



# 鹿児島純心女子高等学校 進路だより

発行：進路指導部(令和3年11月13日)

コロナの影響で昨年に引き続き、今年のバザーも中止となりました。高校3年生は総合型選抜も一段落し、来週は鹿児島純心女子短期大学と鹿児島純心女子大学の学校推薦型選抜が行われます。そして共通テストまで残り63日。やり残したことがないように、計画的にそして焦らず取り組みましょう。

さて、今回は1冊の本を紹介します。これをきっかけに”努力の継続”について考えてみてください。紹介するのは『記憶力を強くする』(BLUE BACKS池谷裕二著)です。著者は東京大学で、海馬の研究を通して、脳の健康や老化について探究しています。少し難しい内容もありますが、その中から”天才の秘密”という項目を紹介します。

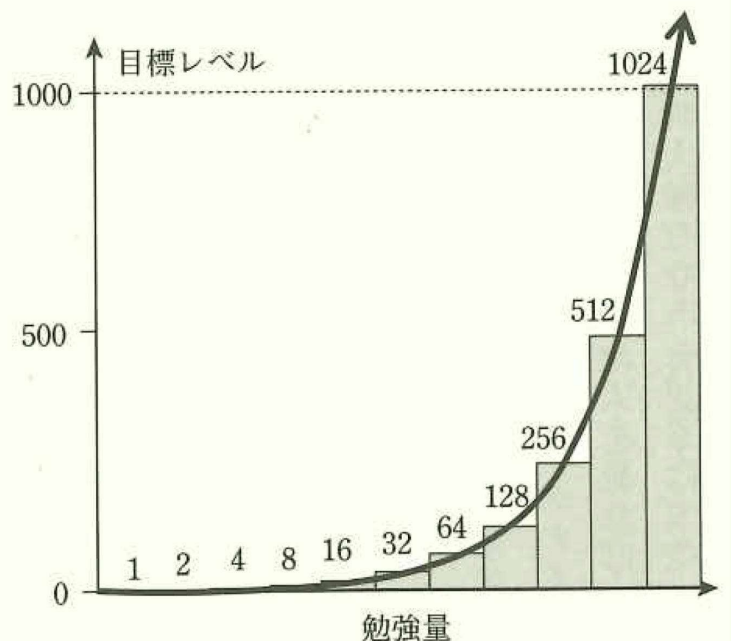
## 天才の秘密

いま、皆さんがAという事象を覚えたとします。このとき同時に、Aという事象の「理解の仕方」も、気づかないうちに脳に保存されます。したがって、つぎにBという事象を覚えようとしたとき、Aの記憶が、無意識にBの理解を助けて、容易にBを記憶できるようになります。しかし、このとき脳でおこる現象は、それだけではありません。新しく覚えたBの記憶が、すでに記憶しているAの理解をさらに深めてくれるのです。つまり、AとBの二つの事象を覚えると、「A」、「B」、「Aから見たB」、「Bから見たA」というように、「事象」と「事象の連合」が生まれ、記憶した内容に、 $2^2$ の効果が生まれます。このように、記憶力の相乗作用には、一般的に「累積(べき乗)の効果」があります。したがって、勉強の効果は幾何級数的なカーブを描いて上昇します。

これを図に示すと右図のようになります。たとえば、いま皆さんは成績が2のところにいるとします。そして、勉強の目標成績を1000に定めます。勉強してランクが上がると、成績は4になります。さらに猛勉強をして、もう一ランク上がると、成績は8になります。こうして、努力を続けていくと、成績は16、32、64と少しずつ累積効果を示してきます。

しかし、こんなに努力したにもかかわらず、現在の成績は目標の1000に比べれば、スタートの成績からほとんど上昇していないかのように思えます。ですから、皆さんの多くは、この時点で「なんでこんなに猛勉強をしているのに自分の成績は上がらないのだろうか」「私は本当に才能がないのかもしれない」と真剣に悩んでしまうことでしょう。そして、1000の成績をもった人を見れば「とてもかなわない」と思うはずです。

勉強の成果(成績)



勉強と成績の関係

たいていの人は、この時点で、自分の才能のなさに落胆して、勉強をあきらめてしまいます。しかし、さらに忍耐づよく勉強を繰り返すことのできる人ならば、その後、成績は128、256、512と上昇していきます。じつは、ここまで努力して、ようやく勉強の効果が目に見えて確認できるようになります。

これが勉強と成績の関係の本質です。そして、もう一息の努力をすれば、ついに成績が1024となり、目標に到達できるのです。勉強を続けていると、突然目の前に大海がひろがるように急に視界が開かれて、ものごとがよく理解できるようになったと感じる瞬間があります。ある意味「悟り」にも似た体験ですが、こうした現象はまさに勉学の累積効果によるものなのです。

勉強の効果に関して、もうひとつ言えることがあります。それは、天才と凡人の能力の差は確かに大きいけれども、天才どうしの能力の差はさらに大きいということです。成績が1024と2048の両者はともに天才であるけれども、この二人の差は1024ですから、成績値としては恐ろしいほどの差になります。もちろん、1024という差は、成績が64の凡人には、もはや推しはかることのできないほどの差です。

たとえば、草野球の素人集団にプロ野球の選手が混じれば、誰であっても天才的な選手のように映ります。しかし、プロ野球界はけっして「天才」という均一な集団ではなく、やはりその集団の中でも能力の差があります。イチロー選手や大谷翔平選手など名選手と、平凡なプロ野球選手との能力の差は素人から見ても歴然です。しかし、その能力の差は、野球の素人には想像することのできないくらい広いものなのです。このように、レベルが高くなればなるほど、各個人の能力の差が広がっていきます。これは、野球に限らず、テニスでも、将棋でも、ピアノでも、勉学でも、まったく同じ原理があてはまります。

こうして考えると、ものごとの習得において、もっとも大切な心得は「努力の継続」であることがわかります。努力を続けて初めて報われるわけですから、なかなか結果が現れないからといって、すぐにあきらめてはいけません。なぜなら、努力と成果は比例関係にあるのではなく、累乗関数の関係にあるからです。自分は自分。いまは差があっても、努力を続けていけば、いつか必ず目標に到達することができます。こうした成長パターンを示すのが脳の性質なのです。たとえ効果が目に見えなくとも、使えば使った分だけ着実に、能力の基礎が蓄積されていくのです。ときに勉強が辛くなったら、この事実を思い出して自分を鼓舞してください。いつかきっと効果が現れるから、もっとがんばろうと。

天才とは、努力が足りない凡人の妄想によって作られた言葉です。この言葉にだまされてはいけません。「99%の努力と1%のひらめきです」と天才エジソン自らが語ったように、「天才」とは神によって与えられた天賦の才能ではなく、血のにじむような努力の賜なのです。

---

受験生のみなさん、継続した努力はいつか花開きます。共通テストそして個別学力試験まで、これから伸びる自分を信じて努力を継続してください。

高校1・2年の皆さんは「努力の継続」ができる生活習慣の確立に心がけましょう。

受験本番までのスケジュールを把握し、学習計画立案に役立てよう（国公立大学）

そこで、成績1000を超えた人を便宜的に「天才」とよぶことにしましょう。

ここまで到達できれば、成績を2048に伸ばすことも、あと少しの努力で可能です。これが勉強の相乗効果の実体なのです。そして、2048に到達した人は、さんざん努力してようやくにまでたどり着いた人から見れば、まさに大天才のように見えるのです。

#### 模試や校内テストを活用しよう

① 模試を入試本番と考えて受験しよう

模試実施日を入試本番と考えて準備し、実力を出し切るトレーニングをしましょう。

② 時間配分を考えよう

見直し不足によるケアレスミスを防ぐため、模試でも時間配分を意識して取り組みましょう。

③ より多く得点できる答案づくりをしよう

入試は1点で合否が分かります。減点のない、ポイントを網羅した答案作成を意識しましょう。

## 学力の3要素と入試制度について

学力の3要素のうち、大学入学共通テストでは主に「知識・技能」「思考力・判断力・表現力」が評価され、個別大学入試では主に「思考力・判断力・表現力」「主体性を持って多様な人々と協働して学ぶ態度」が評価されます。このように、大学入試全体を通じて3つの力のすべてが評価されます。

### 思考力・判断力・表現力

大学の一般選抜のほか、大学入学共通テストでも「思考力・判断力・表現力」が問われる問題が出題されます。具体的には、単に記憶していることが正しいかどうかを問うような問題ではなく、複数のテキストや資料、分野の異なる複数の文章を読み込んで考えるような問題、複数の正解をすべて選ぶ問題、前の問題の内容が次の問題の内容と連動する問題等が出題されます。また、日常生活との関連や他の教科・科目、社会との関連を取り上げつつ、情報活用力や知識の応用力を問う問題も出題されます。

### 知識・技能

「思考力・判断力・表現力」が重視されるからといって、「知識・技能」が軽視されるわけではありません。単に知識を暗記しているだけでなく、それを活用して考えられることが大切です。「知識・技能」の暗記だけを追い求めるような学習ではなく、応用できること、活用できることを意識した知識の習得をめざしていきましょう。

### 主体性を持って多様な人々と協働して学ぶ態度

面接で評価される学校推薦型選抜や総合型選抜ではもちろんですが、一般選抜においても必ず評価されることになっています。具体的には、志望理由書、エッセイ、面接、ディベート、集団討論、プレゼンテーション、各種大会や顕彰等の記録、探究的な学習の成果等に関する資料等を通じて、各大学が評価します。評価方法は入試要項等に記載されているので、しっかりと調べておきましょう。高校時代に「知識・技能」の暗記に偏った学習だけでなく、トータルな学びに取り組んでおくことが大切です。

## それぞれの選抜（入試）で求められる力

### 一般選抜（旧一般入試）

#### 学科試験を重視する選抜

- ・ 共通テスト、個別入試（国公立大2次・私大）
- ・ 外部試験、調査書など主体性を評価する指標
- ・ 試験日：2月1日～3月25日　発表日：3月31日までに完了

### 総合型選抜（旧AO入試）

#### 志望者の表現能力や意欲等の評価を重視

- ・ 志望者が提出する資料と丁寧な面接
- ・ 学力を測る指標（共通テストや学科試験）
- ・ 出願：9月1日～　合格：11月1日以降

### 学校推薦型選抜（旧指定校・公募推薦）

#### 高校在学中の学習成果の評価や推薦を重視

- ・ 学校が示す推薦書で学力の三要素を評価
- ・ 学力を測る指標（共通テストや学科試験）
- ・ 出願：11月1日～　合格：12月1日以降

※ 選抜方法によって出願時期が異なります。

## 「キャリア教育を通して」

これからの社会で活躍するためには、常に変化し続ける社会の中で変化を恐れず、変化に対応していく力と態度を育てることが不可欠です。そのためには、学校での活動を通して、学ぶ面白さや学びへの挑戦が大切です。

中学生・高校生の皆さんが、未知の知識や体験に関心をもち、仲間と協力して学ぶことの楽しさを通じ、未経験の体験に挑戦する勇気とその価値を体得することで、生涯にわたって学び続ける意欲を維持する基盤をつくることができます。

皆さんが、授業や部活動など様々な教育活動を通して「生きる力」を身に付け、それぞれが直面するであろう様々な課題に柔軟かつ逞しく対応し、社会人として自立していくことができるよう一緒に頑張りましょう。

クラスでの学び・成長の流れを下の表にまとめました。

### ①適応と成長及び健康安全

- ・思春期の不安や悩みとその解決
- ・自己及び他者の個性の理解と尊重
- ・社会の一員としての自覚と責任
- ・相互の理解と協力
- ・望ましい人間関係の確立
- ・ボランティア活動の意義の理解と参加
- ・心身ともに健康で安全な生活態度や習慣の形成
- ・性的な発達への適応
- ・食育の観点を踏まえた望ましい食習慣の形成

### ②学業と進路

- ・学ぶことと働くことの意義の理解
- ・自主的な学習態度の形成と学校図書館の利用
- ・進路適性の吟味と進路情報の活用
- ・望ましい勤務観・職業観の形成
- ・主体的な進路の選択と将来設計

- ※ 学校での「特別活動」や「学校行事」を通して（純心の教育目標です）
- ・ひとりひとりの適性や能力を大切にして、自分のもつすばらしさを見出し、将来に生かすことのできる女性を育てる。
  - ・諸行事を通して、神様とのふれあい、人とのふれあいを大切にする。情操教育を尊重して、楽しく明るい思いやりのある女性を育てる。

共に協力や助け合って、生きることの喜びを体得し、将来に向けてどのような方向に向かうかの進路選択にも繋げることが大事である。

建学の精神である「神様にもちとにも生き方の自覚を深め」て、総合的な学習をする意識を高める事も大事である。

二神様とのふれあい,人とのふれあいを大切にする。

まず、キャリア教育を通じて育成することが期待される基礎的・汎用的能力を構成する4つの能力フィルター（人間関係形成・社会形成能力，自己理解・自己管理能力，課題対応能力，キャリアプランニング能力）で教育活動を捉え直し，どの力の向上に役立っているか洗い出します。そこで洗い出したキャリア教育の断片をつなぎ，どの能力フィルターになるか分類し，具体的にどの学年でいつ身につけさせたい力か明確にする。最後に，実際に策定した年間計画が無理なく活用できる内容になっているか検討することが大切です。