



秀養邦海

文武道
2025
第8号
キャリア推進部

2026年 共テまで約30日

共通テストまで残り1か月となり、校内では受験に向けた緊張感が高まる時期となりました。3年生が本番に向けて準備を進める姿は、1・2年生の皆さんにとっても、自分の進路を考える大切なヒントになるはずです。

今回は、進路室にある資料の紹介と、これからの時期を「0学期」としてどう過ごすかについてお知らせします。

「0学期」とは、次の学年のスタートに向けた準備期間のことです。年末年始は時間を取りやすい一方で、生活リズムが乱れやすい時期でもあります。だからこそ、少し先を見据えた行動が大切になります。進路室には、大学入試対策の資料だけでなく、各種検定対策や、日頃の学習に活用できる問題集・参考資料もそろっています。今すぐ受験を意識していなくても、「基礎を固めたい」「検定に挑戦したい」「学習の進め方を知りたい」という人に役立つ資料が多くあります。冬休み前後のこの時期に、ぜひ進路室を訪れ、自分の学びを見つめ直すきっかけにしてください。

数学

- ①1冊でしっかりわかる本シリーズ
- ②入門問題精講シリーズ
- ③スパラシク面白い！始めから始める数学シリーズ
- ④やさしく頭をつくりかえる高校数学 I・A
- ⑤大演智勝の数学B「統計的な推測」
- ⑥数学の勉強法をはじめからていねいに
- ⑦読めばスッキリ！ 数学検定 準2級への道
- ⑧数学検定の完全対策 1～3級
- ⑨数学の発想のしかた
- ⑩実用数学技能検定 完全解説 シリーズ
- ⑪数学検定問題集 シリーズ
- ⑫本試験型 数学検定 試験問題集 シリーズ
- ⑬数学検定 実用数学技能検定 過去問集



英語

- ①英語長文レベル別問題集 1超基礎編 2基礎編
- ②英語L&Rレベル別問題集 3標準編
- ③基礎から受験までとことん分かる英文法 上下
- ④イメージでわかる単語帳
- ⑤イメージでわかる単語帳 2

日本史

- ①日本史 「なぜ」と「流れ」がわかる本 原始・古代史
- ②日本史 「なぜ」と「流れ」がわかる本 中世・近世史
- ③日本史 「なぜ」と「流れ」がわかる本 近現代史
- ④日本史B 一問一答



理科

- ①宇宙一わかりやすい 高校物理
- ②宇宙一わかりやすい 高校生物
- ③宇宙一わかりやすい 高校化学（無機化学）
- ④宇宙一わかりやすい 高校化学（有機化学）

0学期のすすめ

この時期を「なんとなく過ごす」のではなく、**次の学年につながる「0学期」として**、今できる行動を意識しよう。

① 進路情報を集める

0学期は、「進路を決める」時期ではなく**「知る」時期**です。大学・短大・専門学校の違いや入試の種類など、まずは情報に触れることが大切です。**学校の資料や先輩の受験レポート**を見て、自分の進路を考えてみましょう。早く知ることで、これからの学習の目的が見えやすくなります。

② 模試の見直しをする

模試は、点数や判定を見るだけで終わらせるものではありません。これまでに受けた模試を振り返り、「どこで点を落としているのか」「同じミスを繰り返していないか」を確認する時期です。**解き直し**を通して、自分の課題をはっきりさせることができ、次の学年につながる一步になります。

③ 苦手を潰す

0学期は、新しい内容に進む前に、**苦手を整理**できる貴重な期間です。教科や単元を絞り、「ここだけは克服する」と決めて取り組むことが大切です。進路室には、日頃の学習や検定対策に使える資料もあります。**小さな積み重ね**が、次の学年での大きな差につながります。