



授業、部活、文化祭、課外活動…
すべてが成長につながる!

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

次ページからの「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
多様な学力を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、【成長のチャンス】欄で解説しています。

【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たいですね。

【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】



龍谷大学 高大連携推進室フェロー 堀 浩司先生

元高校教員。「家から近い大学ではなく、夢から近い大学」をモットーに、3年間の系統的な進路指導ストーリーに基づくきめ細かな指導を実践。滋賀県の公立高校(守山高校、草津東高校など)において、多くの生徒を合格に導いてきた。生徒の心に火をつけ、モチベーションを高める熱い指導に定評がある。

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

10月

9月

8月

7月

6月

5月

4月

● 中間テスト

● 文化祭
● 体育祭

● 夏期講習
● 校外プログラム

● 期末テスト
● 模試・外部テスト

● 個人面談
● 中間テスト

● 部活動スタート
● 授業スタート

● 入学式
● 新入生オリエンテーション

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。

【成長のチャンス】

初的大型行事。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。

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ある。

【成長のチャンス】

チーム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を見て、主体性、判断力、表現力が培われる。

生徒同士で対話したりグループワークを行ったりする授業が増えている。探究学習もスタートする。

【成長のチャンス】

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。

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。

● 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、各自で申し込み参加する。キャンパスに足を運ぶことで、学びのモチベーションも高まる。

● オープンキャンパス・公開講座参加

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。

● 文理選択希望調査

● 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も、最新情報を仕入れておきたいところ。

● 保護者面談

高校生活の立ち上がり状況や、初めての成績をふまえた課題などを共有。
【参考：左ページコラム】

● 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。最近ではオンラインで実施する学校も。

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。

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。

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できるよう、少しずつ手放しを。

モードチェンジ

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。家では寝てばかりという子どもも珍しくありません。

「ご心配ですが、1学期中は、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。夏休み明けは体力もつき、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そか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と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いえます。

また、生徒自らが問いを立て、地域・社会の問題解決に向けて情報を集めて分析したり、周囲の人と協働したりしながら進める探究学習に力を入れる高校が増えてい

／ 教えて! 堀先生  ／
保護者面談
 こう言われたらどうする?

【case1】

「成績が下がってきましたね」と指摘されてしまった(汗)

教員がこう話す狙いは、まずは現状認識を合わせたいからで、保護者を叱っているわけではありません。縮こまらず、これを機に家庭での子どもの様子や学習環境などを教員に伝えておくと、今後、教員が的確な支援を行うための貴重な情報になります。また、家庭では、勉強面に口を出すより、生活リズムづくりの支援や、将来についての会話でモチベーションアップを図るなどの協力を。

【case2】

「学校での様子は問題ありません」ぐらいしか言われず…

まずは言葉通り順調なのだとご安心を。ただ、あまり具体的な話が聞けず不安があるなら、「もう一歩がんばるとしたらどんなことでしょうか?」などと踏み込んで尋ねてみるのも手。「子ども一人ひとりをちゃんと見て下さいね」という教員へのメッセージにもなるでしょう。

【case3】

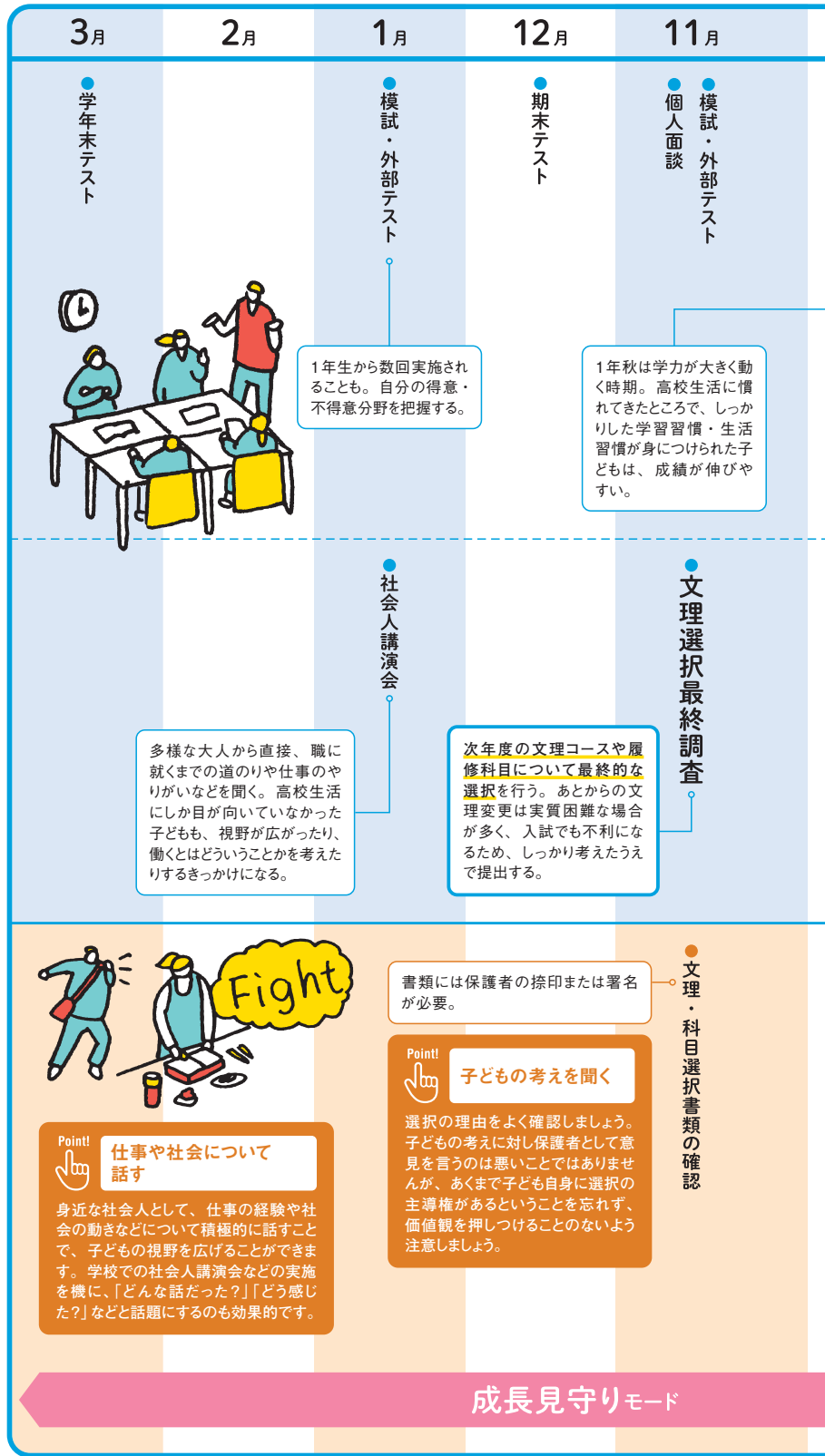
「今はみんなこんなもの。これからです」…って、本当?

その学校の3年間で生徒がどう成長するか、間近で見てきた教員だからその発言です。さらに、「みんないつごろしっかりするのでしょうか?」「〇〇部の先輩はどうですか?」など上級生の具体例を聞いてみると、保護者も今後の見通しがもてて安心できるのではないのでしょうか。

【case4】

「〇〇をがんばっていますよ」と褒められた

褒められた内容を、ぜひ帰宅後お子さんに伝えてください。教員は生徒一人ひとりのがんばりについて、本人に伝えきれていないこともあります。保護者を通して些細なことでも褒められると、子どもは自信をつけ、「先生は見てくれている」という安心感にもつながるでしょう。



入學したばかりの1年生には、卒業後の進路の話は遠い先のこと聞こえるでしょう。しかし、進路は「3年生になって決める」のではなく「3年かかってくる決める」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挙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)

ます。ご家庭でもお子さんの経験談に耳を傾けてみてください。

進路は絞り込むより可能性を広げる方向で

学校行事や部活動などに全力投球することで 幅広い力を身につけ飛躍的に成長

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

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授業では、より積極的な姿勢が求められる。

【成長のチャンス】
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。

6月

● 部活動の代替わり

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。

【成長のチャンス】
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。

7月

● 期末テスト

● 模試・外部テスト

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。

● 夏期講習

● 校外プログラム

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。

【成長のチャンス】
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。

9月

● 文化祭

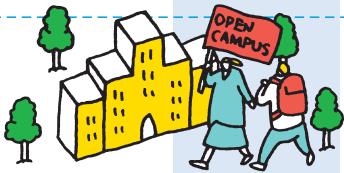
● 体育祭

10月

● 中間テスト

● 修学旅行

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年生の間に参加しておくとうい。保護者と一緒に参加する人も多い。WEB開催も増え、遠方の学校にも参加しやすくなっている。

● 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。

【成長のチャンス】
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

● 大学教員の出張講義

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。

● 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。

保護者向け進路説明会

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

2025年度入試より、新しい学習指導要領に対応した大学入試に変更されます。子どもと一緒に、保護者も状況を把握しておくとう安心です。

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話し合う。



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き幅広い経験を促しましょう。

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。



Point! 子どものがんばりは積極的に見学

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い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。授業内容も各教科・科目でレベルアップし、探究的な学びを通して深く考える場面も増えます。文化祭や体育祭などの学校行事では中心となって企画・運営にあたり、部活動では3年生引退後に先輩をリードするなど、活躍の場が増加。そのなかで子どもたちは思考力や判断力、協働する力などをつけていきます。

生徒主体で活動するなかでは、うまくいかないことや仲間とぶつかることもあるでしょう。しかし、「それこそ精神的なタフネスや柔軟性を養う貴重なチャンス。不透明な時代をしなやかに生きていく力になる」と堀先生。そうして困難を乗り越え、やりきった充実感や達成感は格別だといえます。「受け身だった生徒が、一つの行事に打ち込んだことで『一生懸命取り組む楽しさ』に目覚め、その後は勉強を含めあらゆることに能動的になることも。ぜひ思い切り活動

教えて! 堀先生

子どもの進路選択 こんなときどうする?

【case1】

えっ、今になって
「志望学部を変更したい」!

高校生活のさまざまな経験のなかで、興味関心ややりたいことが変化するのは自然なこと。むしろ、将来について深く考え始めたことと前向きに捉えていいのかもしれない。保護者としては頭ごなしに否定せず、まずは志望を変えたいきっかけや理由などの子どもの話に丁寧に耳を傾けることが大切でしょう。そのうえで、子どもの考えに甘さや視野の狭さを感じるなら、人生の先輩として冷静にアドバイスを。保護者から話すや喧嘩になりそうな場合は、教員に相談して協力を仰ぐのもよいでしょう。

【case2】

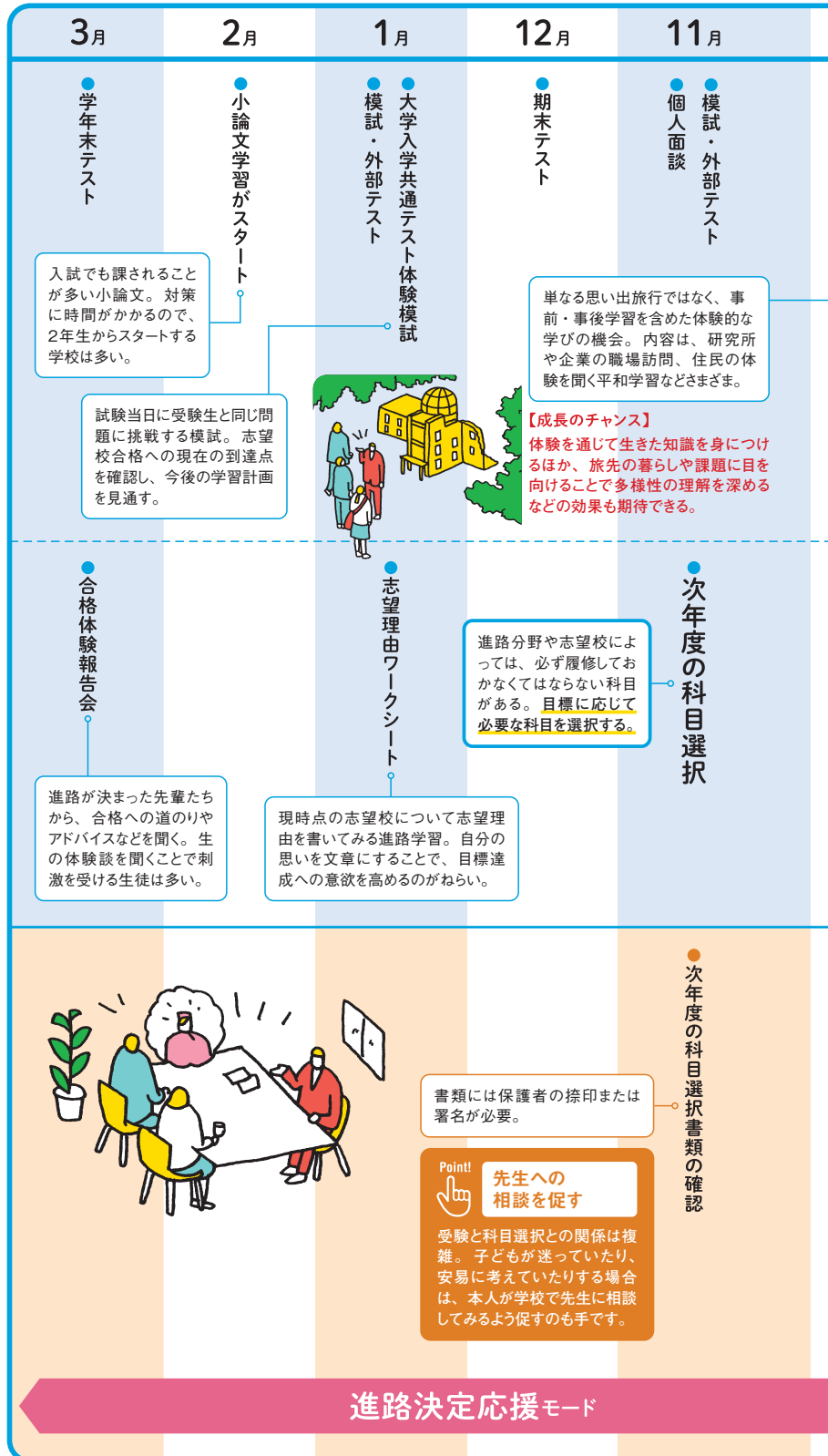
「一般選抜で受験しないから」と
のんびり。大丈夫?

学科試験がなくとも「楽」とは限りません。学校推薦型選抜や総合型選抜で課される面接・小論文は自分の内面まで問われ、学科試験より厳しいともいえます。学校推薦型は「過去」(高校時代のがんばり)をPR、総合型は「未来」(進学後の可能性)をPR、一般は「現在」(選抜時点の学力)をPRする選抜という捉え方ができます。そうした特徴をふまえて子どもに「自分に合うのはどれだと思う?」と問いかけるなどし、今一度、進路実現に必要な選抜について考えさせたいですね。

【case3】

もうすぐ3年生なのに、
まだ進路希望がはっきりしない...

変化が激しく不透明な時代を生きていくには、しっかりした自分の軸をもつことが非常に大切。この時期の生徒には、安易に資格系職業に飛びつくより、じっくり腰を据えて考え自分の軸を見つけてほしいと思っています。じれったいかもしれませんが、保護者には「待つ」姿勢をお願いしたいですね。とはいえ放任するのではなく、日常のなかで子どもが今がんばっていることやTVに登場した職業を話題にするなど、子ども自身が考えるきっかけをつくるといった協力は大切ではないでしょうか。



2年生の10月ごろは、高校生活の折り返し地点。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」といわれる3学期には、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。

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。「将来きれいな『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。しかし、誰かが無理に『枝』を引くと枯れてしまうことも。家庭では水や肥料をやる気持ちで見守り、子どもが自ら強い『根』を伸ばせるよう応援しましょう」(同)

させてあげてください」(堀先生)

また、高校生対象のコンテスト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。

受験対策が始まるからこそ
目的意識を再確認

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

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。

●中間テスト

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。

●個人面談

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。

●模試・外部テスト

●部活動引退

3年生は夏の大会後に引退というケースが多い。これまでの集大成として最後にひとがんびりし、引退後は新しい生活リズムに切り替える。

●模試・外部テスト

【成長のチャンス】
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。

●期末テスト

●模試・外部テスト

●夏期講習

●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。

【成長のチャンス】
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。

●文化祭

●体育祭

●模試・外部テスト

10月

●中間テスト
●模試・外部テスト

9月

●模試・外部テスト

8月

●模試・外部テスト

7月

●模試・外部テスト

6月

●模試・外部テスト

5月

●模試・外部テスト

4月

●模試・外部テスト

大学入学共通テストの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のため、それ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。

●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

●オープンキャンパス・公開講座参加

●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。

オンラインで個別相談可能な学校も。受験勉強のモチベーションアップにも効果的。

●総合型選抜ガイダンス
●志望理由書・面接指導

●進路希望調査

受験時期が早く、対策に時間がかかる総合型選抜は、早めの準備が必要。探究学習も含めて高校生活を振り返って身につけた力を整理し、将来の目標や進学後に学びたいことを明確しておく。

●日本学生支援機構奨学金の予約採用申し込み開始

【参考:29ページ】

入試科目等発表

募集要項が出始める

出願開始

エントリー開始

募集要項が出始める

国立・公立大学

私立大学

専門学校

具体的な志望校、受験対策について三者で確認。

●三者面談

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。

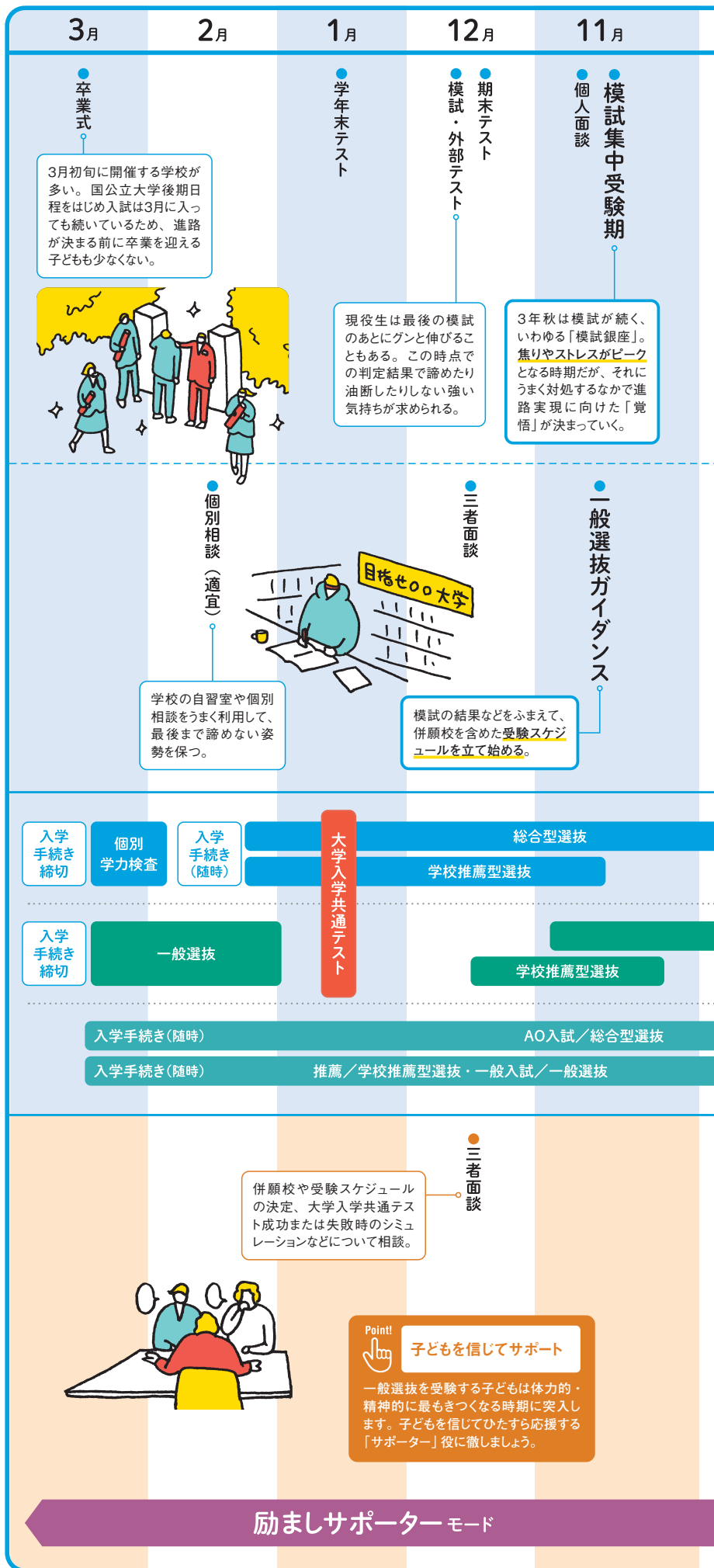
入試スケジュールや家庭でのサポート方法、奨学金などについて説明がある。

●保護者向け進路説明会

Point! 入試情報の確認
2025年度入試より、新しい学習指導要領に対応した入試が始まります。どんな変更点があるか、最新情報にアンテナを張っておきましょう。

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)

進路決定応援モード



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」と急かしたいところですが、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。

「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。それによって充実感や自信、仲間がいる心強さをもてれば、終了後はすっ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、受験勉強もきつと粘り強くなればついていけるでしょう」(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をかけるとよいでしょう。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、志望を諦めってしまう場合も。「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くたいですね。

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。たとえば偏差値や可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!」と思いき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という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一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。

※学校行事はモデルケースです。
※入試名称やスケジュールは各大学・専門学校によって異なりますので、各学校の発表をご確認ください。