

受験に向けた諸注意2(共通テスト前日)

県立太田高校進路指導部

I 共通テスト前日&当日

1 試験前日の所持品チェック

☆「備えあれば憂いなし、備えすぎは憂いあり」

今日、寝る前に必ずチェックしよう!!! 消化の良い夕食を摂って、早めに就寝しよう!!!

受験票・写真票(写真を貼り、署名する)受験上の注意(冊子)

<机上に置けるもの>

黒鉛筆(H・F・HBに限る。和歌・格言等が印刷されているものは不可)、鉛筆キャップ

*最低 本番用3本、予備3本(計6本)持って行く

*筆箱は机上におけないので、鉛筆を束ねるゴムなどがあると良い

シャープペンシル(メモや計算に使用する場合のみ可、黒い芯に限る)プラスチック製消しゴム鉛筆削り(電動式、大型のもの、ナイフ類不可)時計(辞書、電卓機能、端末等の機能のあるものや、それらの機能が判別しづらいもの、秒針音のするもの、キッチンタイマー、大型のものは不可)眼鏡(眼鏡を使用する者は忘れずに!!!)ハンカチ・ハンドタオル(できれば無地、文字が入っているものは使用不可の可能性有)目薬(乾燥で目が乾く場合も…)ティッシュペーパー(袋や箱から中身だけを取り出したもののみ可)

<試験以外に必要なもの>

昼食(大学内での販売はない、持参すること)交通費(交通系ICカードなどへのチャージ)簡単に栄養補給できるチョコ、お菓子、ラムネなど(脳の栄養源はブドウ糖や乳酸など…らしい)

*試験と試験の間の休み時間は長い。朝 8:00~夕方 18:00 頃までの長丁場の試験です。こまめな栄養補給が必要となります。

使い捨てカイロ(寒さ対策に…)マスク(無地のもの/着脱は個人の判断に任されていますが、着用した方が安心かも)常備薬スマホ(連絡手段となるもの)試験会場での心の支え(お守り、応援メッセージなど持ち運べる範囲で…)

2 試験当日の注意事項

(1) 当日やること(やってはいけないこと) <試験会場に入る前>

☆「途中で忘れ物等に気づいても引き返さず、早めに会場へ到着する！」

受験票を忘れても大丈夫。受験票・写真票を忘れた場合は、試験会場本部にて仮受験票、仮写真票の交付を受けることができる。【『受験上の注意』p.5】(できれば忘れたくないが…)

<試験前>

- 1 朝、早く起きたら、朝日を浴びて深呼吸 ⇒ 交感神経と副交感神経を切り替えよう
- 2 消化の良い、いつもと同じ朝食を摂ろう。
- 3 試験会場には最低でも 30 分前に到着しよう。試験会場開門時間は午前 8 時
*それぞれの受験科目に応じて受験生入室完了時間は違います。余裕をもって入室すること。
入室時間を間違えると受験できません！要注意！！
- 4 会場に着いたらトイレに行って、スマホの電源を切ろう。スマホのアラームを解除しよう。
試験場所、トイレと非常口の位置、受験生控室の場所も必ず確認しよう。
- 5 困ったときの対処法の手順を確認し、心の中で「できる」と自分にポジティブな声をかけよう。

番外編

- ・手荷物は自席の脇又は椅子の下に置く。移動の際は手荷物も一緒に持っていこう。
- ・試験会場に入る前に、イヤホン、耳栓ははずしておこう。

(2) 当日やること(やってはいけないこと) <試験会場にて>

☆「平常心でいられる人なんてそんなにいません。平常心なんて心がけなくて良い。緊張を楽しもう！」

<試験中>

- 6 試験監督の指示をよく聞こう！指示に従って、受験番号、選択科目を正確にマークしよう。
「国語」「英語(リスニング)」以外の解答用紙には解答科目欄がある。
- 7 問題冊子の表紙を確認しよう。数ⅠAは何ページから？
- 8 難しいと判断したら、とりあえずマーク。できる問題へ進む。
最後までやり抜くことを最優先、時間配分を重視しよう！
- 9 マークシートへの記入はいつもの自分のやり方で。ずれていないかチェックポイントを決めて丁寧。自己採点用に問題にもチェックをいれよう。
- 10 満点を取ろうと思わない。手が動かなくなる。まずは問題をざっと見てから落ち着いて解き始めよう。

<休み時間>

- 11 正しい使い方 ①「何もしない、ぼーっとして脳を休める」(寝るのは×) ②「次の時間の勉強をする」
絶対にやってはダメ
 - ・正解もないのに周囲の友人と自己採点する。「失敗した」と感じたときの気持ちの切り替えに時間と心のエネルギーを割くのはもったいない。次の時間の試験に集中しよう！
 - ・携帯・スマホを使わない、反応しない。邪念が入り不安になるし、脳の疲労がたまるだけ。
- 12 昼食は自分の席で摂る。食事中もできるだけリラックスして、栄養補給と休むことを優先しよう。

番外編

- ・難しくても諦めない。前の時間、前の日の失敗を引きずらない。終わったら次の時間に集中しよう！
- ・周りが「今年は簡単！」「難しい」と言っても気にとめない。何の根拠もないものに惑わされない！
- ・周りに気を使いすぎる必要はない。自分のことだけ考えてよし！

(3) 当日やること(やってはいけないこと) <試験が終わったら>

<1日目 試験終了後>

気をつけて帰宅し、手洗い・うがいをして、翌日の準備をしよう！
鉛筆を削って（少し丸める）、風呂に入り、夕食を摂って、早めに寝よう！
もちろん自己採点などしてはいけない。

<2日目 試験終了後>

気をつけて帰宅し、手洗い・うがいをして、翌日の準備をしよう！
翌日は自己採点です。スマホ、クロームブックの充電をしておこう。
自己採点が終わったらクロームブックを返却する。クロームブック本体と充電用ケーブルを忘れずに持参すること。

(4) 万一体調不良等で会場に来られない場合

☆あわてる必要はまったくありません。落ち着いて追試験の申請をしましょう。

●職員にすぐに連絡をしましょう！

緊急連絡先 3 学年主任 青木紀仁先生 090-9381-1534
進路指導主事 新井 悟先生 090-8875-2984

●追試験の申請をしましょう！

* 本人又は代理人（保護者）が申請時間内に受験票にある「問い合わせ大学」へ電話連絡し、申請受付時間内に「受験票」と「医師の診断書」（治療期間が明記されたもの）を問い合わせ大学に持参する。
詳細は【『受験上の注意』p.15～】を参照。

* 大学の指示がある場合には、指示に従って申請をする。

申請受付時間 1/9～1/12 9:00～17:00 / 1日目 7:30～18:10 / 2日目 7:30～17:50

●追試験日程・会場

日程 令和6年1月27日（土）、28日（日）

東京外国語大学 〒183-8534 東京都府中市朝日町 3-11-1 TEL : 042-330-5179

先生方もサポートします。安心して手続きを進めましょう!!!

II 共通テストが終わったら

(1) 自己採点 **1月15日(月)**に学校で自己採点を実施します。

① 持参する物

「自分の解答を記入した問題用紙」、「黒ボールペンを含む筆記用具」、「電卓」、「スマートフォン」、「Chrome Book (Google Forms 等活用)」、「受験計画表(三者面談時に使用したもの)」、「弁当」

② 欠席しない。 どうしても登校できない場合は連絡をする。折り返し学校から電話連絡をします。

③ 出願を考えている大学を登録します。事前に国公立大学(4校程度)と出願済み(出願予定)のセンター利用の私立大学を考えておく。三者面談で使った「受験計画表」を参照。

④ 自己採点終了後、アンケート(進路ジャーナル 2月号用)に回答してもらいます。自己採点終了時間は個人差があります。自習の準備をお願いします。

⑤ 自己採点・アンケート終了後、Chrome Book、充電用ケーブルを返却します。

(2) 1月15日(月)以降について

- ① 次の私大や国公立大の2次試験に向けて学習を継続する。入試は始まったばかりです。
- ② リサーチ等の結果は1月18日(木)返却予定です。
ネット等では様々な情報が氾濫します。正しい情報を見極めることが重要です。周りの声に惑わされず、担任と相談しながら出願先を考え、最後は「自分で決める」ことが大切。
- ③ 先生方で情報を確認し、1月18日(木)に検討会を実施します。
出願校決定の面談は原則1月19日(金)と22日(月)、23(火)の予定です。
出願や受験は早い者勝ちではありません。冷静に動向を見極めましょう。
- ④ 出願が予想される大学の願書等は事前に準備してください。
国公立大前期と後期の出願期間は2024年1月22日(月)～2月2日(金)です。
- ⑤ 不明なことや心配な事があれば適宜担任や学年の先生に相談してください。
卒業式後でも我々は皆さんをサポートします。

(3) 今後の受験について

☆健康第一 …… 早寝、早起き、朝ご飯。マスク等を使用して予防に努める。

- ① 規則的な生活リズムを維持することを心がけ、学校で特編授業や添削指導に取り組もう。
* 特編授業期間も体育がある。いい汗をかこう。心と体の健康に運動は大切だ。
* 同級生や後輩たち先生方との他愛もないおしゃべりが、モチベーション維持に役立つ。
- ② 心と時間に余裕を持つ …… できる準備は早めに。突発的な出来事にも冷静に対応。
- ③ 常に感謝と思いやりの気持ちを持って行動し、仲間と保護者と自分を信じること。
うまくいかないときでも下を向かず前向きに取り組みましょう。
- ④ 不正行為や不正を疑われるような行為はしない。正々堂々受験に立ち向かう。
- ⑤ 合否が分かったら直ちにメールで報告する。

専用 e-mail: ota-hs10@edu-g.gsn.ed.jp

イチゼロ

〈件名〉組・番号を4桁番号で記入。(例 3801 金山太郎)

〈本文〉大学・学部・学科及び受験型(共通テスト利用や A 方式、前期)とその合否を明記。

(例 ○○大学△△学部□□学科◎◎日程に合格しました。)

太高プライドを胸に、焦らず、慌てず、諦めず



夢は大きく 志は高く 俺たちは太高生だ！