

進路かわら版 3 学年保護者用

新潟江南高等学校進路指導部

令和4年10月8日

実りの秋を迎え、いよいよ受験も間近になってきました。現役生は受験当日まで学力が伸びる、とよく言われます。安易に志望を下げず、高い目標を持ち続けさせることが大切です。一方で現役合格を望むのであれば、**合格する可能性の高い学校も探しておく**必要があります。その際には現在の学力を知り、現実を直視することが大切になってきます。ご家庭において、進学可能な地域や進路決定時の優先項目などを話し合い、早めに受験候補校を考えておいてください。

今後のスケジュール

ここではおおよその目安を示しておきます。それぞれの大学の募集要項で、必ず生徒自身が確認をするようにしてください。

～10月	<ul style="list-style-type: none">最後の記述模試。この模試結果と1月の共通テストの自己採点をドッキングさせたものが、出願する際の判断材料の一つになる。推薦入試の出願、受験。推薦入試のための小論文指導や面接指導を受けつつ、一般入試に備えての学習も並行して行う。
11月	<ul style="list-style-type: none">最後のマーク式模試。返ってきた秋の模試結果等を勘案しながら併願校を検討し、願書を取り寄せ、宿泊等の予約を進める。
12月	<ul style="list-style-type: none">最後の定期考査。この2学期末までの成績が出願の際に調査書に記載される成績となる。考査後、特編授業Ⅰがスタート。3年生だけ共通テストに対応した演習形式の授業を行う。面談を通して、共通テスト前の意思を確認する。とても順調にいった場合と、現状のままの場合、思い通りに行かなかった場合、の3セット、併願校を検討しておく。
冬期休業	(担任が調査書を準備。)
1月	<ul style="list-style-type: none">私大の出願。インターネット出願が主流になっている。各自でもれなく行う。14、15日共通テスト。16日自己採点。業者に自己採点を送る。特編授業Ⅱがスタート。二次試験・私大入試に対応するための授業を行う。最終面談を経て月末までに国公立大学に出願する。前期だけでなく、全日程分の出願をしておかなければならない。データが返ってきてから出願までに10日ほどしかないため、入念な受験プランを準備しておく必要がある。
2月	<ul style="list-style-type: none">授業と並行して私大の受験。地方会場の入試を実施する大学も多い。うまく活用すると体力を消耗することなく受験できる。二次試験の対策と併願校の受験をバランスよく。国公立大学前期試験。
3月	<ul style="list-style-type: none">卒業式。国公立大学前期日程の合格発表。中期日程、後期日程の受験。必ず担任に全試験の結果と、決定した進路先を報告する。

出願についての一般的な考え方

出願校の決定について

国公立大学については、共通テストの自己採点結果をもとにして決定することとなりますが、今うちに候補校を考えておくことが大切になります。私立大学については、12月中に出願が開始される大学もありますので12月中に決定する必要があります。

出願に際し「目標校」、「実力相応校」、「合格確保校」の3つに分けて考えます。下記を目安として、出願校を考えて下さい。また、ランキング表(「進研模試合格ライン2022」や「河合塾 栄冠めざして2022 VOL.3」)の偏差値を目安として考えることもできます。ランキング表の偏差値は、B判定ラインの偏差値で記入されています。A判定はランキング表の偏差値に、おおよそ4ポイントから5ポイント上乗せした偏差値になります。

	目安(模試における判定にて)
目標校	判定にかかわらず希望する学校
実力相応校	B判定の学校
合格確保校	A判定の学校

※判定と合格の可能性(%)

A判定(80%以上)

B判定(60%~80%)

C判定(40%~60%)

D判定(20%~40%)

E判定(20%未満)

出願候補校が決まったら、願書について確認します。ウェブでダウンロードすることが多くなっていますが、取り寄せる必要があるものもあります。多少なりとも出願する**可能性のある学校は、すべて準備しておきましょう**。慌てて取り寄せようとして間に合わない場合もあります。

国公立大学について

前期・中期・後期で各一校ずつ出願できますが、前期で合格した学校に入学手続きをすると、中期・後期で他の学校に合格することは出来ません。よって、**国公立大学の第1志望には前期で出願する**必要があります。

ただし、「新潟県立大学」は、独自の日程(A日程、B日程、C日程)で行いますので、他の国公立大学の前・中・後期日程と併願することができます。

たとえば、新潟大学と新潟県立大学においては、学部・学科の志望が合えば、

①新潟県立大学 A日程 ②新潟県立大学 B日程 ③新潟大学 前期
④新潟大学 後期 ⑤新潟県立大学 C日程 の5回、受験することもできます。

同じ大学でも、前期日程と後期日程では、受験科目・難易度ともに大きく変化します。一般的に同じ大学では**後期日程の方が難易度が上がります**ので、前期・後期で同一大学の出願は避けた方がよいです。後期に出願する大学は、前期に出願する大学よりも難易度が低い大学を選択した方がよいです。

例) **前期** 新潟大学 工学部 **後期** 秋田大学 理工学部

例) **前期** 埼玉大学 経済学部 **後期** 福島大学 経済経営学類

国公立大学でも共通テストの利用教科が3・4教科のところもあります(特に中期・後期)。私立大学を第1志望とする人も、このような国公立大学になら出願できることがあります。

例) 新潟県立大学、三条市立大学、高崎経済大学、都留文科大学等

私立大学について

私立大学は何校でも出願できます。また、入試方法が何種類も用意されています。例えば、共通テストの点数で合否判定が決まる共通テスト利用型入試や、新潟で受験できる地方入試など、自分に合った方法を選ぶことができます。どうしても行きたい大学があれば、入試方法を変えて何度もチャレンジすることもできます。最近は募集要項のダウンロードや出願をインターネットで実施している大学が主流です。ネット環境を確認しておくとういでしょう。大学のHPや募集要項を確認の上、無理のない受験スケジュールを立てて臨ませてください。

☑私立大学入試方法をチェック

■ 3教科型入試

私立大学の一般的な選抜方法。文系学部は英語、国語、選択科目（地歴・公民・数学）、理系学部は英語、数学、理科が基本。

■ 共通テスト利用型入試

私立大学が共通テストの成績を利用する方式。別に課す個別試験との総合で合否を判定する学校も少数あるが、ほとんどの大学が個別試験は行わず、共通テストの成績だけで合否が決まる。複数の私立大学に出願でき、国公立大学との併願がしやすい。但し、共通テスト受験前に出願を締め切るところが多い。

■ 地方入試（河合塾「栄冠めざして2022 VOL.3」に一覧が記載されています。）

大学の所在地以外の場所に試験場を設置し行う入試。交通費や宿泊代などの費用も軽減でき、精神的にも余裕が持てる。新潟で行う大学もあるので確認する。

■ 得意科目重視型入試

①事前申告した得意科目の配点が高くなる。 ②高得点の科目の配点比率が高くなる。
③高得点の科目のみを合否判定に利用する。 ……など、自分の得意科目を生かせる。

上記以外にも、各大学で様々な入試方式を行っているので、募集要項をよく読んで受験する方法を決めてください。

☑受験候補校の日程を確認し、受験校を最終決定

受験校を決定する際には、受験候補校の受験日、発表日、**入学手続き締め切り日**、試験会場までの交通手段、移動時間を確認する必要があります。特に、**入学手続き締め切り日**においては、期日までに入学金を振り込まなければならないので、併願校との入学手続き締め切り日を大学の募集要項等で、しっかり確認しておく必要があります。（入学手続き後に入学を辞退しても、入学金は返金されません。）志望校の「学校名・学部名・学科名」、「受験方式」、「願書締切日」、「受験日」、「合格発表日」、「入学手続締切日」について、『入試カレンダー』を生徒が作成しますので確認してください。

【入試カレンダーの作成例】 試(試験) 発(発表) ☑(手続締切日)

例) A君の受験スケジュール

志望順位(該当校)	2/1	2/10	2/20	2/25	3/9 中旬	3/22
1 東北大学前期				試	発	☑
2 新潟大学後期					試	発
3 私立大学(目標)		試	発	☑		
4 私立大学(実力相応)		試	発		☑	
5 共通テスト利用(実力相応)			発	☑		
6 私立大学(合格確保)	試		発	☑		
7 共通テスト利用(合格確保)			発	☑		

例) Bさんの受験スケジュール

志望順位(該当校)	2/1	2/5	2/17	2/20	2/25	3/8 中旬
1 新潟大学前期					試	発
2 新潟県立大学A日程		試	発		☑	
3 新潟県立大学B日程				試		発
4 富山大学後期						試
5 私立大学(合格確保)	試	発		☑		
6 共通テスト利用(合格確保)	発		☑			

参考：受験料

大学入試	受験料(概算)
国公立大学(2次入試)	17,000円
私立大学(一般入試)	30,000～35,000円
私立大学(共通テスト利用)	15,000～20,000円

※交通費・宿泊費も考慮に入れる。

☑宿泊先、交通手段の手配

県外で試験を受ける場合は、交通手段、移動距離・時間等を考えて早めに宿泊等の手配をしてください。大学に近いホテル、交通アクセスの良いターミナル駅に近いホテルを選択することがお勧めです。また、前日に下見をする時間を確保できるように出発し、受験会場までの交通手段を確認しておくことで安心です。

☑万全な状態で受験に備える ～体調管理の大切さ～（食事編）

睡眠の重要性は先月の『進路かわら版4号』でお伝えしました。不眠はさらなるストレスの無限ループとなります。朝起きない受験生に勝者はいません！

食事也很重要です。まず朝食を摂ることが絶対です。夜遅くまで起きて勉強し、朝ギリギリまで寝て朝食を抜いて登校するような生活リズムは避けるべきです。脳の唯一のエネルギー源であるブドウ糖が多く含まれているのがごはんやパン、麺類などの炭水化物です。朝食でこの炭水化物（特にごはん）を多く摂ることは体温を上昇させ、腹持ち良くエネルギーも長持ちさせるので1日の活力を生みだすうえで重要です。何はともあれ朝食を摂る習慣を身につけましょう。ただし、炭水化物の摂り過ぎは禁物です（砂糖を多く含む菓子パンは血糖値の急激な上昇と下降を起し、集中力低下につながります）。

次に、炭水化物を主食として、主菜、副菜などほかの栄養素とバランス良く1日3食しっかりと食べるように心掛けることも大切です。この栄養バランスがとても重要です。体に良い食材だからといって、同じ食材だけを毎回摂取するのは間違っています。過去にスポーツ選手が勝つことだけに拘り、食事・栄養面に関して偏った考えを持ってしまい、「この食材を食べていれば試合に勝てますか？」と栄養士に質問したことがあるそうです。これを食べれば絶対に勝てる食材など存在しません。受験も同じで、これを食べれば絶対に合格できる食材はありません。しかし両者に共通するのは、いつでも「ベストコンディション」でいられる食材・料理はたくさんあるということです。大切な試験当日に胃がもたれてしまって試験に集中できないことがないように栄養バランスの良い食事を日々摂るようにしましょう。そのためにはカツ丼・天丼などの丼型の食事より、ごはんも味噌汁も野菜も付いている定食型の食事がお勧めです。献立を考える際の参考にして下さい。食事に気を配ることは、保護者から受験生への最大の支援になると思います。

夜中、小腹が空いたので夜食を食べる経験をしたことがある人もいるでしょう。食べる内容が大切です。カップラーメンや菓子パンなどで腹を満たしてしまうのは良くありません。消化が悪く、その後に寝ようと思っても消化器官が働き、眠りにくくなってしまいます。夜食で効果的なのは、勉強で疲れた脳の栄養補給を必要最小限に行うことです。一口サイズのチョコレート1個やナッツ類を少々つまむこと十分ですが、夜食を計算に入れた勉強方法では、睡眠時間を削る可能性があります。できるだけ寝る3時間前には夕食を済ませ、その間に勉強に集中し睡眠時間をしっかり確保するような勉強方法、生活リズムが望ましいでしょう。

睡眠・軽い運動・適切な食事。こういった生活リズムを受験期間中でも必ず取り入れ、勉強に集中できる体づくりを実践してみてください。

入試本番にインフルエンザや風邪にかかってしまったら、今までの努力が水の泡になりかねません。新型コロナウイルス感染症の対応等、各大学からの通知にも留意してください。手洗いやうがいの習慣づけ等、万全の対策をしておいてください。

