



前東進路通信

令和4年7月22日
第8号

群馬県立前橋東高等学校進路指導部

■いよいよ夏休み！悔いのないよう有意義に過ごそう！

○夏休みの学年ごとの学習時間と内容は？

1年生の皆さんは、1学期どうだったでしょうか？中学校とはレベルや進度が異なり、「授業に付いていけない」・「定期テストの点数が悪かった」など、つまずきを感じる人も少なくないと思います。夏休みは1学期の遅れを取り戻せる絶好のチャンスです。1学期の復習をしておくことで、さらに学習内容が難しくなる2学期以降に備えられるようになるでしょう。宿題をしながら、積み上げ式の科目となる英語・数学・国語を徹底的に復習してください。夏休み1日あたりの平均的な勉強時間は、最低3時間～4時間は必要です。普段の学校の授業がないことを考えれば、これぐらいの勉強はさほど苦にならないはずです。

2年生は少しずつ大学受験を意識し始めていることと思います。夏休みに1日当たり4時間～6時間ほどの勉強を目指してください。高校3年生になるとさらに長時間の勉強が求められることから、高校2年生のうちから長時間の勉強に慣れておくことが必要です。宿題で1学期の復習をしながら、受験に必要となる科目に力を注いでください。すでに志望校が決まっている場合は入試で課される科目を、まだ決まっていない場合は英語を最優先に取り組んでください。理系志望者は数学も必須です。

3年生にとって夏休みは入試本番前の最も長い休暇です。受験勉強に集中できる時期のため、1日10時間の学習時間を確保したいところです。夏休み中にほとんど勉強しなかった人と、毎日10時間勉強を続けた人との間には、夏休み後の頑張りでは到底埋められない差が生まれてしまいます。可能な場合は、1日10時間以上の勉強も目指してください。

これだけの学習時間が必要な理由は、この夏休みに主要3教科の英・数・国だけでなく、社についても、まとめて勉強しておきたいからです。学校の授業で身につけた基礎知識を総復習し、理解力を深めておきましょう。夏休み以降の問題演習がスムーズに進められます！

○夏休みの学習で注意することは？

① 生活リズムを整え、計画的に勉強する！

夏休み中に一番避けたいのが、深夜の勉強時間を増やすこと。たとえば、夏休みだからといって1時や2時、朝方まで学習を伸ばすのは止めましょう。いつもは眠っている時間に起きて活動をする、と、脳の集中力が働きません。学校があるときと同じリズムで生活し、勉強をすることが大切です。就寝時間と起床時間は一定にし、勉強は日中を中心におこないましょう。

② スマホやテレビなどの誘惑を断ち切る！

学習に集中するためには、集中するための環境整備が欠かせません。身の回りにスマホやテレビ、ゲーム、マンガといった誘惑になるようなものが散乱していると、つい気が散って学習に取り組めないでしょう。自室の場合は、あらかじめ誘惑になるようなものは、なるべく手を伸ばしても届かない場所に置いておきましょう。自然と学習に気持ちが向かうはずです。また、「昼間は市内の図書館、夜は自室」などと自分が集中できる環境を見つけるのもよいと思います。その意味で「学習会」に参加する人はうまく利用してください！

③ 勉強計画を立てておく！

最後は勉強計画を立てておくことです。何も考えずに勉強を始めてしまうと、効率的に進められません。夏休みがスタートする前に、夏休み中の勉強計画を立ててください。やるべきことが明確になると勉強もスムーズに進み、またモチベーションも大きく向上します

○夏休み進路行事予定

月日	曜	進路行事等	月日	曜	進路行事等
7月25日	月	夏季補習1・2年・三者面談	8月12日	金	学校閉鎖
7月26日	火	夏季補習1・2年・三者面談	8月13日	土	
7月27日	水	夏季補習1・2年・三者面談	8月14日	日	
7月28日	木	夏季補習1・2年・三者面談	8月15日	月	学校閉鎖
7月29日	金	夏季補習1・2年・三者面談	8月16日	火	夏季補習3年
7月30日	土		8月17日	水	夏季補習3年
7月31日	日		8月18日	木	夏季補習3年 学校説明会③
8月1日	月	夏季補習3年・学習会	8月19日	金	夏季補習3年 学校説明会④
8月2日	火	夏季補習3年・学習会	8月20日	土	3年全員模試（全統記述模試） 1・2年希望者模試（全統模試）
8月3日	水	夏季補習3年・学習会	8月21日	日	
8月4日	木	夏季補習3年・学習会	8月22日	月	
8月5日	金	夏季補習3年・学習会	8月23日	火	
8月6日	土	3年全員模試（全統マーク模試）	8月24日	水	
8月7日	日	3年全員模試（全統マーク模試）	8月25日	木	
8月8日	月		8月26日	金	
8月9日	火	学校説明会①	8月27日	土	
8月10日	水	学校説明会②	8月28日	日	
8月11日	木	山の日	8月29日	月	2学期始業式・実力テスト①

※学校説明会は中学生向けです。

○1年夏季補習予定表

※午後は三者面談になります！

		303	304	305	306	307
7/25 (月)	①8:40 ～9:40	国語 三島	国語 渡辺	数学 星野圭	数学 大堀	英語 関
	②9:50 ～10:50	数学 大堀	数学 村上	英語 関	英語 関	国語 渡辺
	③11:00 ～12:00	英語 関	英語 関	国語 渡辺	国語 三島	数学 星野圭
	④8:40 ～9:40	数学 大堀	数学 村上	英語 関	英語 関	国語 渡辺
7/26 (火)	②9:50 ～10:50	英語 関	英語 関	国語 渡辺	国語 三島	数学 星野圭
	③11:00 ～12:00	国語 三島	国語 渡辺	数学 星野圭	数学 大堀	英語 関
	④8:40 ～9:40	英語 関	英語 関	国語 渡辺	国語 三島	数学 星野圭
	②9:50 ～10:50	国語 三島	国語 渡辺	数学 星野圭	数学 大堀	英語 関
7/27 (水)	③11:00 ～12:00	数学 大堀	数学 村上	英語 関	英語 関	国語 渡辺
	④8:40 ～9:40	国語 三島	国語 渡辺	数学 星野圭	数学 大堀	英語 関
	②9:50 ～10:50	英語 関	英語 関	国語 渡辺	国語 三島	数学 星野圭
	③11:00 ～12:00	数学 大堀	数学 村上	英語 関	英語 関	国語 渡辺
7/28 (木)	④8:40 ～9:40	国語 三島	国語 渡辺	数学 星野圭	数学 大堀	英語 関
	②9:50 ～10:50	数学 大堀	数学 村上	英語 関	英語 関	国語 渡辺
	③11:00 ～12:00	英語 関	英語 関	国語 渡辺	国語 三島	数学 星野圭
	④8:40 ～9:40	数学 大堀	数学 村上	英語 関	英語 関	国語 渡辺
7/29 (金)	②9:50 ～10:50	英語 関	英語 関	国語 渡辺	国語 三島	数学 星野圭
	③11:00 ～12:00	国語 三島	国語 渡辺	数学 星野圭	数学 大堀	英語 関

○2年夏季補習予定表

※2年については、7月25日(月)～27日(水)の午前中の補習は中止です。午後の三者面談は5日間予定通り実施します。

		101	102	103	104	105	106
7/25 (月)	①8:40 ～9:40						
	②9:50 ～10:50						
	③11:00 ～12:00						
7/26 (火)	①8:40 ～9:40						
	②9:50 ～10:50						
	③11:00 ～12:00						
7/27 (水)	①8:40 ～9:40						
	②9:50 ～10:50						
	③11:00 ～12:00						
7/28 (木)	①8:40 ～9:40	英語 木村	英語 星野舞	国語 長井	国語 橋本	数学 安藤	
	②9:50 ～10:50	国語 長井	国語 橋本	数学 安藤	数学 折間	英語 木村	
	③11:00 ～12:00	数学 折間	数学 折間	英語 木村	英語 星野舞	国語 長井	数学 中田
7/29 (金)	①8:40 ～9:40	国語 長井	国語 橋本	数学 安藤	数学 折間	英語 木村	
	②9:50 ～10:50	数学 安藤	数学 折間	英語 木村	英語 星野舞	国語 橋本	数学 中田
	③11:00 ～12:00	英語 木村	英語 星野舞	国語 長井	国語 橋本	数学 安藤	

○3年夏季補習予定表

			1	2	3	4	5			
月	日	曜	8:20~9:40	9:50~11:10	11:20~12:40	13:25~14:45	14:55~16:15			
8	1	月	①国語(現代文) (55名) 多目的室	②化学基礎 (31名) 204	③日史・世史 (45名)(7名) 多目的206	④数学Ⅲ (11名) 205	⑤化学 (25名) 204	⑥英語リスニング (72名) 多目的	⑦数学共通テスト 対策(83名) 多目的	⑧国語(古典) (45名) 視聴覚
	2	火	①国語(現代文) (55名) 多目的室	②化学基礎 (31名) 204	③日史・世史 (45名)(7名) 多目的206	④数学Ⅲ (11名) 205	⑤化学 (25名) 204	⑥英語リスニング (72名) 多目的	⑦数学共通テスト 対策(83名) 多目的	⑧国語(古典) (45名) 視聴覚
	3	水	①国語(現代文) (55名) 多目的室	②化学基礎 (31名) 204	③日史・世史 (45名)(7名) 多目的206	④数学Ⅲ (11名) 205	⑤化学 (25名) 204	⑥英語リスニング (72名) 多目的	⑦数学共通テスト 対策(83名) 多目的	⑧国語(古典) (45名) 視聴覚
	4	木	①国語(現代文) (55名) 多目的室	②化学基礎 (31名) 204	③日史・世史 (45名)(7名) 多目的206	④数学Ⅲ (11名) 205	⑤化学 (25名) 204	⑥英語リスニング (72名) 多目的	⑦数学共通テスト 対策(83名) 多目的	⑧国語(古典) (45名) 視聴覚
	5	金	①国語(現代文) (55名) 多目的室	②化学基礎 (31名) 204	③日史・世史 (45名)(7名) 多目的206	④数学Ⅲ (11名) 205	⑤化学 (25名) 204	⑥英語リスニング (72名) 多目的		⑧国語(古典) (45名) 視聴覚

			1		2		3		4		5	
月	日	曜	8:20~9:40		9:50~11:10		11:20~12:40		13:25~14:45		14:55~16:15	
8	16	火	⑨国語（古典） （60名） 多目的	⑩物理 （30名） 205	⑪化学 （21名） 204	⑫英文法 （76名） 多目的		⑬地学基礎 （20名） 202	⑭英語リーディング （38名） 視聴覚		⑮現代社会 （27名） 202	
	17	水	⑨国語（古典） （60名） 多目的	⑩物理 （30名） 205	⑪化学 （21名） 204	⑫英文法 （76名） 多目的	⑬英語長文 【記述】（62名） 多目的	⑭地学基礎 （20名） 202	⑭英語リーディング （38名） 視聴覚		⑮現代社会 （27名） 202	
	18	木	⑨国語（古典） （60名） 多目的	⑩物理 （30名） 205	⑪化学 （21名） 204	⑫英文法 （76名） 多目的	⑬英語長文 【記述】（62名） 多目的	⑭地学基礎 （20名） 202	⑭英語リーディング （38名） 視聴覚		⑮現代社会 （27名） 202	
	19	金	⑨国語（古典） （60名） 多目的	⑩物理 （30名） 205	⑪化学 （21名） 204	⑫英文法 （76名） 多目的	⑬英語長文 【記述】（62名） 多目的	⑭地学基礎 （20名） 202	⑭英語リーディング （38名） 視聴覚			

⑰生物は7/25～27日9:00～10:50(32名)206

⑱物理は7/25～29日の8:20～9:40(27名)107

⑲地理は7/25～29日11:00～12:20(26名)視聴覚室