

# 「高校3年間」子どもたちは

# どう自分の進路をつかむのか

これからの高校生活の中で、子どもたちはどのように成長し、自分なりの進路をつかんでいくのでしょうか。モデルケースを参考に、わが子の高校の3年間の流れを把握しておきましょう。

取材文／藤崎雅子 イラスト／佐原周平

取材協力・監修



山形県立新庄北高校  
進路指導課  
延沢恵理子先生

教師生活19年のうち16年進路指導に携わる。高校進路指導に携わる全国の女性の先生有志で「進路女子会」を結成し、より良い進路指導実践を目指して活動中。「生徒の本心聞き、本音で語る教師でありたい」。高校生の息子をもつ母親でもある。

## 1年生

### まずは高校生活に慣れることが第一 卒業後の進路についても少しずつ考え始める

#### 主な学校行事

#### 進路選択に関する行事

わが子の高校の重要行事・進路指導をメモしよう

保護者の記入欄

6月 5月 4月

● 体育祭

● 個人面談

● 中間考査

● 入部活動スタート

● 新入学オリエンテーション

● 授業スタート

中学とは異なる高校生活(勉強、特別活動、ルールなど)について知ることや、新しい仲間づくりなどが主な目的。

2013年度から新しい学習指導要領に変わり、以前に比べて勉強の負担は大きくなっている。

初めての定期考査は、中学までの勉強方法を見直す機会。似た学力の生徒が集まっているため、相対的に成績順位が下がることもある。

● 進路希望調査

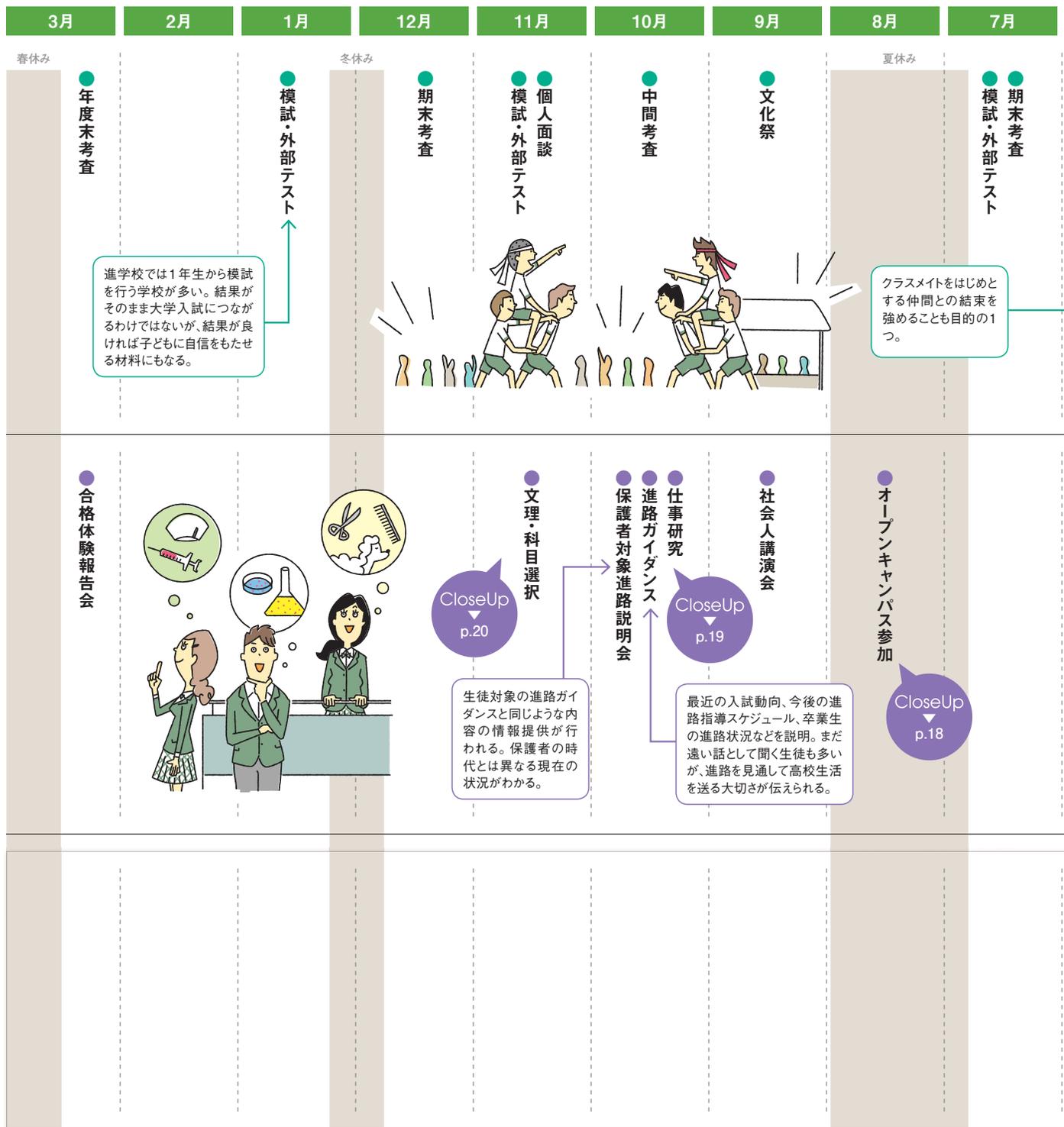


学校名や学部名まで具体的に記載する場合もある。ただし、「まだ明確に決められない生徒が多い」「今後変化していくもの」という前提で、現時点の生徒の状況を学校側が把握するためのもの。「早く決めなくては」と焦る必要はない。

**意外と大きい 中学校生活との違い**

自立に向けて二歩を踏み出した子どもたち。しかし、高校に入學して、急に、高校生らしく行動できるわけはありません。入学直後はむしろ「スマホばかりいじっている」「勉強している様子がない」などが目につくことも…。

そこで子どもを叱咤激励する前に、高校生活が中学とは大きく異なる点を理解しておく必要があります。新入生は遠くなった学校への通学、新しい人間関係の構築などで体力的・精神的に疲れ、余裕がないのが実態。勉強面では中学より科目数が増えて内容も難しくなり、戸惑っていることも考えられます。



このスケジュールはモデルケースで、行事・指導の最適な時期は学校によって異なります。CloseUpがついている行事・指導について、該当ページで詳しく紹介しています。併せてご覧ください。

学校ではそんな生徒の状況に合わせて行事や進路指導をプログラム。1年生の最初は新入生オリエンテーションや個人面談などを行い、学校生活への適応が図られます。家庭でも、子どもの状況と、それに合わせた学校のプログラムの意図を理解して支えることが大切です。

「目に余る行動も、生活や友人関係に慣れてくると落ち着きます。その時期は子どもによってさまざま。保護者の皆様には焦らず見守っていただきたいです」(延沢先生)

**保護者対象行事には積極的に参加を**

高校によっては、秋に次年度の文理・科目選択などを行います。この時点で進路の方向を決めるのは難しいですが、家庭でも話題にして少しずつ将来に目を向けさせていきましょう。

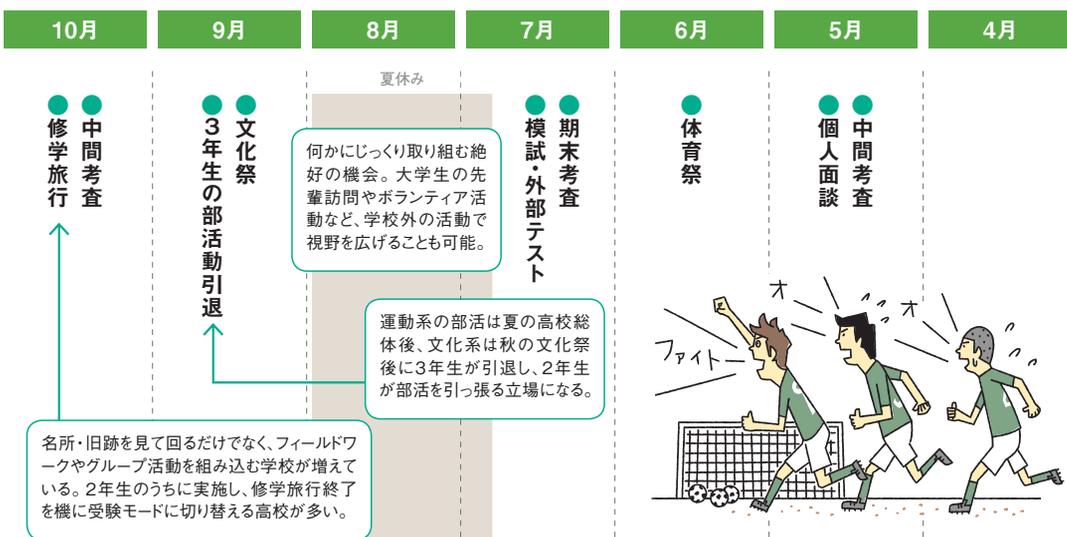
また、高校生になると、保護者は学校の様子がわかりにくくなるようです。そこで重要となるのが、高校で行われる保護者会や三者面談などの機会です。

「われわれ教員は、家庭と連携して一緒に子どもを育てていきたいと思っています。高校は敷居が高いと思わずに、ぜひ積極的に足を運んでほしいです」(同)

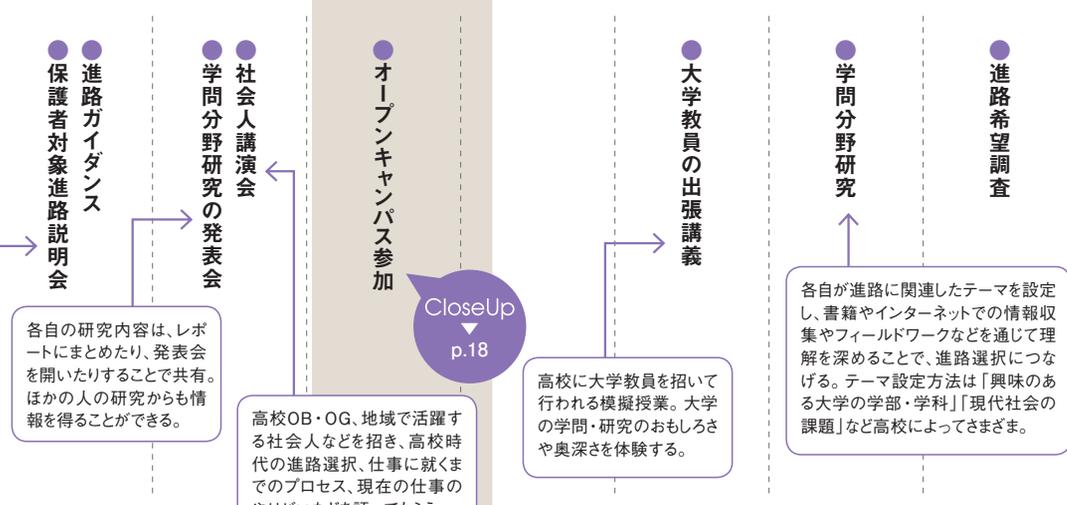
# 2年生

時間的なゆとりの中で積んだ  
さまざまな経験を進路選択に生かしていく

## 主な学校行事



## 進路選択に関する行事



わが子の高校の  
重要行事・進路指導を  
メモしよう

## 保護者の記入欄

CloseUpがついている行事・指導について、該当ページで詳しく紹介しています。併せてご覧ください。

何かに熱中した経験が  
受験にも生きる

学校生活にも慣れて余裕が出てくる時期。勉強の手抜きがみえたり、友達と頻繁に出掛けたり、「中だるみしているのでは？」と保護者は心配になるかもしれませぬしかし、「勉強以外の何かを思い切りやるには2年生が一番」と延沢先生。行事、部活、ボランティアなどに熱中する、絶好のチャンスといえます。

「そうした経験は、困難に立ち向かう意欲や目標達成のための集中力を養い、切磋琢磨する仲間を得ることにつながります。時には失敗もあるでしょうが、それも良い経験。自分で乗り越えることで力をつけていきます」(同)

## 家庭での会話が 進路選択に役立つ

進路指導では学問分野調べや進学講演会などを行い、進学後の学びについてより具体的に考えさせていきます。高校によつては、リサーチ・体験内容をレポートにまとめたり、プレゼンテーションさせたりすること。そこで得た情報や気づきを進路選択に生かすのはもちろん、社会で求められる基礎力を育むねらいもあります。また、学部・学科を検討するな

# 高校生・大学生 先輩たちの体験談

## 1 高校生活、ココが 中学とは違った!

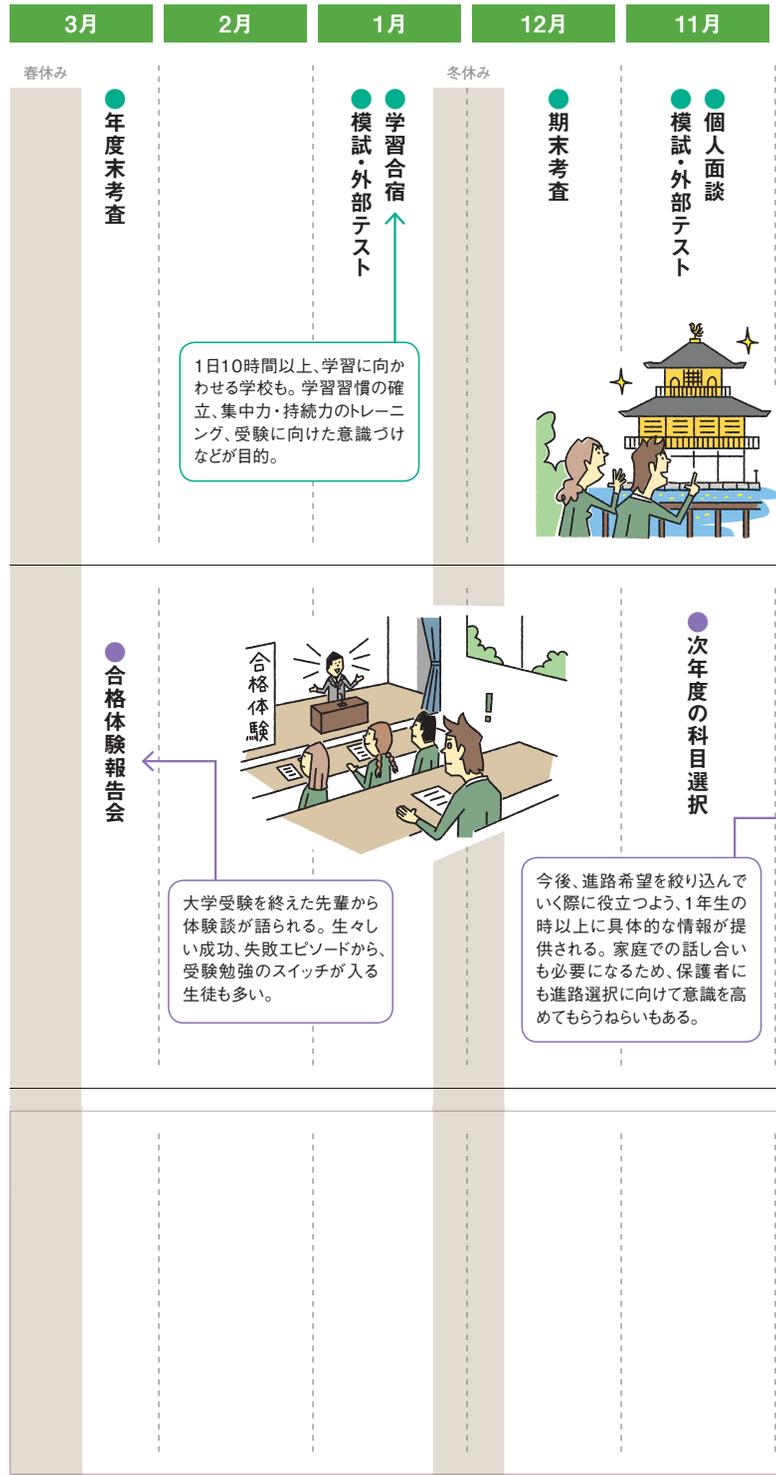
- 小学校から中学校に上がる時と違い、それほど同じ中学校の友達がいなかったため、**最初はしゃべる人があまりいませんでした**。少し不安になったことを覚えています。(高校1年・男子)
- 部活は特に厳しいわけではないですが、中学校の時よりも**量、質が増したので少したいへん**だった。(高校1年・女子)
- **自由になった反面、責任が増えた**。中学生のころは、自覚はなかったが先生の言うことに従っていたと思う。高校生になって、委員会やイベント企画など含めて自分たちで考えて行動するようになった。(私立大学1年・女子)

## 2 勉強の成功&失敗

- 中学の時は、授業に集中していれば何とかなりましたが、**高校では予復習をしないと授業についていけない**ことがたびたびあった。(立教大学1年・女子)
- **中学校と同じような勉強法**でノートにまとめたり、問題集をひたすら解いていた。その結果、**ほとんど平均点を下回りぎりぎり平均点のもの**が少しあった。範囲が広いので**前日だけでは到底間に合わない**。(高校1年・女子)
- 高校生活は出だしが大事。部活も勉強も**はじめが遅れると追い越すのがとても大変**。でも逆にはじめにほかの人より努力していればその後が楽し可能性が広がる。(高校1年・女子)
- 最初の定期テストでクラス内で一桁を取ることができました。それからは、**クラスの中で一桁から下がってはいけない、という気持ち**になり良いスタートを切れたと思います。(高校1年・女子)

## 3 将来を考え始めた キッカケって?

- 大学の教授や関係者を高校に呼び、その大学の紹介をしていただく時間が年に2回ずつくらいあった。想像と異なっていることもあり、希望の学部が変わるなどの変化があった。(私立大学1年・女子)
- **東日本大震災**後に本当に人の役に立つということはどういうことなのか、そして、人の役に立つためにはやはり**経済活動についての知識は必要不可欠**なのだから**経済学部に入りたい**と思うようになりました。(立教大学1年・女子)
- 決めたのは**高1の春**です。僕の学校は単位制で1年生の時から文系・理系に分けるので、まずどっちに進みたいかを決めました。得意な科目は国語、社会でしたが、環境問題に興味があったので**環境問題を取り扱うには?と考え理系に決めました**。(私立大学1年・男子)



このスケジュールはモデルケースで、行事・指導の最適な時期は学校によって異なります。

かで、「学ぶ楽しさを自らみつけてほしい」と延沢先生。その援助は家庭でもできるといいます。「新聞やニュースを見て保護者と『なぜ?』となるんだろう」と話したことが、興味をもつきっかけとなったという生徒もいる(同)という例のように、親子でいろんな話をしてみてはいかがでしょうか。

2年生の3学期は、「3年生のスタート」と位置づける高校も。大学入試センター試験問題に挑戦させたり、合格した先輩による報告会を開くなど、受験に向けた意識づけが図られます。入試に臨む先輩の姿を横目に、しだいに次は自分たちが頑張る番だという気持ちになるようです。

# 3年生

## 学校行事や部活動の達成感を。パワーに変え 希望進路の実現に向けて全力投球

### 主な学校行事

10月	9月	8月	7月	6月	5月	4月
<ul style="list-style-type: none"> <li>● 中間考査</li> <li>● 模試・外部テスト</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 模試・外部テスト</li> <li>● 文化祭</li> <li>● 部活動引退</li> </ul>	夏休み <ul style="list-style-type: none"> <li>● 三者面談</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 期末考査</li> <li>● 模試・外部テスト</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 体育祭</li> <li>● 模試・外部テスト</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 中間考査</li> <li>● 個人面談</li> <li>● 模試・外部テスト</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 模試・外部テスト</li> </ul>

高校生活最後の大きな学校行事を仲間と共に完全燃焼したという満足感をもって、次は受験勉強に集中。

夏～秋に部活動を引退すると、学年全体が受験モードに。

子どもの進路について三者で確認する。事前に家庭である程度話し合い、質問や相談事項をあげておく効果的。

企画・運営においても、競技においても、後輩を引っ張る重要な役割を担う。

1～2年生に比べ、模試の回数が増える。結果や判定に一喜一憂しがちだが、それはあくまで一時のもので、学力は数カ月でも大きく変動する。

### 進路選択に関する行事

- 指定校推薦の校内選考
- センター試験ガイダンス

- 推薦入試ガイダンス
- 面接・小論文指導

CloseUp  
p.21

志望校や入試方法別に細分化したガイダンスを実施する高校が多い。あるいは個別指導・相談が中心となる。

- 進路希望調査 (学部・学科選び)

Check  
p.60

- 進路ガイダンス
- 保護者対象進路説明会
- 日本学生支援機構奨学金の予約採用申し込み開始

### 入試スケジュールの目安

国公立大学	私立大学	専門学校
入試科目等発表	募集要項が開始	募集要項等発表
AO入試	出願開始	エントリー開始

わが子の高校の重要行事・進路指導をメモしよう

### 保護者の記入欄

CloseUp、Checkがついている行事・指導について、該当ページで詳しく紹介しています。併せてご覧ください。

学校行事の満足感が  
受験勉強のエネルギーに

最高学年である3年生は、学校行事や部活動でリーダーシップをとる機会が増加。子どもたちはそうした取り組みを通じて、進学の手先にある進路を切り拓いていく力をつけていきます。受験勉強に忙しくなる時期ですが、長い目で見れば、勉強以外のことに力を入れることも必要かもしれません。

「時には受験を忘れて熱中しても、その満足感は大きなエネルギーになり、終了後は気持ちを切り替えて受験勉強に集中できるようです」(同)

### 子どもの成長を信じて 自立を支援

夏のAO入試スタートに向け、高校では志望校や学部・学科の決定を促していきます。進路選択の主役は子ども本人。保護者はどんなサポートができるでしょうか。

その一つは進学費用の準備です。子どもが希望する進路にかかる費用について早めに情報収集し、奨学金の検討を進めておくといでしょう。また延沢先生は、高校入学時から毎年少なくとも50万円貯めることを勧めています。3年間ですと150万円になり、受験・入学時にかかる費用をおおむねカバー

# 高校生・大学生 先輩たちの体験談

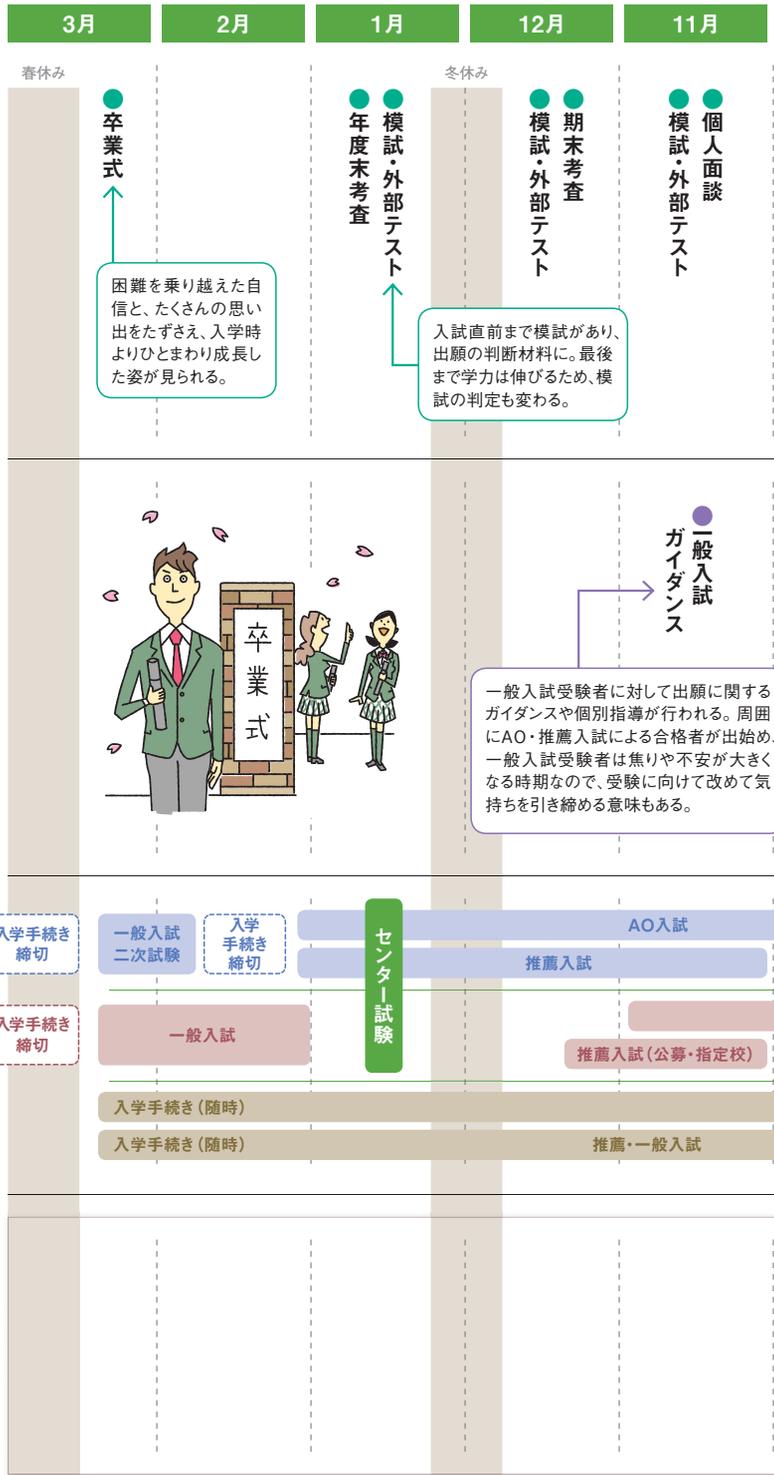
4

## 受験勉強いつから どう始めた？

- 受験勉強は塾に入ってからなので、高校2年生の冬からです。2年生の間はあまりしてなかったのですが、**高校3年生になったらほぼ毎日塾**に行き、授業を受けたり、自習室で勉強したりした。(法政大学1年・男子)
- **高校2年生の1月**からです。AO入試での入学を考えていましたが、万が一のことを考えて**一日3～5時間**勉強していました。(慶應義塾大学1年・男子)
- **高3の春**から、まずは基礎の復習・センター対策として、高1,2年の教科書や参考書で練習問題を何度も解いてました。春ごろはまだ受験生としてあんまり考えてなかったのが**1時間**くらいでした。(私立大学1年・男子)
- はじめたのは**3年8月**、本格的に勉強しはじめたのは11月ごろ。学校を除いて、**平日は5時間・休日は8時間**くらい。学校や塾の予習復習中心と暗記系のをやった。(慶應義塾大学1年・女子)

## こんな経験が受験期 に役立った!

- 部活は入らずに、中学生の時から続けてきた**JAZZ**に力を入れました。本番がたいがい夜からなので、宿題やわからないところは、放課後の間で終わらせました。**少ない時間でやる集中力、何を先に取り組みかといった優先順位の立て方**が受験勉強期に役立ちました。(日本大学2年・男子)
- 2年生になったぐらいから指定校推薦を視野に入れつつあったので、**すべての科目でまんべんなく定期試験に向けて対策**をしていました。指定校推薦校から選ぶにあたり、幅広く選ぶことができる成績をとることができました。(立教大学1年・女子)
- 2年生は、**部活と生徒会、そして校外活動**(震災ボランティア、学生団体)に力を入れました。人とかかわることが好きだったため、自然と活動的になりました。しかし、その分、勉強はカバーできず、成績は決して良くはありませんでした。**AO入試で大学に入学**したため、非常に役立ちました。(慶應義塾大学1年・男子)



入試直前まで模試があり、出願の判断材料に。最後まで学力は伸びるため、模試の判定も変わる。

一般入試受験者に対して出願に関するガイダンスや個別指導が行われる。周囲にAO・推薦入試による合格者が始め、一般入試受験者は焦りや不安が大きくなる時期なので、受験に向けて改めて気持ちを引き締める意味もある。

このスケジュールはモデルケースで、行事・指導の最適な時期は学校によって異なります。入試スケジュールは年度、地域によって変わりますので詳細は各大学・専門学校の発表を確認してください。

「生徒は家庭の経済事情をとっても気にしており、勝手な思い込みで希望進路をあきらめようとする生徒もいます。初年度の準備があれば、まずは安心して受験に臨むことができるでしょう」(同)

また、進学先を自宅通学の範囲内にするかどうかも、保護者の考えどころ。最近では、経済的な問題がなくても、子どもの一人暮らしを心配して手元に置きたがる保護者が増えてきているといいます。しかし、保護者の見えないうちでも子どもは着実に成長しています。「特に苦しい受験期を経ると大きく変わる」と延沢先生。それを乗り越えた時が親離れ・子離れのチャンスともいえそうです。