

「自己申告書」について

28年度入学選抜から（大阪府の公立高校）自己申告書の提出が、受験者全員に義務付けられました。「作文を書く習慣がない生徒」や「自分のことをうまく表現できない生徒」は多いと思いますので、早めに準備しておきましょう！

期末テストが終われば取り組みます

■自己申告書のテーマと文字数

【テーマ】

「あなたは、中学校等の生活（あるいはこれまでの人生）でどんな経験をし、何を学びましたか。」・・・自己PR

また、「それを高等学校でどのように生かしたいと思いますか。できるだけ具体的に記述してください。」・・・志望理由&抱負

【文字数】

具体的な文字数の制限はありませんが、適切な大きさと文字を書くと大体1200文字程度になります。原稿用紙だと3枚が目安です。

大きな文字で書くと文字数が少なく済みそうですが、中身が薄くマイナス評価になるかもしれないので避けましょう。

1行35文字 × 37行 = 1295字

■アドミッションポリシーを確認しよう。

まずは各学校から発表されているアドミッションポリシー（学校が求める生徒像）を確認してください。各学校が自己申告書を確認するときは、必ずアドミッションポリシーにマッチしているかを見られますので、なるべくマッチした内容を考えるようにします。

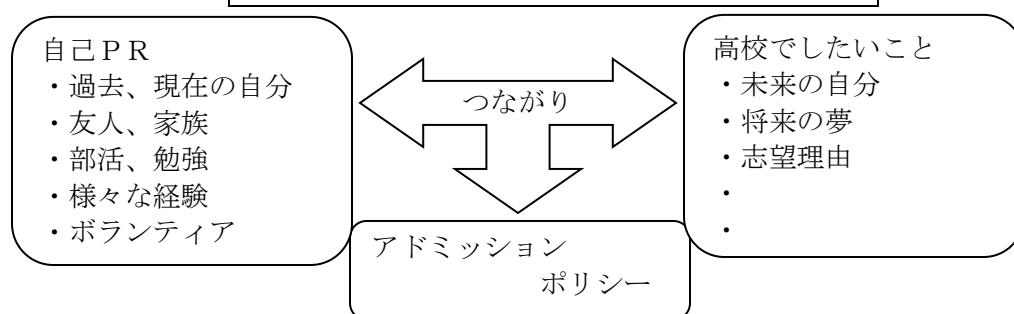
ネットで検索できます。あまり気にしすぎなくてもいいと思います。

■まずは箇条書きで！あとから清書！

おそらく大半の生徒は1200文字も何を書けば良いかわからないと思います。文章を作る上でのコツは、【しっかりと準備に時間をかけること】です。なかなか作文を書き出せないタイプの生徒は特にこの作業に時間をかけましょう！

まずは、マインドマップを作ろう！！

「自分を見つけようワークシート」作成してみる



【自分が中学生の間に頑張ったことや出来るようになったこと、続けたこと】を書けるだけ書いてみましょう。

10コぐらいを目安に出せるだけ出してみましょう。（多いほうが後々楽になります）

次に、【高校やその先で頑張りたいこと、経験したいこと】を同じくたくさん書いてください。

◆マインドマップを作るときは、思いつくまま、ポンポン書くこと。思考の幅を狭めないことです。彼氏・彼女を10人つくるでもOK。将来起業するときの人脈になるからとつながっていくかもしれない。（笑）

◆裏に自己申告書の様式を載せておきましたので参考にしてください。

裏面はB4サイズですが、実際はA4裏表です。

■過去-現在-未来の自分について書く・・・2部構成で

たくさん書き出したら、あとは先ほどの材料を組み立てる作業です。

見出しの通り、説得力のある文章にするには【過去-現在-未来の自分】について書くことを意識してください。

1部【過去-現在】は【自分が中学生の間に頑張ったことや出来るようになったこと、続けたこと】です。自己PR

2部【未来】は【高校やその先で頑張りたいこと、経験したいこと】です。志望理由&抱負

この時に、先ほどの各高校アドミッションポリシーに特に気をつけて関連つけるようにするとGoodです！

さらに、先ほどのマインドマップの箇条書きを内容を、更に一つ一つ詳しく説明を足していきます。つまり、エピソードを添えるとOK。1つあたり100文字から150文字くらいが理想です。もちろん、嘘はダメです！！

■用紙の使い方

自己申告書はレポート用紙ですので、使い方に慣れていない生徒も多い。レポート用紙は原稿用紙ほど厳しいルールはありませんが、最低限のルールは守っておこう。

☆自己申告書のルール

1. 段落の書き始めは1文字分あける。
2. 行始めに【閉じカッコ（）や句読点（、や。）】が来るときは前の行の最後に入れる
3. 一行の文字数は決まっていないが、書き始めと終わりで文字の大きさが変わり過ぎないように気をつける。

■まとめ（自己申告書は私学面接でも役に立つ）

「自分の3年間でまとめる、振り返る」ということは、なにかきっかけがなければなかなか出来ません。受験生にとっては大変な時期ですが、高校生活をより良くするためのきっかけにもなります。また「自分は書くことがない！」と感じたなら、どんな高校に進学したいかを考えるきっかけにしましょう。

高校は、単に実力テストの点数だけで決めるものではないからネ。

以上の内容は、ネット「個別指導アップ学習会」ブログからの転用し編修しました。

(様式 111 表) A 4 判

＜特別・能勢分校・帰国生・一般・二次・秋季選抜用＞

令和4年度入学者選抜

※印は志願先高等学校で記入する。

受験番号	※
------	---

自己申告書

_____ 高等学校長 様

下記のとおり、申告します。

本人氏名 _____

記

【テーマ】

あなたは、中学校等の生活（あるいはこれまでの人生）でどんな経験をし、何を学びましたか。また、それを高等学校でどのように生かしたいと思いますか。できるだけ具体的に記述してください。

This image shows a blank sheet of white paper with horizontal ruling lines. The lines are evenly spaced and extend across the width of the page. There is no handwriting or other markings on the paper.

(様式 111 裏)

[illegible]