



白聖

はくあ 第2号 令和8年4月21日発行



《あなたが目指す学校生活とは》

新年度がスタートしてからすでに三週間目に入っていますが、振り返ってみて計画的に過ごせていますか。慣れない新生活に戸惑いながらも、それ以上に時間の流れを早く感じた人も多かもしれません。高校3年間は長いようで短いものです。自らの進路目標の実現を可能にするかどうかは、皆さんの主体的・積極的に自分の高校生活を創り上げていこうとする姿勢にかかっています。自分自身で明確な目標を掲げ、実現させるための努力を続けていきましょう。青森高校で、堂々と逞しく学校生活を送ってくれることを願っています。

◆3年生 ～受験生の自覚を持つ～

3年生はいよいよ勝負の年です。大学入試はまさに体力勝負になりますので、ただがむしゃらに勉強するのではなく、バランスの良い食事、十分な睡眠、適度なリフレッシュを含めて、心身ともに健康な状態でこの一年間を走り切ってほしいところです。学習面では、6月の高校総体まではいかに文武両道を維持できるかがカギを握ります。限られた一日の中で隙間時間を有効に使い、学習時間を捻出していくことで忍耐力を身につけ、引退後はそのエネルギーを受験勉強に全力で注いでいくことになります。また、学校推薦型選抜・総合型選抜・一般選抜のどの方式で受験をするのか自分に合っているのか、今までに集めた情報をもとに判断することになります。まだ3年生になったばかりと軽く考えないで、早めに受験計画を立ててみましょう。受験計画を立てることによって勉強の進め方も大きく変わりますから、見通し・戦略をもって臨むことが必須です。この一年間、栄冠めざして共に頑張り抜きましょう。

◆2年生 ～可能性を広げる一年にする～

2年生から文系・理系に分かれ、それぞれ地歴・理科の学習が本格化します。合わせて難度・進度ともにアップします。うかうかしていると積み残しの消化に追われ、遅れを取り戻すだけで精いっぱい的一年になってしまいます。自己分析、時間管理、集中力が今まで以上に

大切になります。また、課外セミナー・職業体験・検定試験は、2年生のうちに積極的に参加、受験してください。その経歴は進学・就職の際提出する「調査書」に記載されます。3年生になってから慌てても「チャンス」も「時間」も極めて少なく苦勞することになります。特に難易度の高い検定などは、一度で合格することが難しく、何度も挑戦してやっと合格できた例が殆どです。余裕のある今だからこそ、計画性をもって後悔のない実り豊かな一年を送りましょう。さらに、大学の受験方式の違いや、国公立大、私立大それぞれの受験内容について情報収集も始めなければなりません。



◆1年生 ～身につけたい5つのこと～

1年生は、中学生から高校生に進学するにあたり、学習内容や生活環境は大きく変化します。これからの高校生活をより有意義なものにするために、以下の5つのことを心がけて高校生活をスタートさせてください。

1. 学習スタイルを定着させる

高校の授業は中学よりも授業進度が速く、内容も難しくなっています。授業の内容についていけず「お手上げ!」とならないために、1年生の早い段階で学習スタイルを定着させましょう。学習スタイルの基本は、[予習]→[授業]→[復習]です。まずは、予習をして、自分がわからない箇所を明らかにしたうえで、授業に臨みましょう。そうすることで、自分が聞かなければならない箇所に特に集中して、授業を受けることができます。そしてなにより復習をすることで理解度を確認し、さらに知識を定着させることが大切です。もし理解できていなければ、先生に質問しに行くなどして、できるだけ早く解決しましょう。理解できていなかった箇所は、1週間後に再度復習をするとより効果的です。部活動が忙しく、その日のうちにできない場合は、週末に補うなど自分にあった学習スタイルを確立しましょう。

II. 苦手科目と向き合う

苦手科目や苦手分野は誰にでもあります。この「苦手」と向き合い、克服できるかどうか、志望校合格のための鍵となります。国公立大では、受験に必要な科目が「8科目」とかなり多いのが一般的です。3年生になると、理科や社会の暗記にも時間が必要になってきます。英・数・国の主要3教科の苦手は1・2年生のうちに克服しておきましょう。間違えた問題や理解ができていない箇所は、教科書を繰り返し読んだり、先生に質問したりと十分な時間をかけましょう。時間に余裕のある1・2年生のうちに、とことん苦手と向き合しましょう。

III. 文理選択を決める

青森高校では2年生から「文理分け」が行われます。文系・理系どちらのコースを選択するかは、将来大学や学部を決める際に、非常に大きく関わってきます。比較的時間に余裕のある1年生のうちから、学びたい分野について考えてみましょう。文理選択で大切なことは、「数学が苦手だから」「国語が苦手だから」といった「苦手」を理由に選択してはならないということです。将来自分が就きたい職業や、興味のある学問が文系、理系のどちらで学べるのかという観点で考えるようにしましょう。進みたい進路をどう見つけたらよいかわからない、という人は、新聞を読んだりニュースを見たりして、自分が興味のある出来事はどのようなものか？と考えるなど、身近なものから興味あるものを探すのも有効な手段です。

IV. 主体性を育成する

主体性とは「自らの意志・判断によって行動しようとする態度や性質」を意味します。高校生活には、総合的な探究の時間や部活動、学校行事や委員会活動、課外活動といった主体性を発揮する場面がたくさんあります。各教科の勉強を頑張ることと同様に、様々な活動への積極的な取り組みによって主体性を育むことは、多様な大学入試（学校推薦型・総合型選抜等）に対応する上でも必要になります。高校生活の中で、自ら考えて行動する力を伸ばしてください。

V. 進路目標を明確にする

近年の大学入試は非常に多様化しており、一般選抜以外の学校推薦型選抜や総合型選抜による入学者が増加傾

向にあります。大学進学を希望する場合は明確な志望理由と計画的な受験準備が求められ、今まで以上に進路意識を早期から高めていくことが必要になります。1年生の秋頃には文系・理系の選択を決めることとなりますので、自分の適性や指向も含めて、どのような進路を目標とするか、考えていきましょう。比較的時間に余裕のある1・2年生のうちに、多数の大学について調べ、自分が学びたいと思える大学・学部に出会いましょう。オープンキャンパスに参加したり、興味のある大学で行われている研究について調べたりして、自分の目で見て、聞いて、触れて、五感を使って大学研究をしてください。

《演習室3を利用しよう》

2階にある演習室3は、自習室として早朝や昼休み、放課後に開放されています。本棚には主要国公立大学・私立大学の「赤本」や、「受験報告書」「大学パンフレット」「東北大学AO入試過去問題」など、進路・受験のために参考となる資料が揃っています。それらは共有の資料になるため、その場で閲覧することが原則で、個人で家に持ち帰ることは禁止になっています。しかし一時的な持ち出しは可能ですので、必要なページがある場合は、生徒昇降口前にある生徒用コピー機でコピーをしたらすぐ所定の位置に返却してください。

演習室3は3年生の教室がある2階にあるため、3年生の専用教室と思いついでいる人がいますが、3年生のみならず、1・2年生も利用することができます。勉強したい生徒は遠慮せずにどんどん活用してください。また演習室3に置いていない資料については、進路指導部に来て「〇〇はありますか？」と先生方に尋ねてください。喜んで対応しますよ！



◆◆◆◆◆ 注意！ ◆◆◆◆◆

演習室3は資料閲覧・自学自習のための教室です。昼休みや放課後であっても飲食は禁止です。また演習室前の廊下で騒がしくすることも控えてください。皆でルールとマナーを守って「学びたい人による学びたい人のための空間」にしていきましょう。