

『**学問のすすめ**』**私立高校入試前日！！**

いよいよ私立高校の入試となりました。今まで積み重ねた力を十分に発揮して合格を勝ち取って来てください。落ち着いて自分の力を発揮することができれば、合格できると信じています。

体調管理をしっかりと、持ち物や服装は前日に確認。忘れ物がないように準備しておきましょう。

<< 前日の注意事項 >>

●最も大切なのは体調管理！

入試において最も大切なことは体調管理です。前日の夕食はカツ丼ではなく、消化によいものがいいいしょう。油や脂肪の少ない食事にしてもらいましょう。また緊張して眠れないかもしれませんが、9時までには布団に入り、できるだけ早く寝るようにしましょう。8時くらいに温かいお風呂に入り、ホットミルクなどを飲むと寝つきがよくなります。

●受験前日にあわてない！

受験前日に新しいことを勉強したり、覚えようとしても気持ちばかりあせってしまい、よい効果は得られません。今までやってきたワークや教科書、ノートを見直しましょう。

●何もやらないのはダメ！

1教科に絞って何時間も勉強するのではなく、少しずつ全ての教科の内容を再確認して、今までやってきたことを思い出しましょう。

<< 持 ち 物 >>

- ☐ 受験票
- ☐ 筆記用具（シャーペン、消しゴム、定規、コンパスなど）
- ☐ 時計（時計機能のみに限る）
- ☐ 弁当（午後も入試のある学校）、水筒
- ☐ 交通費
- ☐ 上靴（ビニール袋）
- ☐ 靴下、タオル、ビニール袋など（雨天時）
- ☐ このプリント
- ☐ それらを学校指定のカバンにいれる。

※携帯電話は原則持ち込み禁止です。試験中に鳴ることがあれば、不合格になります。

合格祈願

**入試当日！！**

もうここまできたら、やるしかありません。解答用紙の空白は絶対に避けて、分からなくても時間いっぱいまで考え、何かしらの答えを書き込むようにしましょう。問題を解く一番の方法は、“問題をよく読むこと”です。答えのヒントが問題にあります。絶対あきらめないで、最後までやり抜きましょう。



<< 当日の朝 >>

●朝は6時までに起きる！

前日の夜9時に寝て、当日の朝6時に起きれば、9時間の睡眠がとれます。人間の睡眠は、1時間30分でサイクルしているので、目覚めがよくなるでしょう。人間の脳が活発に活動するためには、起きてから3～4時間程度必要です。極力6時までに起きて、少し体操でもすれば、試験時間に合わせて脳が動き出すことでしょう。

●朝食はご飯かパンがおすすめ！

脳を働かせる栄養素は、糖分です。米や小麦は炭水化物（糖）なので脳を働かせてくれます。さらに、ビタミンを補給する意味でオレンジジュースなどを飲むのもよいと思われます。

また夜型人間で頭が朝なかなか冴えない人は、カフェインの入った飲料を飲めば、少し冴えてきます。試してみてください。

<< 注 意 事 項 >>

- ・集合時間の30分前を目標に試験会場に到着しましょう。
- ・服装や身だしなみに気を付ける。
- ・友達が遅れた場合は、決して待たない。
- ・他校の生徒と決してトラブルを起こさない。
- ・何かあった場合は、中学校と高校の先生に連絡し、指示を聞いてください。

**※当日、体調不良の場合は・・・**

AM6:45 から中学校に連絡をしてください。別室受験や振り替え受験などは、中学校を通して高校に連絡を入れてからの指示になります。まずは中学校に連絡してください。

※忘れ物（受験票など）に気付いた場合は・・・

忘れ物に気付いた場所によりますが、原則は取りに帰りません。そのまま高校に向かってください。試験会場の入り口で高校の先生にも、忘れたことを伝えて指示に従いましょう。必要であれば中学校にも連絡をしましょう。

深井中央中学校:072-278-7681(AM6:45以後にかけてください)