

合格体験記

(71期生)

令和元年6月作成

()期 ()年 ()組 ()番
名前 ()

八尾高校の在校生の皆さん、今春の卒業生（71期生）の「合格体験記」がまとまりました。

君たちの直近の先輩が、君たちの“夢”の実現のためにアドバイスを送ってくれています。今後の受験に向けた取り組みについて参考になることが、たくさん書かれています。「クラブ活動との両立」、「日常における学習方法」、「受験に向けて大切なこと」など、項目別にも書いてもらいました。

まもなく始まる前期中間考査の前に、是非、読んでみてください。

進路指導部

目 次

◎国公立大学

【前期合格】

- | | |
|-----------------|---------|
| ①大阪大学 工学部 | |
| ②大阪教育大学 教育学部 | 硬式テニス部 |
| ③京都教育大学 教育学部 | ラグビー部 |
| ④大阪市立大学 法学部 | 硬式野球部 |
| ⑤兵庫県立大学 社会情報科学部 | ハンドボール部 |
| ⑥神戸市外国語大学 外国語学部 | 水泳部 |

【後期合格】

- | | |
|--------------|-------|
| ⑦神戸大学 医学部 | 剣道部 |
| ⑧奈良教育大学 教育学部 | 吹奏楽部 |
| ⑨和歌山大学 経済学部 | サッカー部 |

【推薦合格】

- | | |
|--------------|-----------|
| ⑩大阪教育大学 教育学部 | (吹奏楽部) |
| ⑪大阪府立大学 看護学部 | バスケットボール部 |
| ⑫大阪市立大学 理学部 | 硬式テニス部 |

◎私立大学

- | | |
|-------------|-----------|
| ⑬立命館大学 理工学部 | 硬式野球部 |
| ⑭早稲田大学 教育学部 | バスケットボール部 |

① S. I さん 大阪大学 工学部 前期合格
部所属なし

(1) 教科外活動（部活動）と学習との両立について

帰宅部だからわからない。申し訳ございません。部活をやっている人は、無理に家庭学習をするよりは早く寝て授業聞く方がいいかもしれない。自分に合う生活リズムを見つけて、大変だと思うけど頑張してほしい。

(2) 1,2年時の学習方法

とりあえず授業を聞いて、『定期テストを確実にとる。』勉強計画を立てるのがとても苦手なので、家庭学習はその日進んだ所を問題集でやる感じでした。授業と同時進行で問題集を進めてテスト期間でもう一周するのが理想でした。(毎回そんな理想通りではなかった。) 授業とか問題でわからなかったところがあれば、「すぐ」に誰かから聞いて解決してください。

(3) 志望校の決定について

高2 ぐらいまでやんわりとしか考えていなくて、「とりあえず勉強してできるだけ高い所を目指す」みたいに考えていました。オープンキャンパスで阪大の研究室とかまわって院生の話を聞けたりしてそれで行きたいと思うようになりました。でも、自分が阪大になんか行ける自信がみじんもなかったのも、正直、高3 のはじめは、「阪大目指して勉強していたら、市大くらいにいけるかな」と思って勉強をはじめました。志望校選びに迷って時間を使うくらいなら、とりあえず勉強に時間を使いたいと考えていました。

(4) 3年時の学習方法

①夏休みまで

2年のときとそんなに変わらない。授業の復習と定期テストを8割以上とる。1,2年のときもだが、小テストも9割くらいとるように単語を勉強すべき。(あくまで理想) 発展的なことよりは、基礎事項を頑張って覚える。スキマ時間を有効活用。生活リズムをつくる。早寝早起きするのがいいが、それより平日と休日で生活リズムを変えずに生活する。休日にも勉強し始める時間、終わる時間を固定化する。

②夏休み

塾には行っていなかったので、学校の講習をとって学校で勉強したり、家で勉強したりしていた。物理の重要問題集を習ったとこまで一周しようと思って、毎日何問解くか決めてやっていた。勉強時間の目標を決めて勉強していた。(時間よりは何かの目標をたてるほうが良いと思う) 重問くらいしか目標をたてていなかったので他のもたてるべきだったのかもしれない。疲れたらタイマーつけて昼寝はすべき。毎日起きる時間、勉強し始める時間、ご飯の時間、寝る時間などを固定化していた。自分に合うリズムを決める。塾に行くリズムが合わなかったので行っていなかったが、塾に行くほうが合う人は行けば良いと思う。文化祭の準備でよく学校で作業していた。塾で作業を手伝えないと言っていた人に腹を立てながら講習後に残って作業していた。勉強も大切だが、行

事も大切なので、積極的に参加してほしいです。

③9月～11月

これくらいの時期になってくると、勉強に疲れてくる部分もあると思うので、友達と競い合いながらモチベーションを上げてほしい。適度に休憩をとりながらとりすぎないように勉強と向き合う。焦って内職するより、落ち着いて今習っている所を確実に固める。授業の進度が遅いと思ったら、全然、文句言っていないと思います。この時期はセンター試験よりも、記述系の問題をやっていました。

④センター前

センター対策：二次対策は9:1か8:2ぐらいだったと思います。阪大工学部は国語の配点が大きいので、学校で過去問を借りて、毎日のように解いていました。センター直前までは、授業以外ではあまり過去問をさわっていませんでしたので、1月以降センター対策に全力を注ぎました。家で地理とかあまりやる気が出なかったため学校の講習をとっていました。意外と知識が抜けている所があるので最後に基礎を確認した。

⑤センター後

*国公立2次試験対策

センター終わるまで赤本をまったくやっていなかったためセンター後から本格的に赤本をやり始めていました。焦って早い時期にやっても解ける内容ではなかったため1ヶ月で赤本をやりこみました。自由英作や、和文英訳の添削をしつこいくらい先生にお願いしていました。

*私立入試直前

私立の方も、全然赤本をやっていなかったため数日前に2年分くらいやりました。メインは国公立なので正直、問題の傾向を見るくらいしかしていません。

(5) 大学受験で大切なこと

一番大切なのは根性です。一番の敵は自分自身なので、自分の扱い方を身につけることが大切です。精神的にはかなりきつかったため、モチベーションをどうやったら上げられるのかを見つけてください。僕は負けず嫌いなので、友達に勝つことや、大学に行きたい気持ちをしっかり高めることでどうにかしていました。勉強は楽しいものだと自己暗示して頑張ってください。

(6) 後輩へのメッセージ

僕は今まで受験期ほど1つの目標に向かって努力したことはありませんでした。だから、とても大変でつらかったけど今までで一番充実した時間でもあったと思います。ストレスで胃が痛くて、夜に目覚めた時もありました。体に不調が出たら医者に行こう！！地獄も住めば都だと思って受験地獄をどうにか乗り越えて下さい。その先にはきっと良い結果が付いてくると思います。家庭が裕福でない人へ、塾に行かなくても学校の講習や先生を頼れば僕みたいに志望校に受かれます。もともと頭がよくないとか無理とか言われることもあります。高校に入ってすぐの数Aのテストで欠点だった僕が努力で成績が上がったので、諦めないで友達と助け合って高め合って頑張れ！！

② T. Kさん 大阪教育大学 教育学部 前期合格 硬式テニス部

(1) 教科外活動（部活動）と学習との両立について

三年生の五月に引退するまではテニスに集中していました。朝練、昼練をしてクラブの後もテニスの練習をしに行っていました。そのせいもあり授業中寝ることもよくありました(笑)僕みたいにならないようにしっかりとバランスを取ったらいいと思います。

(2) 1.2年時の学習方法

定期テストの一週間前から勉強を始めようとはしていました(笑)。実際は前日に詰め込んだ科目や、手が回らなかった科目もあった気がします。

(3) 志望校の決定について

三年の五月の時点でも将来したいことが決まらず、「ここに行きたい」って思う大学もありませんでした。なので、とりあえず私立は学費が高いから国公立にしようって決めておいて、具体的な志望校の決定は後回しにしていました。しかし具体的な志望校が決まっていないと勉強の計画が立てられないし、何より勉強へのモチベーションが上がってませんでした。そこで、とりあえず大阪市立大学を志望校にしました。なぜかというとなんか大阪市立大学を目標に勉強していたら、どっかの地方国公立に行けるくらいの学力はつくだろうと思ったからです。「とりあえず高めに目標を設定しとく」のはおすすめです。「勉強しても無理だろう」といったたぐいのことは考えなくていいです。無理かどうかを決めるのは親でもなく、塾長でもなく、あなたでもありません。「志望校に入学できるかどうか」は大学が決めることです。とりあえずできるだけの努力をしたらいいと思います。

(4) 3年時の学習方法

①部活引退前

英単語だけやっていました。といってもコツコツやるのが苦手だったので、サラッとやっていました(笑)。この時期に英単語と古文単語をコツコツできる人はホンマにすごいと思います。

②夏休み

僕の夏休みは、今思うと無駄に使った時間がとても多かったです。具体的に言うと、まだ授業で習ってない日本史の範囲を参考書とかを使って勉強していたりしていました。どう考えても参考書を読むより人に教えてもらったほうが理解しやすいし頭にも定着しやすいので効率がいいはずですが、僕の場合は参考書と、にらめっこをして時間を浪費していました。夏休みは焦って先のことを勉強したくなるかもしれませんが、それよりも今までに習った範囲の中でまだ覚えられてないところをなくすほうが何倍も大切だし効率的だと思います。そして、今どきは YouTube とかに授業の動画が上がったりするから、それを活用したほうがいいと思います。参考書を読むだけでなく、授業の動画を見たりしたほうがきっと効率よく勉強できます。僕みたいな後悔の残る夏休み

を過ごさないように「勉強の計画」と「勉強法」をしっかりと考えてから、夏休みに入ったほうが良いと思います。それと音読は本当におすすめです。夏休みの間、僕は英語については英単語と音読だけしていました。すると模試の点数が90点から160点に上がりました。ネットにある「音読の仕方」などを参考にしたら良いと思います。

③9月～11月

この時期に僕は五月、六月に勉強していたことの大半を忘れていることに気づきました。五月、六月の間は英単語、古文単語、英文法に重点を置いて勉強をしていたのですが、夏休みに違うことばかりを勉強し、それまでに勉強したことの復習を怠ったせいでこの時期にはほとんど忘れていました。「うわぁ、もったいないことしたな」って思いました。この時期だからこそ基礎基本は毎日コツコツ復習すべきです。この時期を過ぎるといよいよ取り返しがつかなくなってきました。二次試験対策に意識が向く人も多いと思いますが、センターが取れないと、二次試験対策に費やした時間がほとんど無駄になります。なので、予備校の方針や、周りの意見に流されるのではなく、自分の実力に見合った勉強をするべきだと思います。模試で志望校のセンター最低点に届いてない人は二次試験の対策をするよりもセンターの得点率を一パーセントでも上げる努力をしたほうが良いと思います。僕の場合はセンターが全然足りてないのに大阪市立大学の過去問を解いていました。なので、センターの点が足りず志望校を大教大にしよかってなった時に、案の定、市大の過去問を解いていた時間は無駄になったわけです。夏休みの時と同じで「勉強の計画」と「勉強の仕方」をゆっくり考えながら勉強していったら良いと思います。

④センター前

苦手教科が苦手のまま成長しなくて焦りました(笑)。数学の点数が全然上がりませんでした。なので、僕は「もう数学は五割取れたらいいや」と諦めて、その分得意だった倫理と理科基礎で九割取れることを目標にしました。たとえ数学が五割でも倫理と理科基礎で九割取れたら合計したときに七割になるからです。そして数学で七割取るよりも倫理や理科基礎で九割取るほうが僕にとっては簡単だと思ったからです。文系にはそういう人のほうが多いのではないのでしょうか。また、倫理、理科基礎、数学の全てが七割であるよりも、倫理と理科基礎が九割であったほうが私立大学のセンター利用入試で合格しやすいだろうと考えたからです(ベスト三教科利用など)。浪人だけは絶対に嫌でした(笑)。

⑤センター後

*国公立2次試験対策

僕の場合は小論文と面接だけだったので逆に時間の使い方に迷ってしまいました。二次が小論文や面接の人は、まず初めに勉強の計画とか時間の使い方をしっかりと考えたほうが良いと思います。面接や小論文は監督してくれる人がいないと対策ができないと思われがちです。僕自身も受験生の間はそう思っていました。しかし今思えば「小論文分の例文をネットで調べて読む」、「国語の教科書に載っている評論を読んで書き方を参考に

する」、「自分が思っていることをわかりやすく人に伝えるためのしゃべり方を勉強する」といったふうに一人でできることもたくさんあると思います。国語科の先生に小論文の添削をお願いした後、先生からの返却を待っている時間を、僕みたいに無駄に過ごすのではなく、できる限り勉強に費やしてください。ここまで来て、最後の最後に気を抜くのはとてももったいないです。

*私立入試直前

センターが終わった後は完全に気が抜けていました。今まで数学ⅠAⅡB、国語、英語、地学基礎、化学基礎、日本史、倫理と八教科やっていたものがセンター後には日本史と英語と国語の三教科だけになるからです。この時期、まずは気を抜かないことが大切です。そして次に自分が受験する私立大学の入試に合わせた勉強をすることが大切だと思います。僕は関西大学を受験しました。関西大学の英語は長文読解なので音読をメインに勉強し、日本史は単語暗記系の問題が多いので、一問一答をメインに勉強しました。センターが終わってから私立入試まで思ったより時間があるので、受験校の問題形式と自分に足りていない力をしっかりと分析し対策の仕方を考えたほうが良いと思います。

(5) 大学受験で大切なこと

大学受験で大切なことは「いかに無駄な時間をなくすか」ということだと思います。まずスマホを触る時間をできるだけ減らすことです。クラブを引退して生活リズムが崩れたせいで、深夜までスマホでマンガを読んだりしていた時期が僕にはあります。無駄な時間だったと思います。ほかにも効率の悪い勉強法をしている時間もとても無駄でした。僕みたいにならないように、「勉強のやり方」を勉強するところから始めたほうが良いです。「～の勉強法をはじめから丁寧に」とかそういった本や、YouTube とかに載っている、勉強法についての動画を見てから勉強を始めたほうが絶対良いです。当たり前ですが、やり方次第で結果は大きく変わります。がむしゃらに勉強するのも大切ですが、時々立ち止まって自分の勉強法を見直すことも大切だと思います。

(6) 後輩へのメッセージ

最後に勉強以外のことを書こうと思います。まず一つ目は、生活リズムを崩さないことです。特に部活動をしていた人は、勉強だけの生活になった時に体力が有り余ってしまい夜更かしをしてしまいがちです。僕がそうでしたし、僕の周りにもたくさんいました。部活の朝練のために手に入れた早寝早起きの生活リズムを維持していくことが大切です。二つ目は、周りの人への気配りを忘れないことだと思います。受験期は自分のことでいっぱいになるので他人の胸中を想像することが難しくなるかもしれません。不用意な発言や態度をとって、親や友達や恋人を傷つけたり怒らせたりするかもしれません。実際僕たちの学年も受験期に分かれたカップルは多かったです。受験でイライラしているからといって、不用意な発言や態度を取らないように気を付けましょう。また逆に自分がムカつくことや傷つくことを言われたときに「ああ、この人はきっと受験勉強で余裕がなくなっているだけなんだな」と受け流すことも大切だと思います。受験期は自分のことでいっぱいになり、イライラするかもしれません。しかし、

だからこそ、自分以外の人に気を配る必要があると思います。そうすることで自分も周りの人もイライラすることが減り、勉強にも集中できるでしょう。皆さんの高校最後の一年がすこしでも「楽しい」と感じられるものになればいいなと思います。ファイトです。

③ R. Sさん 京都教育大学 教育学部 前期合格 ラグビー部

(1) 教科外活動（部活動）と学習との両立について

部活だけにならないように、部活から家に帰って30分～1時間くらい学校の宿題や復習などをやっていました。部活の時は部活に集中して、勉強するときは勉強に集中できるようにしていました。どちらもしっかりできるようにしていました。

(2) 1.2年時の学習方法

家で30分～1時間くらいで学校の宿題や復習を自分で決めた分を終わらせるまで学習していました。集中力があまり持たないので、時間よりも量を決めてやることで、しっかりやることをやるようにしていました。毎日の学習量が同じくらいになるようにコツコツやるようにしていました。

(3) 志望校の決定について

中学校の教師になりたかったので、教師になるにはいい大学だと思ったからです。

(4) 3年時の学習方法

①部活引退前

部活が終わってから塾にすぐ行って、1, 2年生の時よりも勉強の量、時間を増やしていくために1, 2年の時よりも遊ぶ時間は減らすようにしました。集中力が持たないのは変わっていなかったのですが、1日でやる量を増やして、そうすることで自然と時間も増やしていけるようにしました。

②夏休み

まだ部活があったので、部活が終わってからすぐに塾に行って、みんなより時間がない分、多くの教科に手を出すのではなく、数学、英語、理科（特に生物）に力を入れてその3つは夏休み中にほとんど完璧にして、夏休み明けにはほかの教科に力と時間を注げるように勉強していました。時間もできるだけ増やすために昼から夜まで休憩を何回か挟みながら集中もかけないように勉強していました。

③9月～11月

夏休みで3教科に力を入れていた分、その3教科も少しは勉強しながら、夏休みにできなかった国語、社会に時間をかけるようにしていました。英語はリスニングの対策も兼ねて定期的に音読をするようにしていました。時間がまだあまりとれなかったので、1日にやる量を決めて、その量は絶対にその日に終わらせるように学習していました。

④センター前

英語の単語や古文の単語、漢文の文法、生物の用語、現社の用語、化学の用語など暗記事項を優先的にやるようにしていました。時間間隔も忘れないようにするため、時間をはかりながら問題を解いたり、一回解いたことのある問題がしっかり解けるようになっていくなどの復習をやっていました。新しい問題に手を付けるのはできなかったら不安になると思ったので、極力しないようにしていました。

⑤センター後

*国公立2次試験対策

数学と生物だけだったので、過去問を2, 3回できるように予定を立てて、生物の用語は忘れないように毎日本を見るようにし、数学は2, 3回目で1回目に解けなかった問題をしっかりすぐに解けるようにしていました。

*私立入試直前

過去問を解いて問題傾向をつかむとともに、英単語、生物用語などの暗記ものをしっかり覚えきれるように毎日やっていました。過去問で問題を見ただけで答えがパッとわかるくらいまで、過去問をやっていました。

(5) 大学受験で大切なこと

コツコツと勉強をやるとともに自分でやる量を決め、無理しすぎない程度に量を設定して、そこまでは一日中に絶対やると決めて、それが終わるまではしっかり集中してやるようにすることが大事だと思います。得意教科を早めに固めてしまって、後で、苦手教科を固めるか、その逆でもいいので、自分のやり方を見つけていくことが大事だと思います。先輩や先生のも参考にしながら、自分のスタイルを見つけて勉強していくのが一番だと思います。

(6) 後輩へのメッセージ

勉強しているとしんどかったり、成績が上がらずしんどい時期もあると思いますが、いきなり成績が上がったりするので信じて頑張ってください。高校の時間はあっという間に過ぎるので、楽しむことも忘れずに楽しみつつ、思い出に残り、頑張ったと思える高校生活を送ってください。

④ A. Tさん 大阪市立大学 法学部 前期合格 硬式野球部

(1) 教科外活動(部活動)と学習との両立について

部活動は、引退まで真剣に取り組んだ。引退が他の部活より遅くて焦りもあったが、今できることをコツコツと積み重ねた。

(2) 1,2年時の学習方法

1,2年の時は受験勉強のことは意識せず、中間・期末テストを中心に勉強をした。

授業で学習したことを定期テストで確認し自分の知識にすることが、1,2年生では最も大切だと思う。そのためにも、ひとつひとつの授業に積極的な態度で出席し、授業内容を理解することが大切だ。また、学年に関係なく、科目ごとに自分に合った勉強スタイルを見つけることも大切だと思う。

(3) 志望校の決定について

大学は、自分がしたいことができるということを1番に考えて選んだ。自分がしたいことがその大学にあるなら、大学の偏差値や自分の学力に関係なく、その大学を目指すべきだと思う。学部選びは、自分の興味がある分野で選んだ。将来の夢は決まっていなかったので、興味のある分野を大学で勉強しながら見つけようと思った。

(4) 3年時の学習方法

①部活引退前

部活引退前は、単語などの積み重ねが大切なものを継続してやった。また、センター試験や志望校の傾向を調べ、自分の弱点を分析して、合格するための勉強計画を立てた。現役生は時間との勝負なので、効率的に勉強をするためにも勉強計画は立てるべきだと思う。自分の長所と短所を理解することで合格のために足りないものがはっきりし、勉強計画が立てやすくなるので、自己分析も念入りにしたほうがいい。

②夏休み

夏休みは、学校の夏季講習を積極的に受講しながら苦手分野を重点的に勉強した。この長期休みは自分の勉強に一日中没頭できる期間なので、自分に必要なこと・足りないものに力を入れて勉強するべきだと思う。講習では、1人では見落としがちな部分を補ってくれるので、自分に必要な講習は積極的に受講した方がいい。

③9月～11月

この時期は、勉強をがんばっている人ほど勉強が進んでいることが実感できず不安になる期間だと思う。僕も、暗記したはずのことが抜けていたり、苦手科目が克服できていなかったりして焦った。だが、「現役生は最後まで伸び続ける」という言葉を信じて勉強した。具体的には、過去問などの実践形式の分量を大幅に増やした。その中で、できなかった問題を復習し、同じ間違いをしないように徹底した。

④センター前

センター試験前は、体調管理を第一に優先した。風邪・インフルエンザ対策をすることはもちろん、センター試験当日にベストな状態でのぞめるように、起床・睡眠時間も一定に保った。また、むやみに新しいものには手をつけず、今までやった問題の復習、暗記科目の確認をした。

⑤センター後

*国公立2次試験対策

センター後は、自己採点と志望校の合格最低点・合格平均点とを見比べて対策を立てた。志望校の傾向を把握して慣れるために、過去問を何年もさかのぼった。また、赤本の解答用紙ダウンロードを利用することで、より実践的な勉強ができた。

*私立入試直前

僕は国公立一本なので私立は受験していない。国公立一本の人は後がないという不安もあると思うが、人よりも多く勉強できているという自信を持って勉強してほしい。

(5) 大学受験で大切なこと

現役生は時間がない分、効率的で質のよい勉強をすることが合格に直結してくると思う。そのために大切なことは、勉強リズムを確立することだと思う。

学校がある期間は学校生活を軸に、土日・夏休みの時も、学校生活と同様の時間に起きて勉強をするリズムを作ることで、勉強時間も増えるし、勉強の質も向上する。また、勉強計画も勉強の効率化のために大切だと思う。

(6) 後輩へのメッセージ

受験勉強は決してひとりでは達成できないものだと思う。たしかに、最終的にがんばるのは自分自身だが、一緒にがんばっている仲間や、応援してくれて、合格を一緒になって喜んでくれる先生・家族・友達がいるからこそ、本当に苦しい時にがんばれる。受験勉強は信頼できる先生・友達に頼り・頼られながら、ともに乗り越えるものだと思う。受験勉強がんばってください。

⑤ T. H さん 兵庫県立大学 社会情報科学部 前期合格 ハンドボール部

(1) 教科外活動（部活動）と学習との両立について

1年から3年の4月末まで部活をしていました。1~2年の秋までは部活に力を注ぎ、冬くらいから受験勉強との両立を意識し始めました。1, 2年は定期テスト対策を2週間前にするようにしてそれ以外は授業時間と小テストを大切にすれば部活動に力を注いでも大丈夫です。それから2年の冬~3年の春も部活時間外での勉強の時間を増やせば十分だと感じました。無理に部活の時間を削ったとしても、多分、勉強時間は増えなかったと思います。

(2) 1.2年時の学習方法

1. 2年は何を頑張っているかわからなかったので、定期テストの勉強だけ大事にして、それ以外は小テスト勉強だけしかしていませんでした。予習は半分くらいしか出来てなかったです。定期テストも、相当、受験時の力になりましたが、意外にも後ですごく役に立ったのが小テストでした。1, 2年の時は何気なく小テスト勉強を頑張った良い点を取って喜んで終わりでした。しかし3年になって小テスト分、周りに差をつけていたことに気がつきました。相当、楽できたと感じています。

(3) 志望校の決定について

私の家は金銭面で厳しかったので国公立大学で考えていました。元々市大志望でしたが国公立に確実に受かりたいという気持ちと兵庫県立の利点を見て志望校を変えました。

この変更は成功だったと、今は感じています。浪人する気もなかったので私立も受けました。金銭面から奨学生枠狙いで龍谷と関大に決めました。金銭面で不安のある人は奨学生枠などを狙ってみるのもありだと思います。

(4) 3年時の学習方法

①部活引退前

部活引退前は勝ち進みたいという気持ちと早く勉強に没頭したいという気持ちがありました。アドバイスとしては完全燃焼しきることです。その方がしっかり切り替えることが出来ます。不完全燃焼だった友人はクラブが終わった気がしない、と言っていました。引退間近は本当に忙しいですが全力でやりきって勉強でいいスタートが出来るようにしましょう。

②夏休み

私は塾に行っていませんでした。そこで1番辛かったのが本当に他人に会わなかったことです。これはかなり地獄でした。夏休み後半は正直早く夏休みが終わってほしいと思っていました。さらに他の人が頑張る姿を見られないので焦りや向上心も湧きにくく、勉強の継続がすごく難しくしんどかったです。塾へ行っていない人は是非学校の講習などに積極的に参加するといいです。詳しく質問できるし何より友人やライバルに会えて刺激され家での勉強の効率も上がると思います。

③9月～11月

11月末に県立の推薦入試を受けるのでこの時期は推薦と一般の両方を勉強していました。一般の勉強は授業のセンター過去問と理科、社会を家でやるくらいしかやりませんでした。正直、推薦枠を取れると思っていたので一般には関係ない面接や小論文をずっとしていました。試験が終わっても結果次第で受験が終わるので勉強がなかなか出来なかったです。結局、落ちてしまいましたが、9～11月は授業以外で全くセンターの勉強をしていなかったもので、すごく急いで一般の勉強を始めました。

④センター前

私がセンターの過去問を自習で解き始めたのは12月の途中です。この時期は新しい知識を入れず過去問と解説の繰り返しでした。世界史だけは本当に出来なくてセンター前日で赤本30, 50, 35点を取っていました。だから世界史だけは前日でも新しい知識を入れていましたが、これは本当に苦痛で焦るので絶対にやめた方がいいです。他は毎日過去問を全教科一年分解き、間違えた範囲を復習するという勉強法でした。毎日解くことで不安が減りました。

⑤センター後

*国公立2次試験対策

私立の対策をセンターが終わるまで何もしていなかったもので、県立の勉強は私立の試験が全て終わってから始めました。対策としては、数学は赤本から模範解答で証明にもっていく方法を勉強して、英語の長文はどう聞かれるかの分析、要約と自由英作は模範解答の構成を分析して暗記しました。

*私立入試直前

センターが終わってから私立の「過去問→解説」を繰り返しました。センターで基礎は出来ているので、残るは大学の過去問のクセに慣れるだけでした。過去問をやる度に傾向慣れで点が伸びていくし教科も減るのでセンター前よりは楽です。1年でも多く解き、傾向に慣れるだけです。

(5) 大学受験で大切なこと

一番緊張したのはやはりセンターでした。前日で世界史30点を取っていたので夜遅くまで世界史をしたら当日75点まで上げられましたが、同じ日の国語と英語がものすごく下がりました。前日の睡眠は本当に大事です。あと試験会場ではマイペースを心がけるといいと思います。会場では寝ている人やすごくガチに勉強している人、友達と大声で答え合わせをしてくる人など本当に色々な人がいるので惑わされないように頑張ってください。

(6) 後輩へのメッセージ

さらにいくつかアドバイスをするとすれば、模試の判定を信じすぎないことです。私も受験生の時、そのことを全く信じておらず、A判定が受かってD、E判定は落ちると思っていましたが、自分や他の人の受験結果を見た時、言われていた意味が分かりました。あと受験回数はケチらないことです。私も完全安全校で受けた大学の一つが不合格でした。もしその一回しか受けてなかったらと思うと怖いです。入試の共通テストの変更などで不安も多いと思いますが頑張ってください、応援しています

⑥ Y. O さん 神戸市外国語大学 外国語学部 前期合格 水泳部

(1) 教科外活動(部活動)と学習との両立について

部活をやっていると練習がきつかったり、試合で疲れていてなかなか集中できない時もあると思います。自分はその時はしっかり休んでいました。集中できないままだったら勉強しても頭に入るものは少ないと思います。そのかわり自分が「今はできる」と思った時はするようにしていました。基本は単語や古典文法などの暗記事項をひたすら見っていました。暗記系だと毎日見ることを習慣づけることが出来るし、用意も簡単で気軽にできるし、勉強も進むのでおすすめです!

(2) 1,2年時の学習方法

1,2年の間は正直自分からほとんど進んで勉強はしていませんでした。だって勉強は嫌やもん。なんで受験生ちゃうのに勉強せなあかんのかと思っていました。でも、勉強は嫌でも絶対に「必要最低限」の復習・予習はやるようにしていました。これやらない授業ついていかれへんってレベルのものは絶対にやる、そうじゃないと1年2年の勉強にもついていかれへんようになるし、1,2年で学ぶ範囲の知識がないと3年での勉強は絶

対についていけないです。最低限でいいから絶対に！

(3) 志望校の決定について

自分は珍しい方で高校の最初のほうで志望校が決まっていたのでみんなにあまりアドバイスできることは少ないけど、アドバイスできるとしたら併願校の選択は慎重に行った方が良くと思います。自分も第1志望に集中したくてとてもハードルを下げていたため当日まで余裕でいたけど、今年から急に問題がむずかしくなっていてとても焦りました。なので、いくら併願校といえども何が起こるかわからないので、しっかり考えて選択した方が良くと思います。

(4) 3年時の学習方法

①部活引退前

引退までは(1)でも言ったように暗記系を中心に勉強を始めました。自分は引退前は習い事などで正直とても忙しかったけど、どんな状態でも絶対に空き時間は出来るので、そこをできるだけ活用するようにしました。寝る前に単語帳〇ページ分声に出す、平日頃に何かしらの単語帳を持ち歩いておく、など色々なことをしていました。「受験生に無駄な時間は1分もない！」って思っていたので自分が苦しくない範囲からちょっとずつ活用した方が良く！

②夏休み

夏休みは、3年生は文化祭の準備や練習があったりと忙しいです。でも、自分はその練習などの時間を友達と喋るリラクスの時間に捉えていました。そのおかげで、勉強もONとOFFの切り替えがしやすくなり、文化祭の方も勉強面を心配する必要がなくなったので一石二鳥でした！後は、とれる講習などは最大限にとって、塾の夏期講習とも両立させていました。「遊ぶのもいいけど、その分自分で責任はとる！」って心を鬼にすることで夏は乗り越えられます！（笑）

③9月～11月

この時期は、模試にすごく価値をおいて過ごしていました。学校でやった模試は、数学なら全問解ききるまで、国語なら現文の語句～漢文の句形まで、英語ならアクセント～長文構造まで、とわからないことも含めて全て調べたり質問したりしてわかるようにしていました。しかも、終わったらそれだけではなく、問題を残しておいて、1ヶ月、2ヶ月後にまた解いてみて、そこで分からなかった問題は解き直しと徹底的に知識を定着させていきました。

④センター前

センター前はとにかく演習、わかる教科はミスをなくすように、わからない教科は一旦模試を解いて、ひどかった単元から集中的に攻めていきました。特に社会（自分は世界史）などの暗記科目は勉強全体の7～8割を占めていました。この分野はやればやるほど確実に点につながる!!だから、自分が想定している3倍ぐらいの問題集をやってください。ここまで来たら、得点に繋がるまでひたすら解き続けるのみ、最後まであきらめずに！

⑤センター後

*国公立2次試験対策

自分は2次試験は英語しかなかったので、あまりアドバイスはできませんが、英語で大事なものは単語もやけど、文を読む力もものすごく大事です。ただやみくもに直訳するだけじゃなくて、その文って結局何が言いたいん？って部分を考えるようにすると長文が解きやすくなります！

*私立入試直前

私立直前は、その学校の問題を解きまくりました。やっぱり、いくら併願、安全校だといっても少しはその学校の問題がどんなものか見ておいた方が良いと思います。模試ずっと1位でもない限り自分の上に人はいるはず、その人たちを抜くと思って最後まで気を抜かないこと！！

(5) 大学受験で大切なこと

受験の中では、やっぱり自分の得意科目には自信、ある程度のプライドを持っていた方が良いと思います。自信がある分、得点が悪いと何としてでも得点を上げるように努力できるし、精神面でも優位に立つ事が出来ます！みんな何かしら得意な教科があると思います。人より出来る出来ひんとかは気にしないでいいから、胸張って「〇〇は得意やからいける！」と思ってください！！

(6) 後輩へのメッセージ

多分この文章が載っているところに他の人の文章も載っているはず。長ったらしくて読むのがめんどいかも知らんけど、みんなの体験記を見て共通している or ほとんどの人が言っていることは絶対に絶対に実践してください！！1年必死こいて勉強してきた人たちが口揃えて言うくらいの事やから、絶対に大事なはず！どんな形になってもいいから自分の進みたい道を目指してください！もし神戸市外大志望の人がいるなら待っています。最後まで諦めずに！！ “F i g h t - y a ! !”

⑦ M. S さん 神戸大学 医学部 後期合格 剣道部

(1) 教科外活動（部活動）と学習との両立について

平日は家に帰ってきてから授業の予習をしていました。復習もやっておくべきだったと思います。授業をちゃんと聞くことが一番大事だと思うので、部活で忙しい時でも授業はしっかり聞いていました。部活の先輩や同期に勉強法を聞いたりもしていました。

(2) 1.2年時の学習方法

定期テストの勉強をしていました。苦手な科目は2週間前から勉強を始めて、問題集の間違えたところをできるようにするまで何周も解いていました。定期テストのやり直しもやっておけば良かったと思います。わからないところや曖昧なところを残さないこ

とが大事だと思います。毎回の小テストもしっかりやっていました。授業や小テストを大事にしてほしいと思います。

(3) 志望校の決定について

3年生の7月ごろに病院で働きたいと思い始めましたが、自分の中で病院といえば医者か看護師というイメージがあって、どちらも違うような気がしたので担任の先生に相談しました。そこで先生が臨床検査技師という職業を教えてくれて、その資格が取れる関西圏の国公立なら神戸大学がいいのではと勧めてくれたので、神戸大学に決めました。進路や志望校で迷ったら先生に相談したらいいと思います。

(4) 3年時の学習方法

①部活引退前

部活の同期が英単語をかなり覚えていたので、焦って英単語を始めました。英単語はできるだけ早めに始めた方がいいと思います。この時期は英単語や数学の標準問題など基礎固めをやっていました。

②夏休み

苦手な数学の問題をたくさん解きました。1日の勉強時間の半分は数学にあてて、夏休みのうちは苦手な科目優先で勉強を進めました。英語は単語とネクステを1日のノルマを決めて進めました。ネクステのノルマは、夏休みで一周できる計算で設定しました。理科も苦手意識のある分野から少しずつ進めました。

③9月～11月

英語は長文を中心に勉強していました。理科は問題集を解いたり、暗記事項を固めたりしていました。この時期から社会の参考書を買って読み始めました。過去問を初めて解いたのもこの時期でした。授業を受けている科目が全て受験で必要だったし、追試を受ける時間が勿体無かったので、定期テストの勉強もしていました。

④センター前

12月からはセンター対策だけやっていました。理科と社会はセンター形式の問題を解いて、わからなかったところや曖昧だったところは教科書や資料集で調べてノートにまとめていました。そのノートは毎日見返してわからないところを潰していきました。苦手な古典は学校の講習を受けました。

⑤センター後

*国公立2次試験対策

過去問をたくさん解きました。英語は英作を先生に添削してもらいました。数学は過去問に加えて学校の講習に参加して色々な問題に触れるようにしました。理科は過去問を解いて、よく出てくる分野は問題集でしっかり対策しました。

*私立入試直前

私立は簡単なところを受けたのであまり対策はしませんでした。

(5) 大学受験で大切なこと

私は前期も後期も同じところに出願して、前期は落ちて後期で合格しました。前期で

落ちた時はすごく辛かったけれど、後期まで集中して勉強しました。センターリサーチで後期はD判定でしたが合格できました。最後まで諦めず頑張りが続けることが大切だと思います。私が最後まで頑張れたのは、応援してくれる先生や家族、一緒に頑張る友達がいてくれたからだだと思います。そういう人たちを大事にしてほしいと思います。

(6) 後輩へのメッセージ

受験勉強はしんどいし嫌になるときもあると思いますが、マイナスなことを考えるよりも、合格するために何をしたらいいか考えて時間を無駄にしないようにしてほしいです。八尾高には素晴らしい先生がたくさんいます。私も進路決定や勉強や面接練習などで色々な先生にお世話になったし、前期の後も先生に支えてもらいました。困ったり行き詰まったりしたら、先生に相談してほしいと思います。頑張ってください。

⑧ M. H さん 奈良教育大学 教育学部 後期合格 吹奏楽部

(1) 教科外活動（部活動）と学習との両立について

部活で休みが少なかったので家で勉強だけでなく通学時間を使って電車の中で小テストの勉強だったり授業の予習だったり最低限できることをしていました。朝の時間や昼休みの時間をどれだけ上手く使いこなせるかが大事だと思います。3年生になってからは休憩する時間もなくて部活か勉強かの毎日でしたが、どちらも手を抜かないようにしてきました。

(2) 1.2年時の学習方法

部活が忙しかったので、最低限の勉強しかできていませんでした。定期テスト前にとっても詰めて勉強するという勉強法でした。暗記系の科目は記憶が少しでも残るように丸暗記ではなく、内容や流れを理解するように意識していました。2年生の後期になると受験を意識していましたが、行動に移せたのは春休みごろからだったと思います。

(3) 志望校の決定について

教育系の勉強がしたいとずっと思っていたので、1年生の時から教育大学を志望校に考えていました。模試の判定が悪くても志望校は変えず、センターが終わってから具体的にどこを受けるかを考えました。

(4) 3年時の学習方法

①部活引退前

8月まで部活があったので、講習に行けない日が多く葛藤もありましたが最後まで手を抜かずに部活動にも全力で取り組んでいました。なので、夕方まで練習をしてそのまま塾に行って10時までセンターの過去問を解いて見直しをして終わるという毎日でした。勉強に少しの時間しかあてられず、センターの過去問をひたすら解いて問題慣れはしましたがなかなか自分の勉強はできていませんでした。

②夏休み

ほとんど部活動に時間を注いでいました。なので、思い通りに自分の勉強もできず、引退してやっとお盆あたりから1日中勉強するという時間を確保することができました。その日から少しも気を緩めることなく、周りの人に追いつこうと必死に、センターの過去問を解くのと並行しながら単語の暗記や他の科目の基礎を詰めていきました。

③9月～11月

部活も引退して落ち着き、文化祭も終わり本格的に勉強一筋になり、模試も定期的にあったので、模試がある2週間ほど前から勉強の計画を細かく立てていました。単語を1日何個ずつ覚える、理科基礎の参考書を何章分まで読むなど、毎日ノルマを達成するために分単位で時間も意識して勉強していました。

④センター前

暗記科目をひたすら詰めて勉強していました。社会に関しては、秋ごろから複雑な単語や意味をすぐ確認できるようにノートやプリントを見て勉強していました。英語は時間を意識してもう一回過去問を解き直していました。リスニングも年明けから毎日していました。

⑤センター後

*国公立2次試験対策

小論文でも面接でもずっと学校の先生にお世話になっていました。後期の面接対策としては、先生に文章の添削をしてもらい時間を計りながら何回も声に出して話す練習もしていました。志望動機など自分の意思を強く伝えられる質問項目は今までをよく振り返って色々模索しました。

*私立入試直前

科目数も減り、1教科にあてる時間も長くなったので日本史の文化史をひたすら詰めていました。一問一答をずっとやっていて、国語や英語は問題慣れするまで過去問を解いていました。

(5) 大学受験で大切なこと

細かく1日の計画を立てることだと思います。模試や入試の日から逆算して考えると毎日の目標が明確に表れるので時間を意識しながら勉強することができます。また合間時間をどれだけ有効に使えるかも大切でその積み重ねが気づかないうちに周りとの大きな差をつけることに繋がっていると思います。

(6) 後輩へのメッセージ

計画を立てても正直計画通りにいかないことも多くありますがそこをいかに冷静になってひとつずつこなしていけるかが大事だと思います。勉強法も勉強の進度も教科によって人それぞれだし常に自分の弱点を優先的にやって自信をつけていくべきです。何事に対しても決して可能性はゼロではないので最後まであきらめないことが一番です。入試が後期まであったとしてもチャンスがまだあると思って頑張ってください！

⑨ T. Kさん 和歌山大学 経済学部 後期合格 サッカー部

(1) 教科外活動（部活動）と学習との両立について

私は高校3年間サッカー部に所属していました。1,2年の頃の私はクラブが終わって家に帰ると、疲れてすぐに寝てしまって、勉強は正直あまりできていませんでした。しかし3年になると、意識は変わって1日最低3時間はこなすようにし、どうしても眠たくなったら、寝心地の悪い椅子で寝てすぐ勉強を再開できるようにして両立させていきました。

(2) 1,2年時の学習方法

これといって学習方法などは決まっていなかったのですが、学校の英語や古文単語の小テストなどは周りの子と勝負などして楽しく覚えられるようにしていました。

(3) 3年時の学習方法

①部活引退前

部活の引退は10月の中ごろで、文化祭や体育祭などの学校行事もあったため、この頃は集中して勉強することは難しかったのですが、とにかく二次試験対策として英語の長文読解の問題集に取り組みました。また数学を苦手としていたので応用問題には手をつけず、苦手な範囲の基礎問題を徹底して解くようにしました。

②夏休み

クラブの練習が基本午前中だったので練習の後、知り合いに数学や英語の文法を教えてもらいました。英語や古文の単語は試合に行くときの電車などで覚えたりしました。

③9月～11月

④センター前

ほとんどの教科でただひたすらセンターの時間や問題に慣れるために過去問を解いたりセンター対策問題集などを解いていました。ただ日本史に関しては過去問を解くレベルではなかったので、参考書を読んで知識を入れながら、学校のセンター対策講座に参加して、入れた知識を確認したり新たな知識を入れて仕上げていきました。

⑤センター後

*国公立2次試験対策

センター後に志望校が変わったので過去問をもう一度解いてみて、問題傾向を理解してから似たような問題を解いて力を付けてから過去問を解きました。

*私立入試直前

過去問を時間内に解ききることができなかったので、ひたすら過去問を解いては復習、解いては復習して慣らしていきました。

(5) 大学受験で大切なこと

まずは大きな目標を定めてから逆算することが大切です。ゴールまでの距離を知ること、そこから小さな目標を決めると漠然と勉強せずにすみ、そしてより充実した生活

を暮らすことができるはずですが。あとは悩みをためすぎないようにしましょう。大学受験の時期は特に不安になったりするので自分の一番信頼できる人に相談すれば気持ちが軽くなるはずですが。

(6) 後輩へのメッセージ

みなさん何度も聞いたことがあるとは思いますが最後まであきらめてはいけません。私も正直間に合うかどうかはわかりませんでしたでしたが受験のときには自分のベストを出すことができました。みなさんも頑張ってください。

⑩ H. W さん 大阪教育大学 教育学部 推薦合格 (センターあり)
(吹奏楽部)

(1) 教科外活動 (部活動) と学習との両立について

私は吹奏楽部に所属していましたが、自分の志望校がはっきりと定まったことや前年度の入試難化を知ったことをきっかけにクラブをやめる決断をしました。それからは、クラブをやめたことを後悔しないためにもそれまで以上に受験勉強に励みました。クラブを最後まで続けて第一志望の大学に受かる人もいるし、クラブをやめたとしても第一志望に受からない人もいます。高3の一年間は一度しかない時間だから、自分の進路は自分で決めていくことが大事だと思います。

(2) 1.2年時の学習方法

1年時は、受験を考えて勉強したことはありませんでした。高校の定期テストは中学のときとは比べ物にならないくらい教科数が多く、そして何よりも予習で一日が終わっていくのがほとんどでした。2年になっても、自分も周りも受験勉強をスタートしている人はあまりいなかったように思います。修学旅行が終わったあたりから、周りの人の受験への意識が高まっていることを感じて、定期テストの勉強をそれまで以上に頑張りました。

(3) 志望校の決定について

私は高校入学時から教員免許を取りたいと思っていました。はじめは、中高の専門教科の先生になりたいと思っていましたが、子どもたちと一日中一緒にいられる小学校の先生に惹かれていきました。それから、小学校教員の免許がとれる大学を調べて積極的にオープンキャンパスに行くようにしました。兄と私は大学在学が一年かぶることもあり、国公立大学であるこの大学を第一志望に決定しました。

(4) 3年時の学習方法

①部活引退前

春期講習から、塾に通うことを自分で決めました。クラブをやめる前までは、休み時間や隙間時間を使って勉強をしていました。5月にクラブをやめた後も夏休み前までは、基礎的な学習を徹底しました。詳しく言うと、英語や古典は単語や文法の知識を増やし、数学は問題集の例題を何回も解きなおしました。社会は学校の授業をしっかり受けて、理科基礎はセンター用の参考書を簡単に読みました。

②夏休み

夏休みになってからは、塾の授業で取っていない社会や、自分では勉強しづらい記述の対策をしていくために、学校の講習に積極的に参加しました。また、私は文系だったけど数学は嫌いではなかったので、模試で数学の点数を安定させるために、ほかの教科より早めに演習問題に取りかかりました。塾の授業ではセンターの問題を解き、それをもとに自分の苦手な分野を見つけ、自主学習でひとつひとつ苦手分野をなくしていきました。

③9月～11月

この時期は学校行事が忙しいこともあり勉強時間が充分に取れないこともあったけど、隙間時間を見つけて勉強しました。どこでも勉強できるように、小さい参考書を持ち歩いています。また、この時期に理科基礎のしっかりめな勉強を始めました。10月になると、第一志望大学の公募推薦の面接試験が近づき、担任の先生に指導をしてもらいました。志望動機の記事を考えることで、より一層この大学に入学したいと思うようになりました。

④センター前

12月になると社会の公民にたくさん時間を割き、最後の詰め勉強をしました。冬休みに入ると、センター過去問やセンター予想問題をできるだけたくさん解きました。演習するときは時間を測り、マークシートの練習もしました。演習が終わったら、間違えたところのやり直しをマークシートの裏にして、ファイリングしたものをセンター当日に持っていけるように準備していきました。

⑤センター後

*国公立2次試験対策

私は2次試験が小論文だったので、担任の先生に指導してもらいました。同じ学部を受ける友達もいたことから、合同の勉強会でその学問の知識を増やし、様々な意見を出し合い自分の考えを深めていきました。

*私立入試直前

ずっとセンターの勉強をしてきていたので私立の対策はあまりできておらず、試験日直前に過去問を解くことぐらいしかできませんでした。私立大の英語の試験を受けて気づいたことは、単語力は大事だということです。センター試験で通じた単語力では私立大の英語は解けませんでした。

(5) 大学受験で大切なこと

大学受験で大切なことは、どれだけ自分の志望校にこだわられるかだと思います。色々な先生方から言われることだけど、現役生は最後に成績が伸びる人がたくさんいます。成績が伸びない期間にどれだけ勉強したかで最後の伸びが決まるのだと思います。成績が伸びない間、志望校にこだわり続けるのは難しいことだけど、第一志望の大学に合格し受験が終わった時の嬉しさは半端じゃないです。だから私は、第一志望の大学にこだわり続けることが大切だと思います。

(6) 後輩へのメッセージ

受験勉強は思い通りにはいかないことばかりでした。でも、周りには同じように色々な悩みを抱えて頑張っている同級生がいました。「受験は団体戦！」という学年主任の言葉は本当にその通りだと思います。悩みがあれば、友達や学校の先生、家族、先輩、塾の先生、誰にでも相談してみてください。高3の一年間はとても早く過ぎます。あとから後悔しないように、自分の将来につながるようにこの一年間を大切にしてほしいなと思います。

⑩ Y. H さん 大阪府立大学 看護学部 推薦合格 (センターなし) バスケットボール部

(1) 教科外活動 (部活動) と学習との両立について

八尾高校はとても部活動が盛んな学校なので、家に帰ったらもうくたくたで、勉強をする気になれない、という人も多いと思います。朝練があるから授業中眠くなってしまう人もいると思うし、部活は大事なのでしっかり休むためにも家では宿題だけをしっかりしていれば大丈夫だとも思います。それだけで済むように授業をしっかり聞いてその時間に納得・完結させ、メモを取ることが必要です。

(2) 1.2 年時の学習方法

授業を聞いてメモをなるべく取っていました。家では出された宿題をしていました。「学年+1 時間」家で勉強しましょう、と言われてもするのはなかなかしんどいのでその場で理解できればいいかと思っていました。単語テストなどの暗記系は適当に短期記憶でやり過ごしていったので受験期に長文を読む度に単語で躓くことばかりで後悔しました。小テストの機会に頭に入れておくのと受験期に思い出すだけで済むので効率的だったと思いました。

(3) 志望校の決定について

推薦があって今のままで行ったら受けられるよ、と先生に教えていただいて国公立に行けてセンターも受けずに済んで、早く受験を終わらせれるやん！と思って決めました。あとは模試の結果を見て決めました。オープンキャンパスに行くとか何とか感じるがあるのでいっぱい行ってみてください。

(4) 3年時の学習方法

①部活引退前

塾に行き始めたけど、授業以外行かず自習室に行かなかったのも特に何も変わらなかった記憶があります。意味があるのは自習の方だと思うので塾に行って安心しないでほしいです。受験勉強の初めは二年間を思い出すことだと思います。今思うと学校で買った教材でもできると思うので自分で試してみてもいいと思います。

②夏休み

塾の空いている9時30分～23時まで籠りました。集中が切れたときは寝て、でも絶対に家には帰らないと決めて8月の模試に向けて過ごしました。勉強目標を立ててそこから一日単位でやることを決めていました。自分に甘い私にとってはとてもやりやすかったです。夏休みはたくさんある時間を無駄にしないように細かく予定を決めておくのがいいと思います。学校の講習も塾で受けるほどではないけど不安なものを取って伸びたのでぜひ活用してほしいです。

③9月～11月

単語は空き時間にするものだ、と言われてきましたが、そんなんじゃ全然足りひん、と気づき自習室で最後の1時間は英単語の時間にして、音を聞いて綴りを見て意味が書けるかをテストしました。お風呂に浸かりながら現代文の単語帳を見ました。また、リスニングが苦手だったので音を聞きながらスクリプトを見てすべての音を聞き取れるまで同じのを聞き続ける、というのをご飯を食べながらする、という習慣をつけてしていました。

(5) 大学受験で大切なこと

習慣づけることだと思います。毎日続けられるぎりぎりの量を考えて毎日することです。量ばかり増やしてもいっぱいいっぱいになるだけです。毎日して、次の模試に、センターに、2次に間に合うように計算して続けることが大切だと思います。自分に甘くならないようにいられる環境をつくって毎日していても、時間は足りないのでひとつひとつ丁寧にしていくといいと思います。

(6) 後輩へのメッセージ

授業と小テストと定期テストを大事にしてください。成績もうちょっと上やったらよかったのに…と言っている友達を何人か見たので成績が必要になるかもしれないし、成績上げるために頑張ったことは受験勉強の時に役立つので、楽をしたいなら成績上げようとしてください！(笑)そして成績上げる近道は授業聞くことです。集中力もつきまです。その習慣は三年の時に助けになってくれると思います。

⑫ I. Fさん 大阪市立大学 理学部 推薦合格（センターあり）
硬式テニス部

（1）教科外活動（部活動）と学習との両立について

休日の少ないクラブだったので、志望校合格に向けた学習計画通りに取り組むことは、とても大変でした。クラブも勉強も「今、何をすべきか」、「いつまでに何をするのか」ということを考え、時間を無駄にしない効率の良い生活をし両立を頑張りました。

（2）1.2年時の学習方法

数・理・英は早くからコツコツ真面目に取り組んできました。定期テストの勉強のついでに模試レベルの問題もやったりしていました。模試を受けた時は、当日か翌日までに答え合わせをし、ちゃんと理解できるようになるまでやり直しをしていました。ほんとに理解できたかどうかを確認する為に、一週間後ぐらいにもう一回解いたりしました。普段の勉強でも解からない所を残さないようにしていました。

（3）志望校の決定について

自分の学びたいことが理系で大学院まで6年間通い、専門職に就きたい希望があったので学費の面も考え、第一志望は国公立大学にこだわりました。早くからOCに参加し、1年の時は「興味のある学部、いけたらいいなと思う大学」を数校に絞り、2年の夏に自分の知りたいことが学べるかOCで先生や学生の先輩からしっかり話を聞いて「絶対ここに行きたい大学」を決定しました。

（4）3年時の学習方法

①部活引退前

2年の2月で引退しました。ここから真剣に受験勉強を始めました。3年の春休み頃からセンター国語の現代文を集中してやり始めました。そのあと、古単や漢文の基礎知識の暗記を取り掛かりました。この頃はまだ習ってない事が多いので、インプットが多かったです。

②夏休み

文化祭、体育祭の準備も一生懸命し、それ以外の時間は学校の講習や塾を使い、とにかく勉強漬けな毎日でした。毎日受験科目全てに触れるのは難しかったので、二日のサイクルで勉強していました。英語だけは例外で毎日絶対に触れるようにしました。夏休みが終わる頃までは、センター対策に集中しました。

③9月～11月

国公立二次前期受験の対策をしながらチャンスを増やすために推薦での出願をしました。面接とセンター利用だったので、提出する志望理由書の作成や面接練習では先生方にとってもお世話になりました。センター、推薦、二次それぞれの対策をしなければいけなくて一番しんどい時期でした。模試も積極的に受けていました。

④センター前

センター3週間前に思わぬ病気になって手術入院を経験しました。病室でもネクステ

を見たりはしていましたが、退院後かなりの遅れを感じ焦りました。その不安を消すように一段と集中してセンター対策に取り組みました。新しい問題はやらずに、とにかくやり直しをして自信をつけるようにしました。

⑤センター後

*国公立2次試験対策

英作は一人で対策するのが難しいので、先生に添削をお願いしていました。数・理は過去問を集中的に取り組み同じような傾向の問題を解いて対策していました。

*私立入試直前

本命は国公立だったので、国公立対策に支障が出ないようにすべり止めの私大は1校だけ出願し、1週間だけ私立対策を集中していました。

(5) 大学受験で大切なこと

①受験はまさに先手必勝！受験に関する情報収集、入試制度、勉強全て早くから取り組むこと。②合格に向けて毎日同じペースで取り組む時間の使い方と自己管理。③自分の絶対行きたい大学を見つけ最後までこだわること。④大学受験は大きな変化がありうるので、親に相談し、自分の進路を話し合っておくこと。⑤体調管理、特に3年夏以降。

(6) 後輩へのメッセージ

八尾高校に入学したことをゴールと思わず、次の自分の夢の実現への3年間となるように計画を意識して有意義に過ごして下さい。受験勉強はしんどいです。でも自分にとってしんどい思いをしてまでも絶対に行きたい大学をぜひ見つけ妥協せずこだわってください。その頑張りには自分の誇りになります。そして、しんどい思いをして合格できた大学は本当に素晴らしい所です。最後まで諦めず頑張ってください。

⑬ A. Sさん 立命館大学 理工学部 一般入試合格 硬式野球部

(1) 教科外活動（部活動）と学習との両立について

正直、硬式野球部で疲れていたもので、1、2年は全然できなかった。

でも、定期テストはちゃんとやっていた。(物理と数学)

(2) 1.2年時の学習方法

毎日することだったら、暗記系(英語の単語など)だけをやればいいと思う。

あとは、授業を聞いているだけでいいと思う。

(3) 志望校の決定について

もともと、建築の学科と決めていたので、色々と大学を探して、いっぱいオープンキャンパスに行った。そしたら、立命館が良いと、高2の夏に思った。

(4) 3年時の学習方法

①部活引退前

授業をしっかり受ける。塾にも行っていたので、そこでもちゃんと受ける。
数学と物理はテストのときにマスターしておく。
週に 100 単語覚える。(英語)

②夏休み

毎日英語に慣れる(英語、文法)

数学は、重要問題集を毎日 3 問やる。

(わからなかったら、答えを見ずにヒントをもらう)

物理は、良問の風を毎日 3 問やる。

(わからなかったら、答えを見ずにヒントをもらう)

集中できなくなったら、本屋に行って、雑誌や建築の本を読む。

絶対に、11 時までには寝る。

塾の授業の復習。

③9月～11月

英語は、単語 100 個 長文を 2 つ。

数学は、重要問題集を 3 問

物理は、良問の風を 2 問

週 2 回、赤本の英語を解く。

弱点を集中的にやるべき。

④私立入試直前

赤本を解く。わからないところはすぐに質問。それで、似た問題を次の日にやる。

絶対にちゃんと寝る。休憩もしっかりとる。

(5) 大学受験で大切なこと

なんらかのテストの後は復習をする。間違えたところは、確実に定着させる。

絶対に夜更かしや徹夜をしない。次の日に、影響が出る。

結構、勇気はあるがやる気がでないときに、勉強をその日はやめるのも大事。

友達といろいろと、勉強で勝負する。

気持ちに余裕を持って勉強する

(6) 後輩へのメッセージ

入試は、定期テストじゃない。前夜では絶対に無理で、積み重ねが大事。だから、焦らず、しっかり睡眠をとってほしい。でも、昼寝はだめ。その日の勉強の効率が悪くなる。あとは、学校にしっかり行って、楽しんでください。勉強が楽しいと感じるときが来ると思う。来るためには、余裕を持って前向きにやって、嬉しく感じることを、勉強から探してください。悔いを残さずに頑張ってください。

⑭ K. Nさん 早稲田大学 教育学部 一般入試合格
バスケットボール部

(1) 教科外活動(部活動)と学習との両立について

私はバスケットボール部に入っていて、引退は5月の初め頃でした。3年になって勉強時間の確保などで焦る気持ちはわかりますが私は部活を最後まで集中して頑張っていました。そして引退試合を悔いなくやり切ったほうがそのあと勉強に切り替えやすいはずです。引退するまでは隙間時間を見つけては友達と単語の問題を出し合ったりして楽しく勉強していました。部活の時間はかけがえのない貴重なものだから大切にしてください。

(2) 1.2年時の学習方法

正直、私は受験を意識して何かを勉強したりなどはしていませんでした。でも授業をきっちりきいてやるべきことはやらないといけなし、結局受験は普段の授業や定期テストの積み重ねだと思います。あとは、単語がとにかく大事です。それに気づくのは3年になってからです。授業内で小テストなどがあれば毎回その範囲をきっちり覚えるだけで大きく変わってくるので、単語に限らず小テストは頑張ってください。

(3) 志望校の決定について

私は早稲田大学を目指したいと思ったのが3年のはじめでした。それまではとくに行きたいところも漠然としていたのですでに国公立のコースに決まっています。入試でいろいろな教科や苦手な数学演習の授業もあって本当に辛かったです。なるべく早く決めたい方がいいのはもちろんですが、気が変われば仕方ない。今行きたいところを目指してください。目標さえ決めればあとはどれだけ自分がやるかどうかだと思います。

(4) 3年時の学習方法

①部活引退前

私は受験科目が3教科だったこともありますが、引退前から引退してしばらくは単語帳を覚えていました。単語をみて1秒で意味が出てくるくらいには何周も何周もして覚えしました。あとは、机に向かって勉強する習慣がまだ確立していなかったので学校で登録したスタディサプリの授業動画をみたりしていました。これならやれると思ったことを見つけて、英語(国公立の人は数学も)を重点的に勉強することをおすすめします。

②夏休み

夏休みが終わるまでに気を付けたことは、とにかく基礎を完璧にすることです。英語なら文法であったり、社会の科目も総復習したりしました。焦る気持ちが出てくると思いますが基礎が固まっているかどうかでその後の伸び具合、吸収具合が大きく変わります。私の場合はそれと同時に文化祭の劇の準備などがあって勉強面の不安があったけど、メリハリ、切り替えは大事です。息抜きもして、学校行事も全力で楽しみました。

③9月～11月

どの教科も問題演習の参考書に入っていました。段階をふんで一冊ずつ大事に進めていきました。英語はとにかく音読をくりかえしました。思っていたように伸びない時期も来るとは思いますがそこは我慢強く間違えたところを見直して積み重ねていけば、気が付けば必ず前に進んでいると思います。何をいつまでに終わらせる、などという目安をたてるのがいいと思います。

④センター前

センター前になるとセンター形式の問題や過去問を解く授業が多かったので本当に直前以外は授業内でしか解いていませんでした。私学志望でもセンター利用で併願校に合格しようと思って点数が安定してとれるように対策しました。そこで受かると一般入試は第一志望に専念できるのでセンター利用はおすすめです。センターは時間との勝負になるので時間配分などの作戦をたてておいて形式に慣れるようにすると思います。

⑤私立入試直前

とにかく過去問は解きまくりました。全部の学部あわせたら20年分以上は解きました。一つ一つ見直しをきっちりしたら、直前は日本史の一问一答を完璧にしたり、赤本を見返したりして、リラックスしながら本番に向けて体調を整えました。

(5) 大学受験で大切なこと

私が大切だと感じるのは、目標設定と計画（戦略）です。なぜ勉強を頑張れるか、しんどいと思ってもやめずにいられたか、それらすべては絶対に第一志望に合格するという気持ちだったと思います。そして合格するために自分にあう計画をしっかり立ててこなしていきました。だからこそ、途中の判定などに振り回されず、最後には合格できたと思います。目標に向かって計画を立ててまっすぐ進んでいく、それが大事だと思います。

(6) 後輩へのメッセージ

受験は自分で決めて自分のためにやること。周りばかりみて焦らない、不安にならない。でも不安になるときは先生やまわりの人に話せば励ましてくれました。最後は自分が自分を信じられるかどうか。ずっと模試の判定がEだった私だから言えることだと思います。今思い返せば、受験期自分は頑張ったなと思っています。合格はゴールではなく通過点ですが、大きな経験になりました。目標は高く！！自分を信じて！！最後までやるだけ！！