



# 進路だより

7月20日(木)

No. 11

第二中学校進路

## 夏休みに向けて

いよいよ待ちに待った夏休みですね。以前進路学活で話した内容は覚えていますか？

夏休みにやるべきこと(MUST4)をやりましたね。

夏休みは長いようで一瞬で時間が過ぎます。計画的に勉強をしましょう。また、**高校見学には必ず行ってください。**

「行かなあかんのは分かってるけど、なかなか行動できへんなあ」という人もいると思います。周りでそんな人がいたら「**一緒に行こうや!**」って誘って行ってください!

行けば何か発見があるはずですよ。行動しましょう。

### MUST4

- ①1・2年生の復習
- ②自己申告書の練習
- ③わたしのプロフィール
- ④高校見学レポート



## 勉強方法どうしよう… 効率的に定着させたいな… そんな悩みに答えます。

- ・暗記が必要なものは寝る前に取り組む、覚えたらすぐ寝る。

寝ることで知識は頭の中で整理され定着します。また、覚えた後他のことをすると、脳内で記憶が混ざり、勉強の内容が抜けてしまうそうです。昼間の数分の昼寝でも知識の定着を手伝うそうですよ。就寝前のスマホ×。

### ※勉強時間外にやるのも一つ

暗記系は常に目につくところに貼っておいたり、トイレに貼って用を足すごとにいくつか覚えていくなど、工夫することで暗記にかかる時間削減!

- ・思考する問題は早朝に取り組む

入試や実力テストは朝です。朝に働く頭にしておくことが大切です。

- ・問題集を繰り返すとく場合、間違えたところだけでOK。

- ・計算問題などはとにかく量をこなすべし! 慣れるとスピードも上がるし理解も深まる!

- ・アウトプットのトレーニングをする。

覚える(インプット)だけではなく、思い出すこと(アウトプット)でより知識は定着します。実際にテストの時も思い出して答えを書きますよね。アウトプットのトレーニング法⇒人に教える。問題を自分で作って解く。など **※勉強したことを自分の言葉で説明するって意外と難しいよ。**

- ・勉強のゴールデンタイム

- ★起床～10時 問題演習・復習
- ★16時～夕食 問題演習・復習・暗記
- ★就寝1, 2時間前 暗記

- ・ルーティーンを作る。

つまり、自分の勉強のペースをつくり、勉強する習慣を身につけるということです。どの時間帯ならば自分が集中して取り組みやすいかなど、自分の性格や生活リズムに合わせて、勉強が続きやすい環境を作りましょう。

**進路関係説明会情報** ※自分に合った高校を選ぶためにも説明会参加は大切。他の人を誘って行ってみよう。

○大阪府公立高校進学フェア 2024 7月23日(日) インテックス大阪

○地区別府立学校合同説明会 2023

高槻・島本地区 8月18日(金)

茨木地区 8月21日(月)

吹田・摂津・東淀川地区 8月24日(木)

※懇談時に配布した「大阪私立高等学校令和6年度入試 説明会・オープンスクール情報」や「旧第一学区内の公立高校体験入学・説明会一覧」なども参考にして、なるべくいろいろな高校に見学に行ってみましょう。

※申し込みや詳細については、HP等でご確認ください。