



I will prepare and some day my chance will come.

—Abraham Lincoln

上手に“モード”を切り替え、 時間を有効に使おう！

5月も間もなく終わろうとしています。高校大会の予選や中間テスト、各種行事などがあり、皆さんの中には少し慌ただしく感じた人もいないでしょうか。そこで重要になってくるのが「モードの切り替え」です。大会や練習試合などに行くと、毎日7時間目まで授業があり、週末も課外や模試に追われているはずなのに部活動でも好成績を残す選手が少なからずいることに気づきます。彼らの中には高い能力を持っている人もいるのですが、皆共通して言えることは「モードの切り替え」が上手であるということです。

具体的に言うと、「今、何をすべきか」が明確であり、それが1週間というような長い単位ではなく、分単位できちんと切り替えられるということです。こういう人は時間の価値を高めることに集中します。そうすると、わずかではありますが1日の成果が変わり、1か月、2か月…と期間が経つごとに時間を有効に使えていない人との差は大きく開いていきます。忙しい時こそ「今何をすべきなのか」を常に自ら問い続け、時間の価値を高める努力を惜しまないでほしいと思います。そうすればやがて大きな実を結ぶことになるでしょう。

できる人の特徴



帰宅後...



今日は2時間練習だ。明日模試だから時間はきっちり守って帰ったら勉強しよう。この間の試合でサーブミスが多かったから今日はサーブの練習に力を入れよう。そんなに時間は多くないから今日中に必ずコツをつかまなくては... そのためには今は勉強のことを考えず部活を思いっきりやろう！

今日の部活は疲れたな...でも手ごたえがあった！切り替えて勉強しよう。英単語のチェックは帰りのバスで済ませたから、今日は日本史の教科書を30ページ読んで、昨日やった長文の問題を完璧にすれば今日の予定はクリアーだ。しかし、集中してやらないとまた睡眠時間が短くなってしまふ... 明日の模試に備えて早く寝るためにも頑張ろう！

残念な人の特徴

今日の部活きつすぎ...ホームルームで言われた進路のことがチラついて集中できなかったし...もう勉強に集中したほうがいいのか...？まあいっや！とりあえず明日の模試だ...模試だし、軽く復習しとけばいいよね？えーっと英語でもやろうかな...だめだ部活で疲れすぎて眠い...集中できないよー！！



そうです。わかりましたね？時間をうまく使えない人は「今やっていること」と「頭の中で考えていること」がズレていることが多くあります。いわば、集中することができていない状態です。



それに対して、できる人ほどすべきことを明確にしたうえでそこに集中しています。

今すべきことに集中し、きちんと時間を管理して成果を出すこと。

これができるようになれば、受験だろうが仕事だろうが何だって上手にこなすことができます。

さあ、まさに今日から！授業に集中し、学習に集中し、行事や部活動に集中する...そんな高校生になりましょう！

就職希望者必見！求人票の見方

1 枚目

求人票 (高卒) 左

1 会社の情報

2 仕事の内容

3 就業場所

4 就業時間

5 賃金

6 手取り額

- 雇用形態
- 仕事の内容
- 就業場所
- 就業時間
- 賃金
- 手取り額



ポイント！

手取りはもちろんチェックしてほしいところだが、賞与(ボーナス)の金額や住居手当や寮の有無・形態なども見ておこう。また、手取りはいいが、基本給が安い会社はその理由も確認すること。

求人票 (高卒) 右

7 休日等

8 加入保険

9 選考方法

10 採用・離職状況

- 休日等
- 加入保険
- 選考方法
- 採用・離職状況

ポイント！

・選考方法は必ずチェック！
・離職率が少ない会社は働きやすい職場、満足度の高い職場である可能性が高い。ただし、あまり神経質になりすぎるのもNG。

2 枚目

求人票 (青少年雇用情報)

A 募集・採用に関する情報

B 研修の有無及びその内容

C 自己啓発支援の有無

D メンター制度の有無

E キャリアコンサルティング制度

- 募集・採用に関する情報
- 研修の有無及びその内容
- 自己啓発支援の有無
- メンター制度の有無
- キャリアコンサルティング制度

ポイント！

・このあたりが充実している会社は社員をきちんと育ててくれる会社である可能性が高い。会社に入っても成長し続けなければならないことを考えると、非常に重要な項目だ。



特集！新大学入試その① 「結局、新大学入試って何なの？」

2020年度大学入試(現在の2年生が受験)より、大学入試のシステムが変更になります。詳細はまだ未定の部分もあるのですが、分かっている情報を随時提供していく予定です。今回はまず始めに基本的なポイントを確認しましょう。

【1】センター試験ではなく、大学入学共通テストを実施する。

例えば、国公立大学一般入試の場合、今までは「センター試験(マーク式)」+「個別試験(大学独自の問題)」という形態が一般的でしたが、2020年度からは「大学入学共通テスト(記述あり)」+「英語4技能を測る試験」+「個別試験」という形式になります。

【2】英語4技能を測る試験って？

英語4技能は英語を「読む」「書く」「聞く」「話す」力のこと。これらを測るために外部検定試験を活用します。主なものに「GTEC」「実用英語技能検定」「TOEIC®Listening & Reading TestおよびTOEIC®Speaking & Writing Tests」などがあります。上にもあるようにこれらのいずれかを受験していることが受験の必須要件になることが多いですので、注意してください。

【3】ポートフォリオの提出について

合否の結果に影響を与えるかどうかはともかく、ポートフォリオ(活動の記録みたいなもの)の提出をすることになりそうです。今はとりあえず記録を丁寧にとっておき、今後データ化しweb上で管理していくことになりそうです。