



# 3年団通信

No. 32  
令和7年12月24日

## 勝負の冬休み！ 時間を有効に使おう!!

明日から始まる冬休みは、受験に向けて大きな追い込みの時期になります。冬休みをどう過ごすかは、今後の入試や3学期の学校生活につながってきます。悔いの残らないよう、有意義な時間の使い方をしてほしいと思います。

### チェックポイント

#### ①生活リズムを整える

1日の計画を立てて、しっかりと勉強しよう。起床時刻と就寝時刻、勉強開始時刻の3点を固定することを意識しましょう。(朝型の生活リズムを作る)

#### ②苦手の克服

今ある不安感をそのままにしていても、入試まで自然と消えるわけではありません。苦手意識がある課題は、「分かるまで」「できるようになるまで」一つずつ丁寧に取り組もう。それが自信となって本番の勝負強さにつながります。また、自宅での勉強が集中できないときは、図書館などを利用するなど、気が散るものがない環境を作ることも有効です。

#### ③「これから生じるであろう不安」の克服

「最後の追い込み！」とばかりに新しい問題集に手を付けると、「終ってない問題がまだこんなに」といった焦りを自分で作り出してしまいがちです。今までにした問題集を何回も丁寧に解き直した方が効果的です。

#### ④面接では「第一印象」が大切

面接で大事なことは、「あなたがどんな人なのか」を面接官に誤解のないように伝えることです。そのため、日頃から「身だしなみ（服装・頭髪）、言葉遣い、姿勢・立ち居振る舞い、話をするときの視線・表情」を意識して行動しましょう。また、質問に答えるときに、小さい声で話をしていても相手に伝わりません。声の大きさや話す速さにも気を配りましょう。

#### ⑤「最終受験校」の確認とシミュレーション

「その高校に入ってどんな高校生活を送りたいか」など、自分の目標を再確認しよう。将来像がはっきりしているとやる気につながります。

#### ⑥気分転換も大事 ほっとできる時間の確保

勉強に取り組むことも大事ですが、時には気分転換も必要です。自分なりにリラックスできる方法を用意しておきましょう。



## 冬休み中の登校について

1月5日(月)8:05 登校完了

		時間	準備物など
1	数学	8:05~ 8:55	モギモギ コンパス、定規
2	英語	9:05~ 9:55	モギモギ
3	数学	10:05~10:55	授業
4	英語	11:05~11:55	授業
	清掃	11:55~12:10	
		12:10~下校	

1月6日(火) 8:05 登校完了 第5回学習の診断

		時間	準備物
1	国語	8:10~ 9:00	
2	数学	9:10~10:00	コンパス、定規
3	社会	10:10~11:00	
4	英語	11:10~12:00	
	(昼食)	12:00~12:20	弁当必要
5	理科	12:35~13:25	定規
		13:25~下校	

### お知らせ

来年1月28日(水)に、1,2年生は「授業参観及び学年PTA」がありますが、3年生は受験に向けた学習内容を行っているため、実施しません。