25(日) 共通テストリハーサル

・1/26(木)

1年生進路講演会

・1/14(土)・15(日) 大学入学共通テスト

・1/31(火)・2/1(水)

看護医療系職業別講座

・1/16(月) 3・4限 共通テストリサーチ資料作成

・2/2(木)・3(金)

2年生模擬試験

