

公孫樹 (いちよう) 2月号

～学べ 鍛えろ 夢を持て～

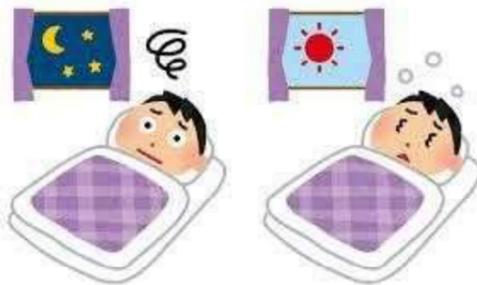
公立高校受験を前にした3年生へ

公立高校の入学試験が迫ってきました。来週19日は、いよいよ願書の提出です。

早寝早起き～早く起きるといことは、早く寝る習慣を身に付けることです～

試験の前によく言われることは、「前の晩は早めに寝て、当日は早めに起き、余裕を持って試験に臨みましょう」ということです。人間の脳は、起きてから3時間後くらいから活発になるそうです。公立高校の「諸注意」が始まる時間は8時45分、1時間目の「国語」は9時25分から始まります。逆算すると遅くとも朝は6時には起きていなければなりません。自分の睡眠時間が7時間だとすると夜は11時には寝ることになります。眠りにつくための準備もあるので、10時半くらいから就寝準備を始めた方がよいでしょう。

私(校長)自身の失敗談です。本命の大学受験の時、「早起き」はできましたが、「早寝」ができなかったのです。その晩は大事な試験前なので、10時には床に付きました。ところが眼がさえて寝られません。いろんなことが頭に浮かび、ほとんど寝られずに朝を迎えてしまいました。前日だけ違うことをした結果です。普段12時に寝ている人が、10時や11時に寝るのは意外と難しいです。人間の体は順応するのに少なくとも1週間はかかります。少なくとも試験1週間前から「早寝早起き」を実践し、体を慣らすことが必要です。眠りの前の30分間もとても大事です。特によくないのはスマホとゲームです。これらは脳を刺激して寝つきを悪くします。



困ったときの深呼吸

公立高校入試は、今まで味わったことのない緊張感を感じるものです。この緊張感を和らげる方法は、「深呼吸」です。試験官が問題用紙を配っている間に、「深呼吸」という儀式を行ってみてください。これには2つの理由があります。

1つ目の理由は「脳に十分な酸素を供給するため」です。試験中は集中するため、脳にはたくさんの酸素が必要です。しかし、集中しているときは呼吸が浅くなりがちです。試験寸前の問題用紙が配られている間に、大きな深呼吸をすると脳の働きがよくなり、よいスタートを切ることができるようになります。

2つ目の理由は「落ち着きを取り戻すため」です。試験中は極度の緊張感に襲われます。焦りながら問題を解いていると、うっかりミスをする可能性が高くなります。うっかりミスを防ぎ、落ち着いて問題を解くことができるよう、深呼吸を試してみてください。問題が分からなくなって、頭が真っ白になったときにも有効です。

「困ったときの深呼吸」。意外と効くと思います。



記述する力で差がつきます

例えば社会科。統計資料や図表、写真、資料文等が提示され、それらをもとに答えていく問題も多く出題されます。

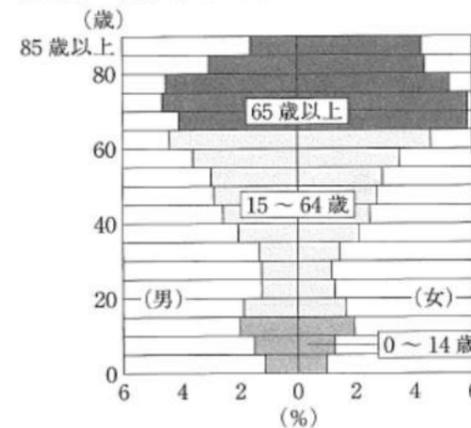
資料からわかることを「説明する」問題も多く出題されます。問題で提示されたことを記述する力がものを言います。下の問題は埼玉県公立高校の過去の入試問題です。この種の問題は、問題文と資料をよく読み、何が問われているのか判断して答えることが大切です。問われていることにアンダーラインを引くと分かりやすいと思います。また、内容に応じて部分点が与えられるので、未記入はもったいないですね。3年生だけではなく、1・2年生もチャレンジしてみてください。解答(例)と解答のポイントは裏面に載せました。

問4 次の資料1は、南伊勢町と名古屋市の人口の変化を、資料2と資料3は2010年における南伊勢町と名古屋市の人口ピラミッドをあらわしたものです。資料1～資料3から読みとれる、南伊勢町における人口の変化と、65歳以上に着目した人口構成の特色を、それぞれ名古屋市と比較しながら説明しなさい。(5点)

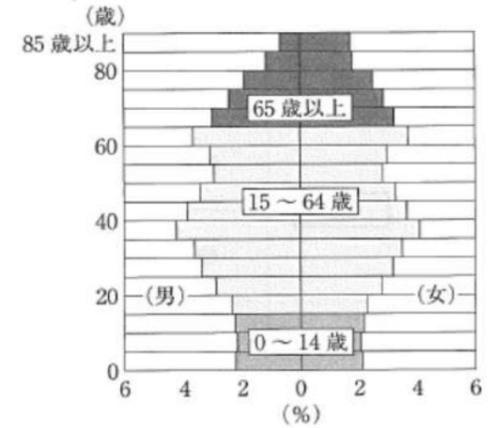
資料1 南伊勢町と名古屋市の人口の変化 (人)

	1965年	1980年	1995年	2010年
南伊勢町	31,592	23,883	19,673	14,791
名古屋市	1,935,430	2,087,902	2,152,184	2,263,894

資料2 南伊勢町の人口ピラミッド

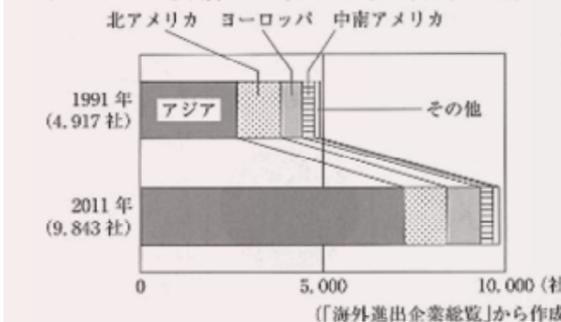


資料3 名古屋市の人口ピラミッド

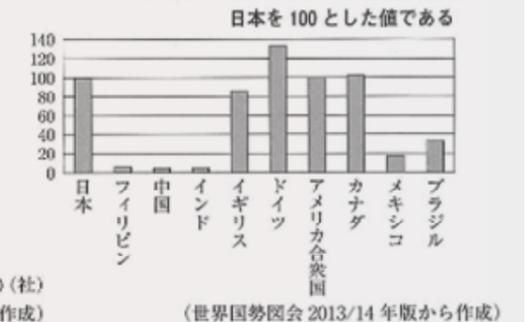


問6 Aさんは、日本企業(製造業)の海外進出に関するグラフ1とグラフ2をみつめました。グラフ1とグラフ2を読みとり、日本企業(製造業)がどの地域へ最も多く進出したかを、その理由とともに書きなさい。(5点)

グラフ1 地域別にみた現地の日本企業数(製造業)



グラフ2 国別にみた製造業の賃金指数(2011年)



解答（例）

○問4 解答例

『南伊勢町の人口は、名古屋市が増加しているのに対して減少している。また、南伊勢町は、名古屋市と比べて、高齢者の割合が高い』

ポイント

南伊勢町における <u>人口の変化</u> と 65歳以上に着目した <u>人口構成の特色</u>	} それぞれ <u>名古屋市と比較しながら説明</u>
--	-----------------------------

* 「人口の変化」と「人口構成の特色」の2つの記述があれば5点。内容に応じて部分点が与えられます。

○問6 解答例

『賃金が安いため、アジア地域へ最も多く進出した。』

ポイント

理 由	→	賃金が安い
どの地域	→	アジア地域

* 「理由」と「どの地域へ」の2つの記述があれば5点。内容に応じて部分点が与えられます。理由を先に書くのもポイントです。