



進路実現に向け、受験の王道を歩もう!!

1. 旅立ちに向けた1年間（進路室だより3年生版①裏面参照）

- ・本校の精神は「晴耕雨読」、君の人生にとってこの1年間の意義は何か
- ・忙しい時ほど授業を大切にする
- ・基本的な生活習慣の確立（欠席・遅刻、提出期限、生活のきまり）
- ・大会、暁峰祭で力を出し切る
- ・仲間存在を忘れない
- ・途中で戦いをやめてはいけない、最後まで粘り抜く
- ・卒業生の活躍を勇気に



2. 本年度の進路指導について

①年間計画（右面参照）

- ・受験準備は受験勉強だけではない（書類入手、書類作成、出願、内定手続きまで含む）。
- ・大学生活には多額の費用がかかる。保護者との相談を密に行う。奨学金の案内にも注意。

②志望の明確化と意思表示

- ・進路情報の提供や進路相談のために『自分の志望は明確に表明する』こと。
- ・校内の進路希望調査は、第1回は4月に実施済み、第2回を夏休みの前後に行う。
- ・各模擬試験においても、事前に十分に考えて志望校を記入すること。

③受験までの学習の組み立てを考える

- ・基礎力養成→応用力養成→実戦力養成（共通テスト+個別）→実戦力養成（個別）
[夏休み] [2学期] [2学期期末テスト後] [共通テスト後]
- ・基礎力養成の目安は、夏休みまで英数国が中心。そこに理系は理科1、文系は社会1。

④1学期～夏休みの学習について

- ・夏休みの学習目標は「基礎力固めの完成」
- ・授業の進捗状況
これまでの授業を振り返り、補充や挽回が必要な科目があれば、授業担当者に質問。
特に理科・社会は、ここからの学習が要になる。
- ・日々の授業を最大限活用するため、平日は時間割に合わせた予習と復習が学習の中心。
- ・もちろん、授業への遅刻や寝るなど論外。→学年集団の雰囲気直結
- ・土日や休日を効果的に活用し、自分の弱点である英数国の補強や理社の演習が可能。

2024(R6)年度 進路指導計画（3学年）

月	週	日	曜	木曜日6限(総合的な探究の時間)	木曜日7限(LHR)	日	曜	休日・模試関係ほか	概要・その他
4月	1	4/4	(木)		(入学式)	4/6	(土)		オープンキャンパス
	2	4/11	(木)	(進路実践1)探究と学問の関わり	学年集会・受験カード	4/13	(土)	第1回全統共通マーク模試	進路希望調査①
	3	4/18	(木)	情報Aドリル(ABCEH)体育(FG)	進路研究・クラス活動	4/20	(土)		志望系統の再確認
	4	4/25	(木)	情報Aドリル(ABCFG)体育(EH)	(生徒総会・壮行会)	4/27	(土)		
5月	5	5/2	(木)	情報Aドリル(EHFG)体育(ABC)	(一斉委員会)	5/4	(土)	(みどりの日)	生徒面談
	6	5/9	(木)	(金曜授業)	進路研究・受験カード	5/11	(土)	(北信総休)	
	7	5/16	(木)	(中間考査)	(中間考査)	5/18	(土)	第1回全統記述模試	
6月	8	5/23	(木)	志望系統別ガイダンス	(生徒総会)	5/25	(土)	(授業公開・PTA総会)	志望校群の仮決定 ↓ OCへの申し込み
	9	5/30	(木)	情報Aドリル(ABCEHFG)	教育実習生の話	6/1	(土)	(県総休)学習室開放	
	10	6/6	(木)	(進路実践2)志望分野と学問	進路研究・受験カード	6/8	(土)	進研共通マーク模試	
	11	6/13	(木)	情報模試(ABCEHFG)	進路研究・クラス活動	6/15	(土)	学習室開放	
	12	6/20	(木)	(期末考査)	(期末考査)	6/22	(土)	学習室開放	
7月	13	6/27	(木)	(頭峰祭)	(頭峰祭)	6/29	(土)	(頭峰祭)	夏期集中学習補習
	14	7/4	(木)	情報Aドリル(ABCEH)体育(FG)	学年集会・受験カード	7/6	(土)	学習室開放	
	15	7/11	(木)	情報Aドリル(ABCFG)体育(EH)	(心と命の講演会?)	7/13	(土)	進研記述模試 学習室開放	
	16	7/18	(木)	情報Aドリル(EHFG)体育(ABC)	進路研究・クラス活動	7/20	(土)	学習室開放	
8月	17	7/25	(木)	(特編授業・保護者懇談)	(特編授業・保護者懇談)	7/27	(土)	学習室開放	夏期集中学習補習
	18	8/1	(木)	(夏期休業)	(夏期休業)	8/3	(土)	学習室開放	
	19	8/8	(木)	(夏期休業)	夏期集中学習 8/6(火)～9(金)	8/10	(土)	第2回全統共通マーク模試	
	20	8/15	(木)	(夏期休業)	(夏期休業)	8/17	(土)	学習室開放	
	21	8/22	(木)	(夏期休業)	夏期補習 8/19(月)～23(金)	8/24	(土)	第2回全統記述模試	
	22	8/29	(木)	(PMカセット)	信州大学説明会(長野予備校)	8/31	(土)	PTA教育懇談会 学習室開放	
9月	23	9/5	(木)	(進路実践3)志望分野と学問	進路研究・受験カード	9/7	(土)	第1回ベネッセ・駿台マーク模試	共通テスト案内配布
	24	9/12	(木)	共通テスト出願指導	(立会演説会)	9/14	(土)	学習室開放	
	25	9/19	(木)	情報Aドリル(ABCEHFG)	特編A 希望調査	9/21	(土)	第1回小論文模試 学習室開放	
	26	9/26	(木)	(中間考査)	(中間考査)	9/28	(土)	学習室開放	
10月	27	10/3	(木)	(進路実践4)志望分野と学問	進路研究・受験カード	10/5	(土)	第3回全統共通マーク模試	共通テスト出願 特編授業予備調査
	28	10/10	(木)	情報Aドリル(ABCEH)体育(FG)	進路研究・クラス活動	10/12	(土)	学習室開放	
	29	10/17	(木)	情報Aドリル(ABCFG)体育(EH)	進路研究・受験カード	10/19	(土)	第3回全統記述模試 PTA環境整備	
	30	10/24	(木)	情報Aドリル(EHFG)体育(ABC)	進路研究・受験カード	10/26	(土)	学習室開放	
	31	10/31	(木)	情報模試	(生徒総会)	11/2	(土)	第2回ベネッセ・駿台記述模試	
11月	32	11/7	(木)	情報模試	特編B 希望調査	11/9	(土)	第2回小論文模試 学習室開放	生徒面談
	33	11/14	(木)	(PMカセット)	進路研究・クラス活動	11/16	(土)	学習室開放	
	34	11/22	(金)	(期末考査)	学年集会	11/23	(土)	全統プレ共通テスト ～24(日)	
	35	11/28	(木)	(特編A授業)	(特編A授業)	11/30	(土)	学習室開放	
12月	36	12/5	(木)	(特編A授業)	(特編A授業)	12/7	(土)	駿台プレ共通テスト ～8(日)希望者	保護者懇談
	37	12/12	(木)	(特編A授業)	(特編A授業)	12/14	(土)	学習室開放	
	38	12/19	(木)	(特編A授業 保護者懇談)	(特編A授業 保護者懇談)	12/21	(土)	学習室開放	
	39	12/26	(木)	(年末年始休業)	(年末年始休業)	12/28	(土)	(年末年始休業)	
1月	40	1/2	(木)	(年末年始休業)	(年末年始休業)	1/4	(土)	学習室開放	出願校最終決定
	41	1/6	(月)		校内共通テスト模試 ～7日(火)	1/11	(土)		
	42	1/16	(木)	(特編A授業)	学年集会 (特編A授業)				
	43	1/23	(木)		リサーチ返却	1/25	(土)	学習室開放	
	44	1/30	(木)	(特編B授業)	(特編B授業)	2/1	(土)	学習室開放	
2月	45	2/6	(木)	(特編B授業)	(特編B授業)	2/8	(土)	学習室開放	受験月間
	46	2/13	(木)	(特編B授業)	(特編B授業)	2/15	(土)	学習室開放	
	47	2/20	(木)	(特編B授業)	学年集会 (特編B授業)	2/25	(火)	国公立大学前期日程試験(～28日)	
3月	48	2/27	(木)		卒業式予行・3年生を送る会	3/1	(金)	卒業式	国公立大学中期日程
	49	3/6	(木)		中・後期指導	3/8	(土)	学習室開放	国公立大学後期日程
	50	3/13	(木)			3/15	(土)		
	51	3/20	(木)			3/22	(土)		
	52	3/27	(木)			3/29	(土)		

④ 模試を活用する

- ・3年生では10回以上の模擬試験を実施する。ひとつひとつを無駄に流さないこと。
- ・模試をペースメーカーにし、定期的な学習目標と学力把握に活用する。
- 【受験前】志望校を定める、目標点を定める（「合格ライン」活用）、勉強して受ける。
- 【受験後】かならず自己採点する、誤答やまぐれは必ず復習する、不得意分野を攻略する。
- *マーク模試の得点は記述学力の延長《基本は授業・教科書》
- *模試ノートを作る。

⑤ 受験する学校のレベルを知る＝過去問にあたる

- ・赤本をコピーしてやってみる、本命校は購入すると励みになる。
- 進路指導室：最新号を含む本校所蔵の全ての閲覧可。持ち出し禁止。コピーは1枚10円。
- 本館4F：進路指導室と重複するものを開架。閲覧自由、持ち出しは一泊のみ可。
- ・総合問題・小論文を知る。解答に必要なのは知識か、書き方か。
- 総合問題対策で何を勉強したらよいか分からないのなら、通常の受験科目の学校を選ぶ。
- 小論文対策は教材の復習+模試+添削指導者。小論文のない学校を選ぶのも選択肢。

⑥ 絶対に科目を減らさない

- ・例年、難関私大に合格する先輩の多くは『国公立型』
- ・合格難易度が上がる『負のスパイラル（難化のスパイラル）』
- 選択肢（出願可能校）が大幅に減る、何が起こるか分からない

⑦ 受験は団体競技、周囲への感謝や心遣いを忘れない ⇒ “受験の神様”を味方につける

- ・家族（保護者・兄弟姉妹など）、友人、先生などから応援される受験生になろう！

※共通テスト「情報」について → 志望大学の「共テ情報」の配点比率を調べよう！

国立大と公立大で状況が異なります。

国立大ではほとんどの大学が必須としており、他教科との選択、情報Iは利用しないとする大学はごく一部にとどまります。

一方、公立大では「必須」と「選択」がほぼ半々に分かれています。公立大では6教科8科目を課す大学は、2割余りにとどまります。このため情報Iが選択科目扱いになっている大学が多く含みます。また「利用しない」とする大学も16%含みます

また、配点比率が他教科より低い（配点比10%未満）が主流で国立大63%、公立大65%を占めます。配点比10%を上回る大学は国立大・公立大ともに少数です。

※共通テスト「情報」の配点比率 ※信大人文は選択

信州大学	満点	情報	配点率
人文学部	500	100※	20%※
経法学部	900	100	11%
医保健学科	500	50	10%
理学部	925	25	3%
工学部	700	50	7%

金沢大学	満点	情報	配点率
融合学域	950	50	5%
人間社会 人文	525	25	5%
人間社会 経済	700	100	14%
理工学域 機械	950	50	5%
医療保険 看護	950	50	5%

【2024年度 大学入学共通テスト試験 平均点等一覧】（受験者数 457,608人）

教科	科目	満点	2023年度 平均点	2022年度 平均点	前年差	
外国語	英語リーディング	100	51.5	53.8	-2.27	
	英語リスニング	100	67.2	62.4	4.89	
数学	① 数学Ⅰ・数学A	100	51.4	55.7	-4.27	
	② 数学Ⅱ・数学B	100	57.7	61.5	-3.74	
国語	国語	200	116.5	105.7	10.76	
理科	①	物理基礎	50	28.7	28.2	0.53
		化学基礎	50	27.3	29.4	-2.11
		生物基礎	50	31.6	24.7	6.91
		地学基礎	50	35.6	35.0	0.53
	②	物理	100	63.0	63.4	-0.42
		化学	100	54.8	54.0	0.76
		生物	100	54.8	48.5	6.36
	地学	100	56.6	49.9	6.77	
地理歴史	世界史B	100	60.3	58.4	1.85	
	日本史B	100	56.3	59.8	-3.48	
	地理B	100	65.4	60.5	5.28	
公民	現代社会	100	55.9	59.5	-3.52	
	倫理	100	56.4	59.0	-2.58	
	政治・経済	100	44.4	51.0	-6.61	
	倫理, 政治・経済	100	61.3	60.6	0.67	
総合型	5教科7科目文系型	900	536	530	6	
	5教科7科目理系型	900	557	548	9	
	5教科6科目型	800	493	485	8	

共通テストの全体傾向：出題傾向や難易度が安定した出題となり、全体の平均点はやや上昇。

英語リスニングや国語の平均点が上がったことから、英語、数学（数学ⅠA＋数学ⅡB）、国語の合計で昨年平均点より約14点上昇した。

共通テストの導入以降、一昨年の数学の大幅難化や昨年の理科の得点調整（生物の難化）など、出題レベルについてやや不安定な状況が続いていたが、今年度は大きな変動はなく、安定した出題であった。

Z会 HP より

4. 推薦入試について

① 学校推薦型選抜

- ・「公募制」…出願要件を満たし、学校長の推薦に基づき、面接・小論文・学力検査などを総合して判定。国立大学は原則として公募制。私立大学の場合は専願、併願に注意。吉田高校は、理系は看護系、文系は教育系で受験者と合格者が多い。
- ・「指定校制」…大学が、指定した高校から人数を限って出願を受け付ける。志願者が定員超過の場合は、校内選考があり、進学後は高校の「顔＝代表」となる。

～学校推薦型に不向きな人～

- ・成績不足 ・遅刻・欠席が多い ・素行不良（ピアス・化粧・茶髪） ・第一志望でない

② 総合型選抜（旧 A0 入試）

- ・“大学が求める学生像”を多面的に評価し、「アドミッション・ポリシー（入学者受入方針）」の適否基準も判断要素とされる。（「なぜその大学、学部、学科なのか」）
- ・特色入試の側面が強く、在学中の学習活動履歴が評価されることが多い。

◎推薦試験は3年1学期までの評定が重要→中間・期末考査が大切

5. 卒業生アンケート・合格体験記

卒業生アンケートより

◆新3年生へのメッセージ

- ◎模試を受けっぱなしにせず、必ず振り返りをする。
- ◎志望大学の入試科目をきちんと調べる。
- ◎課題をちゃんとやっておけばよかった。特に英語と数学は毎日やったほうがいい。
- ◎班活がんばろう！絶対勉強にもつながる。
 - ・国数英で得意科目がひとつあっても、苦手科目を2つ作ってしまうと本当につらいです。
 - ・班活動があっても勉強を疎かにしてはいけない。午後班活があるなら朝やればいい。私は班活の朝の自主練習を8時までして、それから教室で授業までの約30分勉強していた。時間は作ろうと思えば作れる。勉強から逃げないでほしい。
 - ・共通テストのために暗記だけでなく、そのものの原理や法則の理解を深めるべき。
 - ・英語や数学は、志望する大学の過去問を解き始めると、モチベーションにもつながる。
 - ・数学で思うように点が取れなかったけど、現代社会に救われました。現社オススメです。
 - ・日本史は参考書を読むよりも、教科書の理解が一番大事だと思った。年号などは問われないので、出来事の流れを意識して教科書を読み込むこと。
 - ・日本史は定期テストに向けて勉強していれば安定した得点につながると思う。
 - ・社会で苦手なものがあっても、国数英で行ける私立文系の大学もある。
 - ・あまりにも自分にプレッシャーをかけすぎると疲れてしまうので、自分のペースで頑張ってください。
 - ・3年になると1ヶ月が一瞬で過ぎていきます。なので、この月にこの教材を行うみたいに計

画を立てて実行していくといいと思います。1日単位でやることリストを作るのもいいと思います。

- ・自分の進路について悩むことが多いと思いますが、悩みすぎて心がつらくなってしまうときは、自分の人生はこれだけじゃ決まらないんだと、少し気をゆるめて、目の前の学習に集中してほしいなと思います。
- ・恐らく受験シーズンで絶望的な気分になる人だと思いますが、受験ごときで人生決まってるかと個人的には自分のやりたいことが決まっている人は、これからなんだってできると思います。けど受験は受験なので勉強を頑張ってください。
- ・勉強も大事ですが志望校決めはもっと重要です(実体験)。将来何をしたいのか、何を学びたいのか真剣に考え、自分にとっての最良の志望校に進学したものこそ真の勝者です。偏差値だけで選ぶのではなく、夢は大きく持ちましょうよ!
- ・物理や化学は小テストが多くて嫌になると思うけど、自分なりに理解して、それをノートとかにまとめておくと受験で本当に役立つとおもう。
- ・受験勉強を始めると思うが、勉強の基本としては「毎日何時間!」「この教材を何周」とかではなく「覚えるまでやる」が基本だと思う。
- ・休日は、日中は学校で、その後は塾の自習室へ行くなどして、気分を変えるために場所を変えて勉強しました。意外と集中力が高まった気がします。

合格体験記より

◆「悔しさをバネに」 信州大学教育学部

(前略) 受験期入り、教師になりたいと思っていた私は、教育学部の推薦入試を受けました。成績は上位の方にいたつもりだし、一年間の班長の経験や、様々なボランティアの経験があったので、自信はありました。先生方も、お前なら大丈夫だろうと言ってくださって、正直、受かるとしていました。しかし、ダメでした。とても悔しくて、こうなったら高得点で入って見返してやろうと思うようになりました(ほぼ恨んでいただけですが)。

そこから、より一層ギアを上げて勉強するようになりました。そのお陰か、センター試験はとてもうまくいきました。推薦入試で失敗したことが、結果的にモチベーションの向上になりました。少しは見返せたのではと勝手に思っています。(中略) 私から特に伝えたいことの1つ目は、推薦入試を受けるのはリスクも大きいということです。推薦入試は、早いもので11、12月には結果が出ます。結果がわかるまでは勉強が手につきにくく、仮に失敗した場合、試験まであまり時間がありません。そのときにどれだけ頑張れるか、考えてみた方がいいと個人的に思います。2つ目は、最後まで自分のやるべきことに集中してほしいということです。12月辺りから進路で合格が決まる人が出始め、その時点で勉強しなくなる人もいます。余計に焦ります。本当なら自分ももう受かっていたはずなのにと思うことさえありました。そこで流されずに自分のやるべきことをやり通してほしいと思います。

◆「志望校決定を」 信州大学 医学部保健学科 看護学専攻

私がまず皆さんに伝えたいことは、志望校はできるだけ早めに決めた方がいいということです。

理由は早くに志望校を決めると、その大学にあった対策を十分にとることができ、気持ちの

余裕が生まれるからです。私が実際に志望校を決めたのは、夏休みの直前でした。その当時私は入試の仕組みをまったく理解していませんでしたし、志望校の赤本も開いたことがなかったので、どのように勉強をすればいいか分からず気持ちばかり焦っていました。焦ってしまうと、「受験に一番大切な勉強に集中できない」という最悪な事態が発生してしまいます。志望校を決めれば、あとは全力で突っ走るのみなので、勉強のやる気やモチベアップにもつながります。ですから、まだ志望校が決まってない方は「この大学、校舎がきれいだな」とか、「〇〇県にいつてみたい」「この学部おもしろそう」など些細な事からでいいので大学調べをはじめてみてください。

ここからは、私が受験期にどのように学習していたかお伝えしたいと思います。まず、夏休みまでは国・数・英の基礎固めを徹底的に行いました。ここで重要なことは、授業を疎かにしないということです。この時期から受験に対する焦りで、授業中に内職する人がでてきますが、絶対にやめてください。板書だけでなく、授業中の先生方の発言には大切なことがたくさん含まれていますから、自分でやるよりも授業で身につけてしまったほうが絶対に効率がいいです。（後略）

◆「周りへの人たちへの感謝」 千葉大学法政経学部法政経学科

私が大学を合格する上で大事にしてきたことをいくつか紹介したいと思います。

1つ目は生活リズムです。大学に行くための勉強の大半は学校での授業が占めます。だから、学校の授業に遅れずに参加し、集中して取り組むことで自然と学力は身についていくと思います。私は高校に入るまで授業をサボったことがなく、サボるという感覚が分かりませんでした。そこで、1年生のときに1度だけわざと遅れて学校に行ったことがあります。その時に、これは1回やったら癖になってしまう、だらしくなってしまうと思い、それ以降一度も授業をサボったことはありません。受験は長い戦いなので、日によって勉強する日、しない日を作ったり、調子いいから夜遅くまでがんばったりするのではなく、生活リズムを整えてそれをどれだけ繰り返すことができるかが勝負です。最初は苦しいと感じると思いますが、早い段階から生活リズムを意識して過ごすそれを習慣化できると思います。

2つ目は勉強法です。勉強法は人によって合う合わないが絶対にあると思います。私は自分の勉強法が定まっていなかったとき、先輩方の勉強法や、Youtubeで紹介されている勉強法を調べて、どれが合うかいろいろ試してみて、自分に合った勉強法を見つけていきました。1年間のうちに定期テストはいっぱいあるので、勉強法を変えながら取り組むのもおすすめです。（中略）

3つ目は周りの人たちへの感謝です。これが一番大事です。受験は、最終的には自分だけの力で問題を解かなければいけません。しかし、そこに向かうまでには多くの支えがありました。先生方が分かりやすく勉強を教えてくださいだったり、両親が、この教材が欲しいと言ったらすぐに用意してくれたり、休日までお弁当を作ってくれたり、1人で勉強するのが苦しいとき、友達と一緒に勉強してくれたり、くだらない話で笑わせてくれたりなど、あげだしたらきりがありません。私は言葉にするのが得意ではないので、感謝の気持ちをあまり伝えてくることができませんでした。今後は支えてくれた方々に恩返しするとともに、感謝の気持ちを伝えられるようにしていきたいと思います。

最後になりますが、後輩の皆さんも、つらいときには周りに頼ってください。皆さんが希望の進路を実現できることを祈っています。

