

恐れずに前へ

～昨日までの自分(達)を越えて～

発行者 姫野 倫理

入試に向けた確認事項等について①

本日の授業参観には、お忙しい中、多数ご参加いただきまして誠にありがとうございました。さて、12月も終盤に差しかかり、入試本番も近づいてまいりました。入試直前にも再度確認いたしますが、入試直前の心構えや準備物等を掲載いたしますので、ご家庭でも話題にいただけると幸いです。

心構え編

① 入試2週間前 ～心身ともにベストな状態へ～

- 入試2週間前から、学習と生活についての計画を立てましょう。
- 今まで夜に勉強していた生活から、**昼間に全力が出せるような生活に切り替えましょう**。試験は、朝からあるので、そこで集中できる習慣をつけておくことが大切です。
- 散髪をしたり、爪を切ったりして、心身をさっぱりとしておきましょう。
- 最後の総まとめの意味で、教科書などの要点を見直し知識の整理をしておきましょう。
- 心にゆとりを持つためにも、準備を早めに行っておくことが大切です。
- 学校の場所や交通機関の乗り場、時間などを改めて確認しておきましょう。(所要時間、下車するバス停、バス代、集合時間、集合場所)
- 防雨・防寒・防感染の準備をしておきましょう。

② 入試前日 ～準備はこの日のうちに～

- **弁当の準備**を保護者に伝えておきましょう。
- 当日に持っていくものは、必ず前日のうちに準備しておきましょう。
- 緊急連絡先を確認しておきましょう。

③ 入試前夜 ～いつもどおりが一番強い～

- 自分の力が今さらのように足りなく思われ、不安になり、いらいらすることもありますが、あなただけではなく、**受検生の誰もが抱くごく当たり前の心情です**。あせって分厚い参考書を見るよりも、今まで自分が使用し、使い慣れたもので軽く勉強することです。つまり、問題を解くよりも記憶を定着させるように心がけた方が良いのです。あとはいつもと変わらず過ごしましょう。
- 前日は食べ慣れた消化の良いものをとりましょう。
- 十分な睡眠をとりましょう。
- 試験当日の天気を確認しておきましょう。

④ 入試1日目 ～さすががしく～

- 持参品(受検票など)の確認をもう一度行いましょう。
- 頭髪、服装を鏡の前でチェックしましょう。
- **集合時間の15～30分前**には確実に着くように、家を出ましょう。
- 万が一、出発したあとに忘れ物に気づいても、**戻らずそのまま入試会場に向かいましょう**。(集合時間に到着することを優先しましょう)

◎忘れ物に気づいたら、**焦らずに「受付」の先生に申し出ましょう。**

⑤ 入試会場 ～緊張するのは当たり前～

- 保護者に**試験会場到着と試験終了の連絡**をしてもらいましょう。
- 体調不良・所持品等の忘れ物などは、受付の先生に申し出ましょう。
- 「周りの人が自分よりできている気がする…」「難しい問題が出たらどうしよう…」などは当たり前の感情ですが、**自分ではコントロールできないこと**です。自分にできることに意識を向けましょう。
- 入試前にトイレを必ずすませておきましょう。
- 高校の先生の指示をよく聞き行動しましょう。度島中学校でやっている行動をすれば、入試会場でも何の心配もありません。
- 高校の先生は皆さんを「不合格にしよう」と思って見ているわけではありません。**「自分の良いところをアピールしよう」**というマインドで入試にのぞみましょう。