

授業、部活、文化祭、課外活動…
すべてが「新しい学力」につながる！

高1・2・3年

子どもはどう育つ？ 保護者の役割は？

高校生活のさまざまな場面を通じて成長しながら
進路をつかむ子どもたちに、保護者はどんな支援ができるでしょうか。
学年別に学校行事と進路行事のモデルスケジュールを作成し、
子どもの成長ポイントと保護者の関わり方をまとめてみました。

取材・文／藤崎雅子 イラスト／加納徳博

次ページから一挙公開！ 「学校行事モデルスケジュール」の見方

【CHECK 1】

さまざまな活動で 新学力UP

保護者には見えにくい高校生活。モデルスケジュールでさまざまな成長ポイントのご確認を。特に、学力の3要素(※)の育成が期待される行事については、【新学力UPの視点】を解説しています。

【CHECK 2】

進路選択の 重要行事は1年生から

高校卒業後の進路に関わる重要な選択の機会が、早くも1年生でやってくることを知っていますか？ 保護者も進路決定の流れと注意点を覚えて、子どもの主体的な選択を促していきましょう。

【CHECK 3】

保護者の出番となる タイミング

子どもが高校生になると、どこまで手や口を出してよいか難しさを感じる保護者は多いもの。保護者の出番となるタイミングを把握して、適切な距離感で子どもをサポートしていきたいですね。

※学力の3要素＝知識・技能／思考力・判断力・表現力／主体性・多様性・協働性

【アドバイザー】



滋賀県立草津東高校 進路指導課長
堀 浩司先生

教員歴36年。「行き先指導ではなく生き方指導」「家から近い大学ではなく夢から近い大学」などを大切に、3年間の体系的な進路指導を実践している。

1
年生

環境変化に少しずつ慣れて生活リズムを形成。 卒業後の進路についても考え始める

主な学校行事

進路選択に関わる行事

保護者の参加行事と関わり方

● 入学式

● 新入生オリエンテーション

● 授業スタート

● 部活動スタート

● 中間テスト

● 個人面談

学校行事の案内やクラス対抗レクリエーション、勉強の仕方レクチャーなどが実施される。学校・クラスへの帰属意識や学校生活への意欲を高める。

6月

● 期末テスト

● 模試・外部テスト

生徒同士で対話したりグループワークを行ったりする、アクティブラーニング型の授業が増えている。

【新学力UPの視点】

自ら発信することが求められるため、従来の座学型授業以上に主体的に学ぶ姿勢、深く考える力が養われる。

7月

● 期末テスト

● 模試・外部テスト

中学時代よりも活動内容が生徒中心に。上級生が練習メニューやスケジュールを組む部活も多い。

【新学力UPの視点】

チーム全体のため自分たちで考え工夫し後輩に働きかける先輩たちの姿から、主体性、判断力、表現力を学ぶ。

8月

● 夏期講習

● 校外プログラム

生徒の実行委員を中心として企画・運営。クラスや部活動のチームで力を合わせ、出し物を製作したり、競技に取り組んだりする。春に開催し、早い段階での仲間づくりに役立つ学校も。

【新学力UPの視点】

初の大規模行事。意見がまとまらない、方法が見つからないなどさまざまな壁を仲間と共に乗り越えていく経験で、協働性、思考力、判断力が養われる。

9月

● 文化祭

● 体育祭



● オープンキャンパス・公開講座参加

● 仕事・学問調べ

夏休みを中心に多くの大学・専門学校でオープンキャンパスや高校生向け公開講座が開催されるので、各自で興味のあるイベントに参加する。学校によっては、参加数目標を設定したり、参加レポートを夏休みの課題にすることで、参加を奨励している。

● 文理選択希望調査

次年度の文理コースや履修科目について、現時点の希望を提出。秋に実施される再調査で、最終選択をする。だからといって「とりあえず」という気持ちで書くのではなく、興味分野や希望進路との関連をしっかりと検討したうえで提出する。

● 適性診断
● 進路ガイダンス

個人の性格や興味・志向を基に向いている学問や職業適性を診断する、外部テストを実施する学校は多い。結果が出たあと、適性があると診断された学問や仕事の中身について調べたり、自分の希望とすり合わせたりすることが大切。

● 保護者会

学年・クラスの1年間の指導方針について説明される。学校の雰囲気に触れておくことにも意味がある。

Point! 生活リズムづくりに協力

夕食・勉強開始・就寝の時間を一定にする「3点固定」を心掛けると、帰宅後の生活リズムを整えやすくなります。夕食時間については保護者の協力も必要でしょう。

● 保護者面談

高校生活の立ち上がり状況や、初めての成績通知をふまえた学習面の課題について共有する。

Point! 初めての定期テスト後は前向きな声かけを

初めてのテストの難易度や結果にショックを受ける子どもは少なくありません。似た学力の生徒の集まりのため、中学時代と異なる成績順位は当然。本人が前向きになれるような声かけを。

● 保護者向け進路説明会

最新の入試動向や、3年間の進路決定までの流れなどについて情報提供される。

Point! 保護者会にはなるべく参加

1年生保護者に合わせた内容が組まれるのでなるべく参加を。変化の激しい大学入試について、最新情報を仕入れておきたいところ。

モード
チェンジ

1学期を終え、生活リズムや体づくりが整う時期。子どもが自分で考え判断して行動するよう、少しずつ手放しを。

生活リズムづくりモード

1学期中は新生活に慣れるのを焦らず支援

晴れて高校生となったわが子の姿に、頼もしさを感じている保護者は多いでしょう。しかし、心身共に高校生らしくなるまでには、少し時間がかかります。入学直後は通学方法や通学時間の変化、人間関係づくり、新しい授業への対応などで毎日ヘトヘトに。帰宅したら何もせずに寝てばかりという子どもも珍しくありません。「やつていけるのかと心配もあるでしょうが、1学期いっぱいには、部活動を辞めさせるようなことはせず、食事面のサポートぐらいにとどめて見守ってあげてください。夏休み明けはだいぶ体力も付き、生活リズムが整うでしょう」(堀浩司先生)

1年秋は学力が大きく動く時期。1学期は勉強面がおそろいになつてきた子どもでも、この時期に自宅学習を含めてしっかりした生活習慣ができることで、大きく成績を伸ばす例は多いと言えます。

進路は絞り込むより可能性を広げる方向で

入学したばかりの1年生には、

先輩保護者に聞きました！ 子どもとの日常のコミュニケーション 教育改革を踏まえて 特に心掛けたいことは？

程良い距離感で、 子どもの主体的な選択・行動を後押し

自立に向けて大きく成長する高校時代。保護者も親子コミュニケーションを見直す時期と言えます。保護者へのアンケート結果からは、さまざまな関わり方で子どもの主体的な選択・行動を後押し、自立を促している様子が浮き彫りになりました。

- 1位 「自分で選択し、それに責任をもつ」ことが大切だと言う 30.0%
- 2位 お子さんがチャレンジできる機会を創ったり、増やしたりする 27.5%
- 3位 ニュースや社会の動きなどについて一緒に考えたり会話する 25.7%
- 4位 「あなたはほしい」「あなたはと思う」とお子さんの意見を尊重する 24.2%
- 5位 お子さんを褒める 16.6%
- 6位 保護者もチャレンジしている姿を見せる 16.1%
- 7位 お子さんに「夢や目標を大切にしろ」と言う 14.7%
- 8位 お子さんと意見が異なるとき、頭ごなしに否定しない 13.0%
- 9位 お子さんが悩んでいた、うまくいっていないときに励ます 10.8%
- 10位 高校で何を学んでいるのかなど、高校での生活に関して会話する 9.0%

(3つまで複数回答)

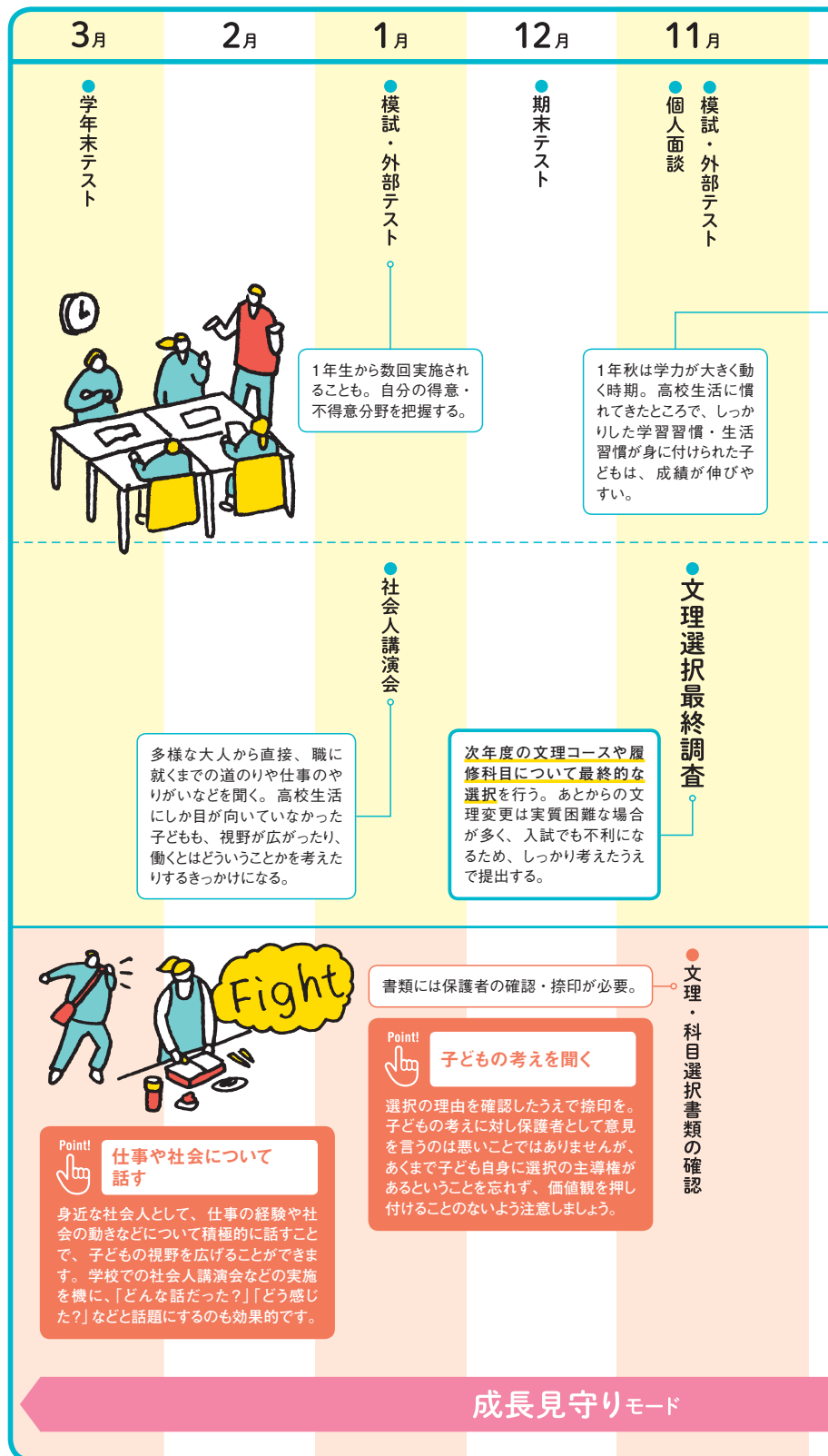
■そのほか、こんなフリーコメントも…

「たとえ失敗しても、挑戦したり、やりきったりしたことを褒める」(山梨県)

「まずは自分で考え、行動させる。助けを求めてから手を貸す」(青森県)

「本人がやりたいと思ったことは、やらせるようにしている。いろいろな場所へ連れていき、知らない世界がたくさんあることを伝えるようにしている」(石川県)

出典：一般社団法人全国高等学校PTA連合会×株式会社リクルートマーケティングパートナーズ合同調査「高校生と保護者の進路に関する意識調査2019」



卒業後の進路の話は遠い先のことに聞こえるでしょう。しかし、進路は「3年生になって決める」のではなく「3年かかって決める」もの。多くの高校では、春から適性診断や仕事・学問調べなどを通じて進路について考えさせ、秋には文理選択の最終調査を行います。文系に進むと理系学部受験に必要な科目が履修できない場合があるなど、文理選択は後戻りが難しい大事な分岐点です。保護者も子どもの考えをしっかりと確認しておくことが大切です。

こうして早くも大きな選択を迫られますが、職業や学問に関する高校1年生の知識は豊富とはいえません。資格系の職業を目標にあげる子どものなかには、就職の有利さなどで短絡的に考えている場合もあります。

「1年生は進路を絞り込むより、可能性を広げたい時期。子どもの興味の周辺にある多様な仕事について家庭で話すなど、子どもの視野を広げるよう意識するとよいでしょう」(同)

また、今年度から大学入試センター試験に代わる「大学入学共通テスト」がスタートします。学校から提供される大学入試情報などに、保護者もアンテナを張っておくと安心です。

2
年生

学校行事や部活動などに全力投球することで 幅広い力を身に付け飛躍的に成長

主な学校行事

進路選択に関わる行事

保護者の参加行事と関わり方

● 授業スタート

● 授業公開
● 中間テスト
● 個人面談

● 部活動の代替わり

6月

● 期末テスト
● 模試・外部テスト

7月

● 夏期講習
● 校外プログラム

8月

9月

● 文化祭
● 体育祭

10月

● 中間テスト
● 修学旅行

文理分かれての授業となり、より深い学びに取り組む。生徒同士での対話やグループワークを行うアクティブラーニング型の授業では、より積極的な姿勢が求められる。

【新学力UPの視点】
授業中に自ら発信することも多いため、従来の座学型授業以上に主体的に学ぶ姿勢、深く考える力が養われる。

3年生が引退し、2年生を中心とした体制へ。下級生にも心を配り、部を引っ張っていく立場になる。

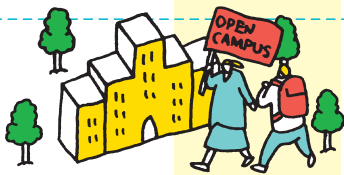
【新学力UPの視点】
リーダーシップを発揮し、困難な場面も仲間と乗り越える経験を積むことで、技術力以外にも多様な力が育まれる。

受験時に志望校を記入するようになる。学校について調べたり考えたりするきっかけになる。

1年生での成功・失敗経験を基に、さらにレベルアップした内容を目指して取り組む。春に開催し、クラスづくりに役立てる学校もある。

【新学力UPの視点】
クラスや部などのチームで力を合わせ、想定外の事態にも対処するなかで、協働する力や思考力、判断力が鍛えられる。

このころが高校3年間の折り返し地点。気を引き締め直す機会とする。



オープンキャンパス・公開講座参加

夏休みを中心に多くの大学や専門学校でオープンキャンパスや高校生向け体験講座が開催されるので、各自で申し込んで参加する。3年生は受験勉強で忙しくなるので、2年生が参加のピーク。保護者と一緒に参加する人も多い。定員制で事前予約が必要な場合もあるので、早めのチェックが必要。

三者面談

進路に関連する探究学習を数カ月かけて行う学校も。例えば、各自でテーマを設定して大学や企業、地域に出て情報収集し、ポスターレポートにまとめて発表するなど。

【新学力UPの視点】
自ら設定したテーマを深めていく過程で主体性や思考力が養われ、情報を整理して表現する力も育まれる。

進路に関する課題研究

大学教員を招いて模擬授業を実施する学校も。大学の学問・研究の面白さや奥深さを体験する。

大学教員の出張講義

進路ガイダンス

進路決定に向けてどう学習を進めるかや、学部・学科の選び方などについて指導される。

三者面談

進路についての話題がメイン。どんな方向性を考えているか、そのためにどんな準備をしていくとよいかが話し合う。

保護者会

学年・クラスの1年間の指導方針についての説明があり、進路に関する情報提供も行われる。

保護者の時代から様変わりしている入試の状況について解説される。

Point! **入試の基礎知識をもつ**

最近の入試の傾向についてある程度知っておくと、子どもとの進路の会話がスムーズになるでしょう。ただし、保護者主導で情報収集したり判断したりするのは避け、子どもの考え・行動を見守りたいものです。

Point! **勉強と部活以外の活動も後押し**

夏休みは地域ボランティア、企画アイデアコンテスト、短期留学、サマーキャンプなど、学校の枠を超えて活動するチャンス。本人の興味関心や進路の方向性に基づく幅広い経験を促しましょう。

Point! **子どものがんばりを見学**

授業公開や文化祭・体育祭、部活動の試合や発表会などは、積極的に見に行くのがオススメ。家庭では見られない子どものがんばりが見られ、成長を実感できるでしょう。

モード チェンジ

高校生活後半に突入し、学校行事や部活動に打ち込みながらも、進路選択や受験勉強への意識を強めていく時期です。メリハリをつけて生活できるよう、時に声かけしていきましょう。

成長見守りモード

一生懸命やる楽しさを知ると勉強に対しても前向きに

2年生は中だるみの学年と言われることもありますが、実は最も大きく成長できる1年間です。文化祭や体育祭では、1年生のときの成功・失敗経験を生かして盛り上げに貢献。修学旅行では生徒が企画段階から関わったり、部活動では3年生引退後に後輩をリードしていったりと、活躍の場が多くなります。

そんな生徒主体の活動を通じ、子どもたちは思考力や判断力、協働する力などを育む他、「何かに一生懸命取り組む楽しさ」を体感するでしょう。この楽しさに目覚めた子どもは、大きく変化すると言います。

「何事にも受け身だった生徒が、1つの行事で大きな充実感をもった経験から、その後の学校行事や部活動、勉強など、あらゆることに能動的な姿勢で臨むようになることも。行事の実行委員や係などの役割は、そんな変化のきっかけをつかむ絶好のチャンスです」(堀先生)

また、高校生対象のコンテスト

卒業生に聞きました！／ 高校時代のどんな活動が 今に活かしている？

思い通りにいかない経験も力とし 学校外の活動にも挑戦

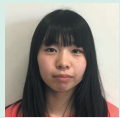


法政大学 現代福祉学部
福祉コミュニティ学科2年
(島根県立隠岐島前高校卒業)
真野拓哉さん

意識の高い意欲的な子が多く集まる高校に入
学し、当初は気後れて消極的に。それが悔しく
て、一皮むけたくて、思い切って生徒会長に立
候補しました。結果は落選でしたが、自分が積
極的に行動することで周囲にも良い影響があるの
だと肌で感じる事ができました。

その後も、学校の探究活動や部活の他、学
校外の活動にも自ら飛び込んでいきました。東北
の南三陸に、一人でボランティアに出掛けたこと
も。いろんな人と出会い、たくさん話をし、世界
の広さを知りました。高校のさまざまな経験を糧に、
今できることを精一杯やっていきたいと思います。

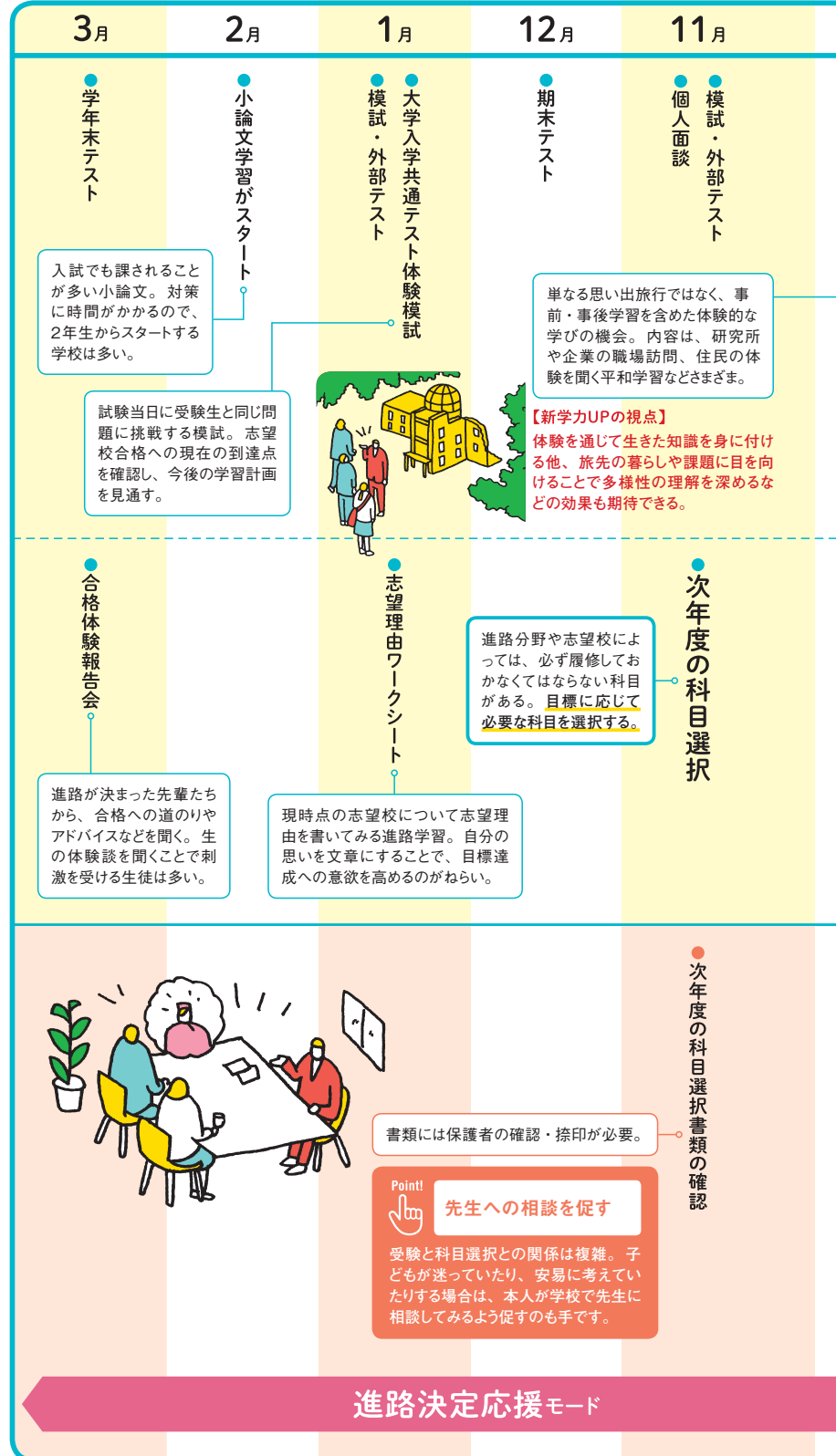
苦労を経て得た達成感から 自分に自信がもてるように



高知リハビリテーション学院
言語療法学科2年
(高知県立須崎高校卒業)
鍋島 歩さん

高校では商業部に所属し、部活動に力を入れ
ていました。特に印象に残っているのが、「商い
甲子園」大会への出場です。大会では、商品の
仕入れから値入れ、店舗レイアウト、販売まで
すべて自分たちで行います。私は2・3年次にリー
ダーを務め、苦労もありましたが、みんなで成し遂
げた達成感はとても大きなものでした。

実は私、高校に入るまでは自分に自信がなく、
「リーダーの器じゃない」と決めつけていました。し
かし、部活の経験から「自分にもできる」と思える
ように。今、進学先の学校でも率先してリーダー
役を買って出ている。主体的に物事に取り組
むことで成長できた自分の経験を基に、他の人
の背中を押せる存在になりたいと思っています。



(同)

この時期、志望理由ワークシートなどを活用して、進路に対する自分の気持ちを確認する時間を設ける学校が少なくありません。

「進路決定というきれいな『花』を咲かせるためには、勉強をがんばって『枝』を伸ばすとともに、何のための勉強かという目的意識をしっかりと『根』を張ることが大切です。家庭においても、今やるべき勉強の話だけでなく、『何に関わっていききたいか』『どういう人生を送りたいか』といった長期的な将来の話ができるとういことです」

2年生の10月ごろは、高校生活の折り返し地点。ちょうどこのころの実施が多い修学旅行が終わると、一気に受験ムードが高まります。さらに、「3年生0学期」と言われる3学期になると、先輩たちが次々と進路を決定していく姿を横目に、受験勉強を始める2年生が増えます。

受験対策が始まるときこそ 目的意識を再確認

やワークショップなど校外イベントに参加し、主体性やコミュニケーション力を飛躍的に伸ばし、興味関心を広げる生徒も。さまざまなことに積極的に挑戦するよう、ぜひ家庭でも後押ししたいですね。

3
年生

高校生活をやりきったという充実感を原動力に 進路実現に向けて強い気持ちで進んでいく

主な学校行事

進路選択に関わる行事

入試スケジュール

保護者の参加行事と関わり方

●授業スタート

●中間テスト

●個人面談

●模試・外部テスト

3年生になると模試の受験回数が増加。マークシート式、記述式、大学・分野特化型などさまざまな種類の模試があるので、志望に合わせて計画的に受験する。

1・2年の学習を土台に、まずは基礎基本の定着に注力し、秋からの応用力養成につなげる。

6月

●部活動引退

●模試・外部テスト

●総合型選抜ガイダンス

●志望理由書・面接指導

入試科目等発表

募集要項が出始める

エントリー開始

募集要項が出始める

入試スケジュールや家庭でのサポート方法、奨学金などについて説明がある。

Point! 進学費用の確認

早めに進学費用を見積もり、子どもの希望とすり合わせておきましょう。奨学金の利用が必要な場合は、準備を始める時期です。

進路決定応援モード

7月

●期末テスト

●模試・外部テスト

【新学力UPの視点】

最後まで諦めずに取り組むことで、受験勉強に対する主体的な姿勢にもつながる。

●三者面談

第一志望合格のための学習到達ラインを確認し、夏休みの学習戦略を立てる。

志望校に足を運び、来年は自分がここで学んでいるイメージをもつことで、モチベーションアップに活かす。

●三者面談

具体的な志望校、受験対策について三者で確認。

Point! 「目標に近づくため」の面談にする

夏休みの過ごし方に影響するので、目標を下げるのではなく、目標に近づくための面談にしましょう。志望校のレベルを下げたり受験科目を削ったりといった検討は、秋以降で間に合います。

Point! 生活切り替えサポート

部活動引退後は、放課後時間の使い方が変わります。保護者は夕飯の時間を見直すなど、新しい生活リズムづくりに協力を。

●文化祭
●体育祭
●模試・外部テスト

高校生活最後の大きな学校行事。仲間と完全燃焼したという達成感・満足感をもって、受験勉強への集中につなげる。学校によっては春に開催し、早期に受験対策に入る。

【新学力UPの視点】

1～2年での経験を生かしてクラスや部などのチームで取り組むことで、協働性や思考力、判断力の成長が実感できる。

●オープンキャンパス・公開講座参加

●学校推薦型選抜ガイダンス
●指定校推薦の校内選考
●大学入学共通テスト出願書類提出

大学入学共通テスト出願は高校で取りまとめる。出願書類には受験科目の記入が必要なので、この時までに志望校受験に必要な科目を調べておく必要がある。

モード切り替え時期
(受験する方式の実施時期に合わせて)

● 模試集

● 個人面談

12月

● 模試・外題

1月

● 学年末テスト

2月

3月

卒業式

A stylized illustration of five people in a line, each holding a red cylinder. They are standing on a yellow background with white stars. The people are wearing blue and red clothing. The red cylinder is a key element in the illustration.

3年秋は模試が続く、いわゆる「模試銀座」。焦りやストレスがピークとなる時期だが、それに向ましく対処するなかで進路実現に向けた「覚悟」が決まっていく。

● 三者面談

● 一般選抜ガイダンス

● 個別相談（適宜）

学校の自習室や個別
相談をうまく利用して、
最後まで諦めない姿
勢を保つ。

総合型選抜(旧AO入試)

学校推薦型選抜(旧推薦入試)

大学入学共通テスト

入学
手続き
(随時)

一般選抜
(旧一般入試)

入学
手続き
締切

学校推薦型選抜(旧推薦入試)

AO入試

推薦・一般入試

● 三者面談

併願校や受験スケジュールの決定、大学入学共通テスト成功・失敗のシミュレーションなどについて相談。

Point!

勝利を信じてサポート

一般選抜を受験する子どもは体力的・精神的に最もきつくなる時期に突入します。ひたすら勝利を信じて応援する「サポーター」役に徹しましょう。

励ましサポーターモード

※学校行事はモデルケースです。入試スケジュールは目安なので詳細は各大学・専門学校の発表をご確認ください。

行事や部活に完全燃焼後切り替えて受験態勢に

最高学年である3年生は、学校行事や部活動で最も輝ける学年です。子どもに希望の進路をつかんでほしい保護者としては、「早く受験勉強に集中して」と急がしいところですが、学校行事や部活動に一生懸命取り組むことは、必ずしも進路実現の邪魔ではないようです。

「本校の生徒には、学園祭の準備を含めた数日間はいったん勉強のことは忘れて完全燃焼しようと言っています。それによつて充実感や自信、仲間がいる心強さをもてれば、終了後はすつぱり意識を切り替えて勉強に集中できるからです。何事にも最後まで手を抜かずやりきる子どもなら、受験勉強も粘り強くがんばつていけるでしょう」

（堀先生）

ただし、放課後の過ごし方が変

わる部活動引退後は、生活面には多少の目配りも必要。燃え尽きてぼんやりしている子どもにはうまく生活を切り替えていけるよう声かけするとういでしょう。

また、進学費用については、保

護者の出番です。子どもは家庭の経済状態についての勝手な思い込みから、志望を諦めてしまう場合も。「ここまでなら出せる」というラインを早めに明らかにしておき

たいですね。

受験直前は精神面が大事
前向きな言葉かけを

一般選抜の受験生にとつての正念場が10月～11月ごろ。毎週のように模試を受験し、体力的・精神的に最も苦しい時期となります。

「『この判定で大丈夫なの』『ちゃんと勉強しているの』などの言葉は不安や焦りを煽るだけ。たとえ偏差値や合否判定が厳しくても、保護

者は『勝利を信じてひたすら応援

するサポーター』役に徹して、『大丈夫!』と思い切り励ましてあげてください。この時期を乗りきることができれば、あとはもうやるしかないで覚悟を決めてラストスパートにかかれるものです」(同)

こうして自分自身で選んだ進路へと二歩を踏み出す子どもたち。高校時代、保護者に見守られてきたという思いは、きっとこれから自分の足で歩んでいく子どもの力になつていくでしょう。