

第3学年 進路だより
令和6年1月24日(水)
第29号



連雀学園三鷹市立第一中学校
校長 宮城 洋之
第3学年 八島 真由美

都立高校推薦入試について

1. 都立高校推薦入試前日

- (1) 自己PRカードの内容(面接で聞かれる)を見直し、受検票や各高校のHP等で時間や面接での注意事項を確認する。笑顔と大きな声を意識しましょう。勉強は確認程度にしておきましょう。
- (2) 受検票などで、もう一度時間等の確認。受検日時は高校から指定されています。また、集合時間も受検番号によって異なります。よく確認をして、ゆとりをもって自宅を出るようにしましょう。試験会場への到着時刻は、試験開始時間の30分前が目安です。近所であっても自転車は使えません。
- (3) 持ち物の確認をする。※一中の学校生活で禁止されている不要物は持って行かない。

- 受検票(各自で印刷する。万が一のことを考え、受検番号を生徒手帳に記入しておく。)
- 生徒手帳
- バッグ
- 交通費(パスモ・スイカ可)
- 上履き
- 緊急時のための電話代(小銭やテレホンカード)
- 時計(消音、六中の決まりの範囲)
- 筆記用具(鉛筆・シャーペン、消しゴム、定規など必要な物)
- 携帯カイロ
- ハンカチ
- ティッシュ
- マスク
- 弁当(必要な場合)
- その他、受検票で指示されているもの

※携帯電話・スマホは持って行ってよいとされていますが、マナーを守り、高校の指示に従って、取り扱いに注意しましょう。

- (4) 身だしなみの確認、標準服の手入れ、その他・・・服装、ボタン、髪型、爪に注意。
- (5) 交通機関の最終チェック・・・電車の事故など、天気に関係ないトラブルもあるので、2通りぐらいの行き方は考えておく。
- (6) 集合時刻から逆算して、所要時間・起床後の準備時間なども考えて起床時刻を決める。
※起床時刻は、家族とも確認しておく。 ※ 集合時刻の20～30分前には試験会場に到着する。
- (7) 消化のよい温かい夕食を食べ、早めに就寝し、十分に睡眠をとる。

2. 推薦入試当日

- ※ 病気等で当日受検できない、欠席する場合は一中に連絡する。(中学校から高校に連絡するきまりになっています。)
- ※ 途中、交通機関・体調不良などのトラブルがあった場合、あわてないで一中に連絡して指示を受け、受検校に電話しましょう。欠席したら、いかなる理由があっても不合格となります。必ず行き、受検しましょう。
- ※ **自家用車で送ってもらったりせず、公共機関を利用。トラブルのときは、「遅延証明書」を駅員さんからもらう。**
→公共機関なら、電車が遅れても、降りた駅で『遅延証明』を発行してもらうことで問題なく受検することができますが、道路の混雑による遅刻では受検できない場合があります。
- ※ **集合時間は各自指定されており、人によって違うので十分注意。**
- ※ 検査が終わったら、試験が午前中で終わっても、まっすぐに帰宅する。学校に登校する必要はありません。2日間にわたり受検する人もいます。自宅でゆっくり休み、疲れをとりましょう。
- ※ 服装は基本儀式に参加する身だしなみです。会場は、席によって温度差があるものです。インナーに着ていくものやベスト等で温度調節をしてください。カイロなどの活用もよいでしょう。マスクも忘れずに!
- ※ 朝起きたら検温! 熱がある場合の対応は東京都教育委員会から指示が出ています。『東京都立高等学校募集案内』P.132のQ24を確認しましょう。

3. 入試会場に到着したら

- 掲示物などの指示を確認 ● 指定された教室、机で静かに待つ
- 実技検査がある人は、運動着や運動靴など高校側から指示されている持ち物を確認。

4. その他

《面接》全ての学校で実施

- 待合室・・・静かに待つこと。学校で練習した面接のしおり等を持っていき内容を確認したり、自分の考えをまとめた紙などを見て確認をしておきましょう。特に**志望理由と教育目標、本校の期待する生徒の姿、自己PRカードの内容**は最重要項目です。周りの他校生に気をとられないようにして、精神を集中させましょう。待っている間も面接試験中と考えて緊張感を失わないこと。面接では、緊張するのは当たり前です。ゆっくり深呼吸を繰り返し、ふだんの自分が伝わるように自信をもって臨みましょう。
- 面接・・・面接は態度や人柄を見るものなので、健全で気品のある態度で行動する。学校で行なった面接練習のことを思い出して、適切な行動と応答をしよう。視線・手足の位置・姿勢・言葉遣いなど、先生方にいただいたアドバイスを思い出しましょう。
- 集団討論・・・ほかの受検生も同じ中学3年生。みんな緊張しています。落ち着いて、テーマにそって討論を進め、自分の考えをしっかりと伝えましょう。ほかの人の発言をきちんと聞くことも大切です。練習を思い出しましょう。



《作文・小論文》

- 入室・・・入室したら試験官の説明をよく聞いて、受検票・鉛筆・時計などを机の上に並べて静かに待つ。
- 開始・・・①受検番号・氏名を一番先に記入し、問題をゆっくり読んで、気持ちを鎮めてから書き始める。
 - ②何度でも見直す。空白はなくそう。
 - ③気分が悪くなったら、無理をしないで、遠慮なく申し出ること。
 - ④最後まであきらめずに取り組み、ベストを尽くす。
 - ⑤書き終わったらもう一度読み直して、文章の意味が通らない箇所や誤字などをしっかり直す。
- 休憩時間の過ごし方もポイントです。終わったことを考えても仕方ありません。次のことに頭を切り換える。

《運動能力・測定、プレゼンテーション》

- 入室（校庭、体育館等）・・・いろいろな指示がある。集中しよう、聞き漏らさないように。
- 実技等・・・受検番号順に実技等の検査を実施する（一人ずつか複数で）。始める前に大きく深呼吸し、落ち着いて指示通りに。あせる必要はない。途中で終了しても落ち込まない。取り組む姿勢を中心に検査をしている。

《遅刻・受検票忘れ》

- あせってはいけません。受検票を忘れた場合は、受付の先生に正直に申し出て、指示にしがいましょう。このとき受検番号を伝えましょう。（※受検番号を必ず生徒手帳に控えておくこと。）
- 遅刻の場合は、中学校へ連絡を入れること。高校に直接電話をしてはいけません。

5. アンケートのお願い

都立推薦を受検した皆さんにアンケートをお願いします。「面接」や「作文」または「小論文」、特別推薦の内容など、体験した皆さんからそのようすを聞いて、来年度以降の都立推薦選抜に臨む後輩に参考にしてもらいたいと考えています。

1月29日（月）に担任の先生に提出してください。

何か困ったことがあったら第一中学校に電話をしてください0422-44-5371

※ 出願先の高校、保護者の携帯電話や緊急連絡先、受検番号を生徒手帳に記入しておきましょう。