

# 進路通信



物事を始めるチャンスを、私は逃さない。  
たとえマスターの種のように小さな始まりでも、  
芽を出し、根を張ることがいくらでもあるのです。  
ナイチンゲール（イギリス・看護師）

2021.4.28 第2号

この進路だよりは、東三国中の3年生のみなさんと保護者の方々に向けて発行します。将来に向けて、どのような進路を選んでいくのか参考にしてもらうための一助になるよう不定期に発行しています。

## ～楽しめる自分を作る～ 習慣が変われば人生が変わる

三度目の緊急事態宣言がでました。学校への登校が不規則になり、クラブ活動も停止されています。いろいろな思いがあると思いますが、正しく恐れ、感染しないような対策が必要です。若い人は、無症状で軽く治まるとも言われていますが、まだ、新型コロナウィルスは未知のウイルスです。若者でも後遺症が残るという研究発表もありますので、油断せずに正しく恐れ、感染しないように努めましょう。

学校への登校が不規則になると、生活が不規則になり、通常の学校生活に戻ったときに、なかなかリズムに乗れない人がでます。始業式から三週間でしんどいながらもリズムに乗りかけたところにこの緊急事態宣言ですで、通常に戻ったときリズムにまた乗る作業が必要となってきます。ぜひとも、感染予防に努めながら、通常の学校生活と同じ時間に起床し、勉強を八時半あたりからはじめ、放課後家に帰ったらクラブ活動の時間に勉強する。というような通常リズムで過ごしてもらいたいと思います。

去年は、6月まで休校でした。その休校の間にうまく時間を使って復習をできた人は、6月からパワーアップして、学校に来ていました。一方、うまくいかなかった人は、なかなか成績が元に戻らず苦労していたように思えました。学力を上げる一番の近道は、毎日、しっかりと勉強することです。何をするかをしっかりと決め、それを毎日コツコツやったものが一番学力を上げます。そして、「勉強が楽しい」となれば、最高です。もちろん高得点ばかりとれれば楽しいでしょう。でもそういうわけにはいかないときもあります。多くの場合「楽しさ」には「一生懸命さ」がセットになっています。だから、「楽しくしたいのなら」まず「一生懸命しましょう。」そして、得点だけではなく「昨日の自分より少しできるようになった。昨日の自分より少しわかるようになった自分を楽しめましょう。」さらに、「自分の限界を自分で超える自分に」楽しみを見いだしましょう。「新しい技術や知識の習得」「自分を超える自分」に楽しみを見つけられるといろいろなことが楽しくなります。これから数日間、数週間、そして、何ヶ月間をどういう習慣で過ごすのかで「楽しめる」自分に変われるかが決まります。

裏面に「ハビットトラッカー」（「habit（ハビット）」＝習慣、「tracker（トラッカー）」＝追跡者。習慣の追跡ツールとして、あなたの習慣作りの良き伴走者となってくれる、チェック表のこと。）をつけておきます。緊急事態宣言下で、これから十分やっていける「よい習慣」の一助として使ってください。**さあ、あなたは、どんなあなたになりたいですか？** そうなるためにどんな努力をしなくてはならないですか？これを考えることが、よい習慣の第一歩です。

# 進路指導年間計画予定（予定は変更になる場合があります。）

4月	1 1月 ◎保護者進路説明会② 進路希望調査③（上旬） <b>第1回進路懇談</b> （私立ほぼ確定・公立特別1回目） <b>第3回実力テスト</b> 就職生調査 体験入学への参加
5月 <b>中間テスト</b> （5月19日～20日） 進路希望調査①（下旬）	
6月 <b>第1回実力テスト</b> （6月8日） <b>期末テスト</b> （6月30日～7月2日） ◎保護者進路説明会①（未定） 全国学力学習状況調査（27日）	1 2月 <b>期末テスト</b> <b>第4回実力テスト</b> <b>第2回進路懇談</b> （私立確定・公立特別2回目） 進路希望調査④ 就職相談・職場見学 体験入学への参加
7月 <b>期末テスト</b> （6月30日～7月2日） スポーツ推薦生徒の把握 体験入学、説明会への参加 <b>懇談</b> （14日～19日）	
8月 体験入学、説明会への参加	1月 <b>第5回実力テスト</b> ★私立願書提出 <b>第3回進路相談</b> （公立特別確定＋一般ほぼ確定） <b>学年末テスト</b>
9月 体験入学・説明会への参加 <b>3年チャレンジテスト</b> （9月2日） 進路希望調査②	2月 就職選考開始（初旬） (進路希望調査⑤) 入試事前指導（5限に） ★私立入試・発表（発表の時間に合わせて出発） <b>（2月10日・11日）</b> ★公立 特別選抜出願 学年末評定交換 ★公立 特別選抜入試 <b>（2月17日・18日）</b> <b>第4回進路懇談</b> （公立一般確定）
10月 体験入学・説明会への参加 <b>第2回実力テスト</b> （10月7日） <b>中間テスト</b> （10月14日～15日）	3月 公立 特別選抜発表 ★公立 一般選抜出願 ★公立 一般選抜入試 <b>（3月9日）</b> 卒業式 ★公立 一般選抜発表 私立2次募集 公立2次選抜

※ 修学旅行、体育大会、文化発表会の予定は記入していません。卒業式のみ記入。

※ 就職、スポーツ推薦 他府県受験などは、懇談などに関わらず早めに担任に連絡してください。