平成 30 年度

“チーム海高”進路実現プログラム

負けじ心を振り起せ！

茨城県立水海道第一高等学校　進路指導部

第一年次

		4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
学校	全体	4 離任式 6 始業式 9 入学式 10 対面式	3 定期戦 12 PTA 総会 生徒総会	1 英検 8 亀陵祭（～9）	16 保護者面談（～19） 19 全校集会 20 夏季休業始 27 中学生のための水海道一高説明会① 野球応援	22 中学生のための水海道一高説明会② 23 〃 ③ 30 夏季休業終	28 前期終業式 生徒会役員立会演説会	2 後期始業 5 英検 6 学校公開・道徳公開授業 27 歩く会		5 保護者面談（～8） 21 全校集会 22 冬季休業始	7 冬季休業終 25 英検		1 卒業式 22 後期終業式 23 春季休業始
	考査・模試	11 スタディサポート	15 定期考査Ⅰ（～17）	19 定期考査Ⅱ（～22）	2 進研総合学力テスト・7 月	24 河合塾第２回全統模試	6 定期考査Ⅲ（～11） 18 スタディサポート		6 定期考査Ⅳ（～9） 17 進研総合学力テスト・11 月	1 GTEC 4 小論文模試	8 実力考査Ⅱ 19 進研総合学力テスト・1 月	5 定期考査Ⅴ（～8） 14 小論文リライト	11 スタディサポート
	年次	13 面談週間①（～27） 28 土曜課外①	26 土曜課外② 29 校長講話 31 教育実習生と語る会	14 進学要覧ガイダンス 30 土曜課外③	2 面談週間②（～13） 23 夏季課外（希望者）（～25）	20 夏季課外（～23）	4 進路希望調査① 15 土曜課外④ 25 履修ガイダンス①	4 履修ガイダンス② 18 年次 PTA 進路講演会 20 土曜課外⑤ 30 大学見学会	19 面談週間③（～12/4） 27 キャリアガイダンス 29 小論文ガイダンス①		10 進路希望調査② 12 土曜課外⑥ 22 教頭講話	12 小論文ガイダンス② 16 土曜課外⑦ 28 進路講演会	9 土曜課外⑧ 14 年次集会 19 卒業生を囲む会 春季課外
	HR		定期考査Ⅰにむけて 24 亀陵祭にむけて	5 亀陵祭にむけて	12 夏休みの計画について			9 大学見学会にむけて 25 大学見学会事前指導	22 キャリアガイダンス事前指導		進路学習	定期考査Ⅴにむけて	
	テーマ	中学生から一歩大人の高校生へ！ 求められる能力は当然高まる	文武両道は底力をつくる	海高生としてのプライド とはなにか考える	苦手科目の補強と自分探し	生活・学習スタイルの再点検 セルフコントロールを身につける	文系それとも理系？ 道を拓く生き方を考える	全国規模の模試で人を知り自分を知る	入学以来の成長はあったか ?! そして新年への新たな決意	大学受験まであと 2 年 気持ちをひきしめる	1 年次のことは 1 年次のうちに		
	学習・生活・進路	【高校での学習方法を身につける】 海高の授業は 1 時間の密度が濃くしかも速い　授業について行くためには ①「予習→授業→復習」の学習サイクルを身につける ②授業に集中し吸収力を高める ③「定期考査Ⅰ」を目標に計画的な学習を 【海高生としての望ましい生活習慣の確立をする】 今までとは違う生活がスタート　早く海高生としての生活のリズムをつかむには ①家庭学習記録をきちんとつけよう ②毎日決まった時間に起床・就寝する ③適切な食生活を 【部活動を共に頑張り，共に学ぶ意欲を高めよう】 定期戦で見る海高下高の団結力はすごい　これが伝統ある進学校ならではの力であることを実感し，共に学ぶ姿勢を確認しよう　文武両道はのちのちの受験の底力となる	【時間を有効活用し，毎日家庭学習をする習慣を】 通学時間や部活動等で帰宅時間が遅くなり学習時間がなかなか確保できなくなる時期 ①「勉強しないでも何とかなる」と思ったら，もう進化はない ②どんなに苦しくても，家庭学習の時間は毎日確保すること ③短い時間で効果的な家庭学習をする ④いつでもどこでも…５分あれば勉強を進めることができる 【亀陵祭に積極的に取り組む】 2，3 年次生の熱い情熱を肌で感じ，先輩のパワーとエネルギーを実感できる時　完全燃焼の充足感を味わうチャンス 【３年次生の “海高魂” を感じる　そこにプライド（誇り）あり】 亀陵祭が終わり部活動を引退した３年次生は，本格的な受験態勢に ①大切なのは，「生活のけじめ」と「こころの切り替え」 ②１日１日の着実な学習習慣の大切さを知ろう ③２年後の自分の姿を思い描いてみる	【高校最初の夏休み，自主学習力を身につける】 夏休みは自由になる時間が増える　うかうかしているとライバルとの差は大きく広がるばかり 自己管理をしっかりと ①自主的，自律的な学習習慣をつける ②７月までの学習を振り返り，学習目標・計画を立てる ③苦手・不得意科目の克服をする ④読書で知識を増やす 【自分探しの体験をする】 自分のなりたい職業をみつけ研究する時期　自分の将来像が描けると学習にも身が入る ①色々な資料を調べて職業について理解を深める ②大学や機関が実施する公開講座やオープンキャンパスに参加する ③社会貢献をしてみよう，自分に何ができるのか知るのも大切 【夏休み明けにはこれまでの生活を見直そう】 夏休み明けは体調を崩しがちになる時期　秋からの学習スタイルを確立する いい流されるとあとで大きな後悔につながる	【もう中学の貯金は底をついた】 前期の成績は中学校までの貯金が反映されていたが，ここからは海高での学習が反映される　そして今培った学力そのまま高校３年間の根幹をなす ①「定期考査」「模試」の結果を自己分析し，弱点・不得意分野を明確にする ②不得意分野の補強を中心にした学習方法の計画 ③自分に妥協しない 【将来を見据えた “ 文理選択 ” をする】 ①将来の夢（活躍の場）実現から，必要なスキルが何かを見極める ②家族・友達・担任と話し合い，最終的には自分で決定する ③職業・学問の分野について広く情報収集をする ④資格や就職の有利不利にこだわりすぎて自分の視野を狭めない 【歩く会で根性を知る　ともに頑張りあう仲間を意識せよ】 歩く会は自らの気力を知るいいチャンス　しかも頑張るのはひとりじゃないんだと実感できる　３年３回の踏破で自信と誇りに思えるように	【授業→定期考査・外部模試→見直し　これが一番大事！】 学力差が開き意欲衰退になりがち　学習習慣が身についていないまま授業を聞いてもほとんどわからないのは当然　ここがふんばりどころ，強い心をもて ①「予習→授業→復習」のサイクルの再確認 ②「定期考査」「実力考査」「外部模試」で間違えたところ・わからなかったところは，理解するまでとことん追求 【学習法・量を振り返り，冬休みの学習計画を立てる】 ①今年１年間を振り返り，高校入試時の学習量と現在の学習量を比較してみる ②学習の時間や意欲がその まま校内順位に反映していることを自覚し，冬休みに向けて学習計画を立てる 【体調管理を十分に　いつもベストコンディションで】 寒くなるにつれて体調を崩しやすくなる時期　高校では１日でも休むと授業がわからなくなってしまう　体調を整えいつもベストな状態を維持しよう	【学習の意義を自覚し効率的な学習スタイルを】 いよいよ１年次の総復習仕上げの時期であると同時に「２年次生０学期」である　この１年間で自分がどれだけ進化することができたのかふりかえる ①１年次の内容は１年次のうちに身につける　センター試験は１，２年次の授業内容もたくさん出題される ②スマートで効率的な学習方法を身につける　休み時間・昼休みなどの有効利用 ③課題＝学習と思うなかれ　課題はやって当然，加えて自ら必要と判断したことを身につけるのが学習である 【３年次生の受験状況をみる】 ①教室で自学している３年次生はみな必死，２年後の自分の姿をイメージせよ ②目標と現状の差を認識し何が足りないのか自問自答　そして前へ 【初心にかえる】 ４月には後輩が入学する　後輩に尊敬される先輩になる		

第二年次

		4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
	考査・模試	11 実力考査Ⅰ	15 定期考査Ⅰ（～17）	19 定期考査Ⅱ（～22）	2 進研総合学力テスト・7 月	24 河合塾第２回全統模試	6 定期考査Ⅲ（～11） 18 スタディサポート		6 定期考査Ⅳ（～9） 17 進研総合学力テスト・11 月	1 GTEC 4 小論文模試	8 実力考査Ⅱ（～9） 19 進研総合学力記述模試・1 月	5 定期考査Ⅴ（～8） 14 小論文リライト 23 進研センター早期模試	2 全統高２記述模試（希望者） 11 スタディサポート
	年次	10 進路希望調査① 13 面談週間①（～27） 28 土曜課外①	26 土曜課外② 31 教育実習生と語る会	14 進学要覧ガイダンス 30 土曜課外③ 30 看護医療説明会①	2 面談週間②（～13） 23 夏季課外（希望者）（～25）	20 夏季課外（～23） 大学見学会（希望者）	4 進路希望調査② 15 土曜課外④ 看護医療説明会② 20 履修ガイダンス	18 大学出前授業 20 土曜課外⑤	年次 PTA 進路講演会 19 面談週間③（～12/4） 29 小論文ガイダンス	15 修学旅行（～18） 冬季課外	10 進路希望調査③ 12 土曜課外⑥ 看護医療説明会③ 冬休み学習会	12 小論文ガイダンス② 16 土曜課外⑦ 28 進路講演会	9 土曜課外⑧ 14 卒業生を囲む会 19 年次集会 春季課外
	HR	12 進路プランニング① 亀陵祭にむけて	1 定期考査Ⅰにむけて 亀陵祭にむけて	5 定期考査Ⅱにむけて 26 進路プランニング② 28 修学旅行事前指導	5 オープンキャンパスについて 12 夏休みの計画について		4 定期考査Ⅲにむけて	修学旅行事前指導 履修登録予備調査	1 定期考査Ⅳにむけて 15 受験科目調査	13 修学旅行結団式 志望大学研究	15 大学入試センター試験について 24 進路プランニング③ 31 定期考査Ⅴにむけて	入試科目研究	
	テーマ	前に進むための目標を 自ら設定しよう	学習と部活動との両立 自分で自分を大きくしよう	将来への夢を意識 夏休みを有効に活用	高校生活の折り返し地点 生き方・学習のしかたの再点検を	勝負に使う選択科目を考える	いよいよ模試も 5 教科に 学力確認・戦略確定	カウントダウンは始まった 志望大学・志望学部を真剣に考える	受験まであと 300 日 基本事項の総まとめは今				
	学習・生活・進路	【新しい年次の始まり】 前年度の学校生活や家庭学習を振り返りいいスタートをきろう ①授業を大切に 「学ぶ喜び」「知る喜び」を実感するには，授業中の集中力が大切 ②生活のリズムを大事に セルフコントロール（起床・就寝・学習の時間帯） ③２年次の目標を定める 今年一年の到達目標を見定め手段を練ろう 【定期戦で自分と海高をビルトアップ】 部活動での責任を重い　定期戦は自分をビルトアップさせる好機　具体的な目的を見いだせず惰性に流されやすくなるこの時期だからこそ ①強い心構えをもつ ②どんなに忙しくても必ず机に向かうこと ③授業が何より大切　よりよく内容を吸収するための工夫を考え実行に移す	【学部・学科について考えよう】 関心のある学部学科について調べ志望校について考えてみよう ①好きな教科やキーワードから将来を考える ②気になる職業から調べる ③家族や先輩の体験談を参考にする 【亀陵祭を最大限の努力で創り上げる】 ①楽しむときを全力で「創造」の喜びを実感できることは人間性を大きく拡張できる ②亀陵祭は卒業した先輩と出会えるチャンス　大学の様々な情報を収集しよう 【模擬試験に全力で取り組む】 ７月上旬には今年度最初の模擬試験がある　詳細な志望校判定が出る大事な模試　自分の学力を知る機会を十分に活用しよう　そのためにも十分な対策を	【高校３年間の節目となる夏休み～自主学習推進】 長時間集中力を持続して勉強する訓練を！ ①しっかりと目標を立て ②計画を立て（週毎に科目毎のおおよその目安を設ける） ③きっちり自己管理する 今年やってみないでいつやってみる？ 【自分の将来について考える】 各大学ではオープンキャンパスや模擬授業などのイベントが盛りだくさん　最低でも２つは行ってみて志望校や将来のキャリアについて考えてみよう オープンキャンパス（大学見学）報告書の作成 【できない理由は自分で解決すべし】 「部活があるから勉強はできない」「勉強ができないから部活をやらない」と言っている生徒ほど両方できない　両方こなしてこそ相乗効果があるというもの　勉強と部活の Win-Win な関係を構築	【模擬試験に向けて全力を尽くそう】 ２年 11 月初旬の模試は，初めて５教科で実施できる模試 理科・地歴公民の実力がここではっきりと示される　センター試験を意識して各科目とも十分な準備をして勝負をかけてみよう 志望校記入のポイントは ①志望学部・学科に一貫性を持っているか ②将来の夢や職業とつないでいるか ③志望校間の比較検討などを怠っていないか ④国公立・私立のバランスを考えて選んだか ⑤希望を高く持っているか 【３年次生にエールを送ろう】 ３年次生にとって受験勉強の一番苦しいとき　先輩にエールを送るとともにどんな気持ちで自分を奮い立たせているのかうかがい知ろう	【授業→テスト→見直しのサイクルで確かな実力を】 定期試験・模擬試験の結果がなかなか思うようにいかず悩む人が多い時期　「学問に近道はない」「峠を越える までの辛抱」 基本にもどるべし ①予習→授業→復習のサイクルを確認する ②「定期考査」「外部模試」のミスは二度としないつもりで 【修学旅行をきっかけに】 修学旅行は新しい体験・新しい出会い・新しい自己発見の宝庫　友達の個性・自分の個性をみつけ尊敬しあえる間柄に	【将来の目標を定めよう】 ①進路関連行事が目白押し　センター試験・個別試験の受験科目を決定させる時期　安易に私立志向にシフトし科目を減らすのは危険．それだけ１科目に求められる学力が高くなるということ　できるだけ選択幅を広げたまま最後まで頑張る姿勢が大事　これからの１年間の心の持ちようで可能性はいくらでも変わりうる ②自分のやりたいこと，就きたい職業，そして「夢」を大事にしよう　「夢」に近づくために必要な時間は君次第では十分につくることができる 【受験モードスタート】 ３年次生が自由登校となり最高学年に　卒業式の先輩の清ち足りた顔を見たか？！　やるべきことをすべてやり尽くした姿がそこにあったはずだ　今度は我々の出番　２年次の１月～３月に受験モードに入れた者がまずは安定して学習をリードできる ①一番大切なことは授業中心の学習習慣 ②難しい問題に入る前に基礎基本から ③定期試験・模擬試験を１回１回大切に受ける ④間違えた問題はその まま にしない　必ず理解し復習 【先行逃げ切りが受験を楽に進めるこつ】 ３年次は問題演習も増え授業速度も加速度的　２年までの内容の復習と苦手分野のチェック・補強を春休み中に　もちろん授業に先行して受験科目の予習に取り組むのも良し　すべては自分の判断がものをいう		

第三年次

		4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
	考査・模試	11 実力考査Ⅰ（～12） 23 進研総合記述模試	15 定期考査Ⅰ（～17）	2 進研総合マーク模試 19 定期考査Ⅱ（～22） 小論文模試①（希望者）	2 進研総合記述模試 小論文模試②（希望者）	9 河合塾第２回全統マーク模試（～10） 24 河合塾第２回全統記述模試 小論文模試③（希望者）	6 定期考査Ⅲ（～11） 18 第１回ベネッセ・駿台マーク模試	7 河合塾第３回全統マーク模試 13 第２回ベネッセ・駿台記述模試 20 河合塾第３回全統記述模試	3 第３回ベネッセ・駿台マーク模試 6 定期考査Ⅳ（～9） 22 河合塾全統センタープレテスト（～23）		7 センター直前パック模試（～8） 19 【センター試験】（～20）	私立大学一般入試 25 国公立大学前期日程試験開始	8 公立大学中期日程試験 12 国公立大学後期日程試験 28 国公立大学欠員補充出願試験 私立大学一般入試
	年次	10 進路希望調査① 13 面談週間①（～27） 28 土曜課外①	26 土曜課外② 公務員・就職希望者説明会	14 進学要覧ガイダンス 15 推薦，AO 入試希望者説明会 30 土曜課外③ 30 看護医療説明会①	2 面談週間②（～13） 12 センター試験説明会① 夏季課外Ⅰ期 大学見学会（希望者）	夏季課外Ⅱ期 夏季課外Ⅲ期 31 指定校推薦基準開示 31 進路希望調査②	3 推薦希望受付（～7） 4 センター試験説明会② 11 推薦選考会議 14 推薦者説明会 15 土曜課外④	2 センター試験出願 看護医療説明会②	12 特編授業Ⅰ期（～1/18） 19 面談週間③（～12/4）	18 センター試験説明会③ 推薦合格者説明会 冬季課外	18 センター試験説明会④ 21 自己採点集計 22 特編授業Ⅱ期（～31） 26 三者面談（～27）		
	HR	亀陵祭にむけて	8 推薦入試について 10 定期考査Ⅰにむけて 24 入試科目研究 29 大学受験対策	12 大学研究② 19 大学研究③ 28 オープンキャンパスについて	3 夏休みの計画について 5 大学受験対策		20 学力向上対策 25 前期を振り返って	2 大学受験対策 4 大学受験の進め方 9 特編授業について 25 大学受験対策	1 定期考査Ⅳにむけて 15 受験カレンダーの作成① 20 受験カレンダーの作成②	4 三者面談に向けて 11 学力向上対策 13 冬休みの計画について	15 進路対策① 17 センター試験にむけて 31 自宅学習の進め方		
	テーマ	自分で決めたことは何が何でも それが海高スタイル	受験勉強を楽しむ 発見・ひらめき・ロマンが背中を押してくれる	受験の天王山は今！ 本モノの自分をみつける	大きく飛躍の秋！ 合格までジャンプアップ	実力養成		第一関門のセンター試験に向けて 負けじ心を振り起せ！		いざやいざや我が友 いよいよ集大成の時！		試験直前まで力は伸びる 充実の卒業式を！	
	学習・生活・進路	【初心貫徹】 受験勉強の本格的開始 ①授業を大切にすること毎日の予習復習が不可欠 ②自分の学習・生活スタイルを決める　決めたらなんとしても実行するつもりで ③目標を定める　受験勉強に１年間集中して取り組むには，夢の志望校に「絶対合格」という強い　覚悟　１年後に大学生活を謳歌する自分をイメージ 【まずは基礎固め】 ①文系科目は根気強さが重要な科目　やればやっただけの実力がつく ②理系科目は理解をして前へ　授業重視で先生に食らいつく　心と頭にインパクトを与えると効果的に学習展開が可能 ③集中力が成功失敗の分かれ道と思え 【定期戦から得られるもの】 定期戦で得るもの，それは最後まであきらめない気持ちと団結力　「受験は団体戦」である　クラスでも授業でも「チーム海高」	【「時間」を上手に使えるかが成否の鍵】 朝の授業前の 30 分，放課後の教室で２時間，そして自宅でひと踏ん張り，時間は自分で作るもの １週間毎の学習ノルマを決めて実行するとよい　自分なりの方法を工夫　受験まであと 200 日 【部活動・亀陵祭・そして学習も全力で】 部活動３年間の総決算としての大会や最後の亀陵祭を充実したものに　1，2 年次生に海高生の心意気を伝えよう　部活も受験も楽しみもみんなで一致団結乗り切る伝統こころにあり 【夏を制するもの　受験を制す】 ①夏休みの学習計画を立てよう　苦手分野にじっくり時間をかけて理解を進めるのは今しかできない ②「苦しい　つらい」の充実から「発見，ひらめき　ロマン」が生まれ進化が始まる　決してあきらめない　自分の可能性を拡張させよう ③大学案内は，私立大なら５月，国公立大なら７月頃にはできあがる　資料請求は自分でするものも　オープンキャンパスで大学を再確認	【心を強くすることの重要性が今わかる】 夏休み中は１日 14 時間ぐらいは学習時間を確保できる　最初から継続してできるものではないが，今ここで自分に克つ心を強くし，ねばりぬく訓練ができる「負けじ心を振りおこせ」 【飛躍の秋がやってくる】 ①いよいよ問題演習中心の学習へ移行して応用力を養う時期　絶対にわかってやるんだという意気込みが大切 ②模擬試験が多くなる「鉄は熱いうちに打て」 模試当日のうちに復習を ③９月はセンター試験願書配布→出願，推薦希望者の応募・校内選考など忙しい　ミスのないようにチェックしながらすすめよう 【推薦希望者の過ごし方】 ①定期試験の準備はもちろん大切 ②本や新聞を読んだり社会の話題にも関心を深め，自分の考えを論理的に展開できるようにする ③夏のうちに入試方式を確認しておく　過去問の勉強はじっくりせめてみるところからはじまる　時間がたっぷりかかるので夏が勝負となる　小論文対策を丁寧に行う	【心が折れそうになったときは】 人によって進度はまちまち　遅れを自覚して心が折れそうになることも…　誰しも公平に自信が持てるもの．それはすべてをやり尽くしたということ　結果が出るまでには時間がかかるもの　安易な志望変更はモチベーションの低下につながる　自分・友達のいいところを見つけあって応援しあおう　受験まであと 100 日 【模擬試験をうまく活用しよう】 この時期は模試が目白押し　見えないライバル（合格判定に同じ大学を志望した）との戦いを楽しみながらも冷静に自己分析を 【いざやゆかん　チーム海高諸君】 ① 11 月末で模試はほぼ終わり　自分を試すチャンスは残り少なくなる　具体的な志望校・併願校を　この時期　目安は「目標校 1，実力相応校 3，安全確保校 2」．それに偏々の事情を加味して選択 ②願書取り寄せも忘れずに ③推薦受験者は推薦対策と一般試験対策の双方とも頑張ること　最大の踏ん張り時	【過去問で実践力養成　センター試験で波に乗る】 ①センター試験までは，過去問や予想問題を使って対策に集中する ②センター試験は時間配分が重要　余裕を残して問題を解く習慣を 【センター試験の準備は万全に】 携行品や場所の確認・交通手段の確保など，準備を怠らない 【センター試験後こそ，がんばりどころ】 センター試験後は私立大対策や国公立大個別試験対策にシフトする　いずれも確かな学力を問う問題（記述式など）なので記述答案をまとめるトレーニングは必須 【可能性を引きだそう】 年明けすぐに私立大出願　センター試験後１週間から国公立大出願　センター試験の自己採点の分析が大切　短い時間で慎重かつ素早い決断が求められる　先生とよく相談しながら検討すること	【戦うのはひとり　でも背中の向こうにみんながいる】 ①私立大入試・国公立大個別試験と長い受験シーズンが始まる　これまで と違い受験はほぼ一人で受けに行くことになる　でもたいじょうぶ，共に戦った海高の仲間が応援してくれている ②受験当日の試験開始寸前まで力は伸びる 【最後まであきらめない気持ちが奇跡を招く】 ①３月末になって合格の通知が来ること も少なくない　後期日程まで絶対にあきらめない ②センター試験から国公立大後期試験まで２ヶ月　本番で力を出し切れるように心身ともに健康管理に配慮することも大切 ③インフルエンザの流行期でもあるので，予防はもちろん，食事・睡眠をしっかりとる ④この時期の勉強は朝型が理想 【後輩にエールを】 充実した思いで迎える卒業式　後輩に心から「負けじ心を振り起せ」と伝えられるようすべてを出し尽くそう！		

模試（チャレンジ）　学習（スキルアップ）　キャリア（モチベーションアップ）　考査（チェック）　面談（ハートアップ）