

# 進路だより



札幌市立月寒中学校  
第3学年 進路係  
No.48  
2025.12.25 発行

## 2学期終了！冬休みの学習について

長かった2学期も今日で終わり、明日からいよいよ冬休みに入ります。3年生のみなさんは志望校もほぼ決定し、あとはその実現に向けて努力するのみという段階になりました。

「受験生に正月はない」と、受験勉強の追い込みに力を入れようと考えている人も多いと思います。ただ、長いようで短いのが冬休みです。約3週間を無駄なく過ごすためには、「少ない時間での効果的な学習」を心がけてほしいと思います。今回の進路だよりは、以前、月寒中で進路係を担当していた先生の文章をお借りしています。有意義な冬休みにするためのポイントとして、参考にしてください。



### ◆生活のリズムを保つ◆

受験が近づいてくると神経質になりすぎて、「イライラ」「ビクビク」という状況になりやすいようです。適度の緊張感は必要ですが、度が過ぎると真の実力は発揮できません。ですから、いかに『平常心』を失わないかが大切になってくるのです。そのためにも、次の3つの点に注意してみましょう

#### ①日常生活のリズムをくずさない

冬休みは、ついつい夜ふかし・朝寝坊のくせがついてしまいがちです。しかし、入試の本番は午前中から始まります。セルフコントロールすることが大切です。

#### ②食事は普段と同じものを

栄養価の高い料理だの、特別な夜食の準備だと、作ってくれる人に気を使わせないようにしましょう。逆に心の負担となり、不安感が増すことがあります。何ごともほどほどに！

#### ③適度な気分転換を

多くの学習時間を確保するためには、娯楽や運動の時間を削らなければなりません。しかし、これもよく考えて計画を立ててください。たまに休息や気分転換の時間があってこそ、勉強にも集中できるのです。

### ◆使い慣れたものを使った学習を◆

「学習を進めるうえで中心にするもの（参考書や問題集）は、それぞれの教科に1冊でよい」ということです。同じものを何度も繰り返すという学習方法は、時間がかかるといううえに効果的です。新しい問題集に手を出して、難しい問題に時間をとられ過ぎると、かえって不安になってしまいます。使い慣れたものを中心、同じ問題を何度も繰り返す方が、この時期は効果的だと言えるでしょう。

入試に対する不安は、誰にでもあります。それを少しでも和らげるためには、「自信」をもつことが大切です。そして、その「自信」は努力の裏づけから生まれます。この冬休みが、みなさんにとって有意義なものになることを願っています。

## 今後の進路スケジュール

3 学期以降の進路スケジュールを掲載しておきますので、確認しておいてください。（基本、第 2 回進路説明会資料に掲載したものと同じです。）詳細は、時期が近くなりましたらお伝えします。

とりあえず、冬季休業中に公立で志望校変更があった場合、必ず 1月 14 日(水) の指定の時間（10:00～14:00）に連絡をください。（Tel011-851-8158、確認のため、保護者の方からお願ひします。）願書の内容確認で、来校を願う場合もあります。（この場合、生徒本人で結構です。）御了承ください。願書の記入例を GoogleMeet で見せながら説明・確認する場合もあるかもしれません。家庭に GoogleMeet が使えるコンピュータがない場合、Chromebook を持ち帰っておいてください。

始業式の日は、公立高校を志願している生徒は署名を加筆した願書を忘れないようにしましょう。自己推薦の生徒で自己推薦書をまだ提出していない生徒は、提出してください。道立で必要な収入証紙は、銀行で購入する場合、窓口は 15:00 で閉まります。ゆとりをもって購入するようにしましょう。

1月 15 日(木)、16 日(金) は 5 教科の学年末テストです。公立入試や私立入試で筆記試験を控えている生徒にとっては、受験対策にもなります。学年末の成績を決める大切な資料にもなりますので、しっかり取り組んでほしいと思います。

1月	14日（水）	公立志願変更連絡 10:00～14:00
	15日（木） 始業式	公立高校願書回収締切（保護者・生徒の署名が必要です。道立は収入証紙、市立は支払いを済ませ提出。） 学年末テスト2（国、社）
	16日（金）	学年末テスト3（英、理、数）公立願書発送準備
	中旬～下旬	私立高校単願・推薦等 入試日 ※発表は1月下旬から2月上旬
	19日（月）	私立高校併願願書回収締切
	27日（火）～ 2月2日（月）	公立高校出願変更の受付【9:00～16:30、最終日2月2日（月）のみ 16:00まで、土日を除く】
2月	10日（火）	公立高校推薦入試日（12日に行う可能性もあり）
	13日（金）	私立入試 A 日程（14日と2日間日程の高校もあります。）
	17日（火）	私立入試 B 日程（18日と2日間日程の高校もあります。）
3月	4日（水）	公立入試（本検査）1日目
	5日（木）	公立入試（本検査）2日目
	11日（水）	公立入試追検査
	13日（金）	卒業証書授与式
	17日（火）	公立合格発表 10:00 意思確認（進学先の確認のため、指定時間に登校）
	18日（水）	追加合格の連絡、9:30～16:00 学力検査得点の口頭による開示～31日（火）
	19日（木）	第2次募集の発表
	23日（月）	第2次募集の出願の受付【24日（火）まで、9:00～16:30】
	27日（金）	～第2次募集者合格発表
4月	17日（金）	公立定時制2次募集出願締切