

★9月からは実践力養成期！！

9、10月は合わせて3つの記述模試があります。そして、10月の記述模試の結果は、共通テスト本番の結果とドッキング判定を行います。つまり、この結果は実際の出願先を決める上でとても重要なものになります。一日一日の授業、家庭学習がこれまで以上に大切になっていきます。この時期に真の学力、記述力をつけていきましょう！そのためにも、健康管理の徹底をお願いします。規則的な生活リズムを心掛けましょう。

☆皆さんの中で、「頑張りたいけど、やる気が…」という人はいませんか？そこで今回は、やる気にまつわる話を持ってきました。受験勉強の合間に読んでみてください。

<やる気にまつわる3つの話>

① やる気は急には上がらない

いきなり「よし！頑張るぞ」と言ってやる気を出そうとしても、なかなか難しいでしょう。それに、そうやって無理にやる気を上げて勉強しても、そう遠くないうちにそのやる気はしぼんでしまうでしょう。

② 最初から動いたら苦労はしない

こんな経験はありませんか？「めんどくさいなと思って勉強を始めたら、意外とノッてきて気が付いたら〇時間勉強していた。」これは、「行動することでやる気が出てくる」からです。「やる気があるから始められる」のではなく、「とにかく始めることでやる気は生まれる」です。

③ やる気は「理想」と「現実」の差から生まれる

人が一番やる気になるのはどんな時でしょうか？例えば、「明日提出予定の課題が全然終わってない」「集合時間の15分前に起きてしまった」というような時、自分でも驚くくらい体が動いて、間に合ったりすることはないですか？これは、「理想の状態」から「自分の現実」がかけ離れていることに気づいたときに、ある種の「やる気」が生まれるからと言われています。この「理想」と「現実」の差に気づいたときに生まれるやる気は、「よし！頑張るぞ」のやる気と「行動することで生まれる」やる気の両方を兼ね備えていて、自己啓発の分野ではこれを「ギャップモチベーション」と言ったりするそうです。

…いかがでしたか？結局、この時期に皆さんは何をすればよいのでしょうか？

おすすめしたいのは、「自分の志望校合格」をイメージすることです。志望校を具体的に絞り込み、そこに合格する自分を想像してください。そして、「今の自分」とそのイメージにどれだけ差があるかを考えてみましょう。「やる気が出ない」と悩んでいる人は、とにかく始めましょう。そして、「理想」と「現実」に気づくことが大事です。

勝負はまだまだこれからです。良いイメージを持って、少しでもそれに近づけるように頑張ってください！

受験は知力・体力・精神力の勝負になります。

自分をサポートしてくれる家族や先生、友達をリスペクトして、一生懸命頑張りましょう。

【9・10月行事予定】

日	曜	行 事	日	曜	行 事
1	木	10月は定期試験が1つ、模試が3つ、さらには小論文模試が1つと目白押しです！しっかり乗り切る体力と精神力を持ちましょう！	1	土	サタゼミ③
2	金		2	日	
3	土		3	月	後期生徒会役員任命式
4	日		4	火	2学期中間試験①
5	月		5	水	2学期中間試験②
6	火		6	木	2学期中間試験③
7	水	今年、明倫高校創立40年の節目の年！記念式典があります。明倫の伝統に想いを馳せる良い機会ですね。	7	金	2学期中間試験④ 小論文模試②
8	木		8	土	3年進駿記述模試①
9	金		9	日	3年進駿記述模試②
10	土		10	月	スポーツの日
11	日		11	火	
12	月		12	水	
13	火		13	木	創立記念日リハーサル(学校)
14	水		14	金	
15	木	新人大会(前期)	15	土	創立記念日 40周年記念式典(音楽堂)
16	金	新人大会(前期)	16	日	
17	土	新人大会(前期)	17	月	
18	日	新人大会(前期)	18	火	
19	月	敬老の日	19	水	
20	火	試験範囲発表 後期生徒会役員選挙公示	20	木	
21	水		21	金	
22	木		22	土	3年全統記述模試
23	金	秋分の日	23	日	
24	土		24	月	
25	日		25	火	
26	月		26	水	
27	火	試験時間割発表・試験前50分授業	27	木	
28	水		28	金	
29	木		29	土	3年進駿共通テスト模試①
30	金	後期生徒会役員選挙 ホーム役員決め	30	日	3年進駿共通テスト模試②
			31	月	