



### 大阪府立藤井寺高等学校 普通科

#### 第3回学校説明会 \*今年度最終\*

日時：1月29日(土) 9:30受付 10:00~11:30

内容：第1部 全体説明会(概要説明、ビデオ上映、進路説明)

第2部 校内見学・アンケート

持ち物：上履き、下靴を入れる袋、筆記用具など

申し込み：1月19日(水)17:00までに高校 HP から個人で申し込む。実施要項があるので、必要な人は担任まで。



(二中のHP)

### 大阪市立淀商業高等学校 商業科 福祉ボランティア科

#### 1月学校説明会

日時：1月15日(土) 9:30受付 10:00~11:00 その後個別相談あり

内容：学校・各学科説明会および施設見学など、個別相談会(希望者)

申し込み：1月14日(金)17:00までに FAX で申し込む。学校から申し込むので、希望する人は担任に伝えること。

#### 2月学校説明会

日時：2月11日(金) 9:30受付 10:00~11:00(商業・福祉ともに)

10:30受付 11:00~12:00(福祉のみ)

\*どちらもこの後に個別相談あり

内容：学校・各学科説明会および施設見学など、個別相談会(希望者)

持ち物：筆記用具

申し込み：2月10日(木)17:00までに FAX で申し込む。学校から申し込むので、希望する人は担任に伝えること。

### 大阪府立河南高等学校 普通科

#### 第3回学校説明会 \*今年度最終\*

日時：1月22日(土)

内容：クラブ発表、学校説明、学校案内、クラブ見学会

申し込み：1月16日(日)までに高校 HP から個人で申し込む。

### いよいよ本番！中学校生活の総まとめです

[https://czemi.benesse.ne.jp/open/nyushi/article/closeup/00/1338907\\_13514.html](https://czemi.benesse.ne.jp/open/nyushi/article/closeup/00/1338907_13514.html) より抜粋

#### 本番で実力が発揮できる、高校入試直前期の過ごし方

入試本番で100%の力を出しきるためには、体調も気持ちも万全で臨むことが不可欠。当日の「睡眠不足」「忘れ物」「遅刻」「雰囲気にもまれる」「インフルエンザ」といったアクシデントで失敗をしないためには、本番直前期の過ごし方を賢く工夫する必要があります。

#### 本番に合わせて、生活リズムを夜型から朝型に整える！

本番前は勉強時間のしわ寄せが夜にいき、生活が夜型になってしまいがち。でも夜型のまま入試前日を迎えてその夜だけ早く寝ても、眠れずに試験中も頭がボンヤリ…という残念な結果になってしまいます。

夜型の生活リズムを急に朝型に戻すことはできません。少なくとも2週間前、できれば1か月ほど前から、残った勉強は翌日の朝に回すなどして徐々に朝型に戻して、すっきりと目覚めて脳が活動する時間帯を入試本番の1時限目に合わせていきましょう。

#### 入試当日と同じ時間帯で会場下見を！持ち物も一緒にチェック！

コロナの状況を見ながら準備するのは難しいですが、公共交通機関を使う行き方を調べておきましょう。当日に迷子になることのないように！

#### 直前勉強では、できていることを確認して自信をつける！

受験に成功した先輩たちが本番直前にやっていた勉強は、基礎的なことの確認や、今までできていた問題の確認です。直前になって新しい問題や難問に取り組んでもしも解けなかったら、自信をなくしたり気持ちが焦ってしまったりして、本番に悪い影響を及ぼしてしまうのです。入試本番での緊張を撃退して頑張れるコツは、「今まで頑張ってきたんだから」と自分を信じること。

この1ヶ月をどう過ごすかによって、結果が大きく変わります。特に公立高校の受検を控えている人は勉強だけでなく、体調管理もしっかりと！！