２０２５年１１月６日（木）

進路だより

Ｖｏｌ．37　第 31 号（通巻 1377 号）進路指導部

共通テストに向けて①　～「普段からの心構え」大切に～

３ 年生全員受験最後の模試(１１/１(土))が終わりました。**事後の自己採点を正確に緊張感を持って行えましたか？**前にも述べましたが「本番ではちゃんとやるから、今はまだ・・・」などと甘く考えていると当日焦ったりして力が出せないこともあります。本番を想定しての、「普段からの心構え」が重要なのです。なお、結果データは 11 月 21 日(金)からリリースされます。

さて『共通テスト』まではあと 72日です。これからは学習面の対策も必要ですが、試験本番に向けての「心構え」が一層大切になってくる時期です。**普段から**以下のポイントを押さえて、『共通テスト』に臨みましょう。

試験当日の過ごし方も考えておこう

共通テスト試験当日は、試験開始までの待ち時間の過ごし方も大切なポイント。参考書やノートなどで最終チェックをする、リラックスして待つなど、どんなふうに過ごせば自分の実力が最も発揮できるのかを、模試や演習などを利用して確認しておこう。また、昼食時の気持ちの切り替えも重要だ。

自己採点を正確にするために

国公立大の個別学力検査の出願は、共通テストの自己採点結果をもとに決定することになる。自己採点を正確に行うため、受験中は解答番号を問題冊子に必ず控えておこう。

優先順位をつけて問題を解くこと

時間を有効に使うためには、問題を解く順番も大切。解き始める前にすべての設問に目を通し、確実に解ける自信のある設問から解くよう心がけよう。

１点も無駄にしないマーク記入ルール

◇わからない設問があっても、
　とにかく、すべての設問にマークすること
◇訂正をする際には、あとが残らないよう
　完全に消しゴムで消すこと
◇1 つの設問に２個以上のマークをしていないかを確認すること
◇「記入欄のズレ」などはないか、
　問題冊子と突き合わせて確認すること

● 共通テストおよび以降のスケジュールのイメージ

1日目	2日目
9:30～11:40（130分） **地理歴史，公民（2科目）** ※1科目のみの受験生は10:40～	9:30～11:40（130分） **理科（2科目）** ※1科目のみの受験生は10:40～
休憩（80分）	休憩（80分）
13:00～14:30（90分） **国語**	13:00～14:10（70分） **数学①**
休憩（50分）	休憩（50分）
15:20～16:40（80分） **外国語**	15:00～16:10（70分） **数学②**
休憩（40分）	休憩（50分）
17:20～18:20（60分） **英語リスニング**	17:00～18:00（60分） **情報**

1 月 19 日(月)　自己採点など

1 月 23 日(金)　データリサーチ返却

1 月 20 日(火)～　(随時)面談開始

1 月 26 日(月)～2 月 4 日(水)

国公立大個別試験出願　★前･中･後期

＜『共通テスト受験票』の取得･印刷＞　12 月 10 日(水)10:00～

●共通テスト本番に向けての確認事項

【その１】学習面：共通テストまでにもう一度確認しておこう

□ 模試などで、あいまいだった問題を確認しておこう。
□ 共通テストの出題形式に慣れよう。(模試や問題集を活用しよう)
□ 時間配分の感覚を身につけておこう。(時間内に解き終える練習をしよう)
□ 地歴公民、理科の受験する順番をあらかじめ決めておこう。(「第１解答科目」と「高得点科目」のどちらを合否判定に利用するかは大学によって異なるので要注意。大学の募集要項を確認しよう)
□ 自己採点が正確にできるように練習しておこう。
□ １科目につき、あと２問ずつは確実に解けるように勉強しよう。(1 問は 2～4 点ある)
□ 絶対に落とさない科目を決めよう(取れる科目・分野で確実に得点できるように)

【その２】生活面：今のうちから生活リズムを整えよう

□ 共通テスト開始は９：30 から。夜型から朝型へ生活習慣を切り替えよう。
□ 普段と違う食べ物・飲み物に注意。いつも通りの食事をしよう。
□ 受験勉強中に迎える年末・年始。生活リズムを崩さないように気をつけよう。
□ スマホ（SNS・ゲームなど）を控え、本番に向けて集中力を高めていこう。

先輩からのメッセージ　～**健康管理は隠れた入試科目**～
- 風邪をひいてしまったせいで、失敗した。寒さ対策をしっかりとしておこう。
- 試験中の最大の敵は寝不足・寝坊だった。
- 早寝早起きなど生活リズムを作るのは大事。朝から脳がしっかり働くようにしよう。
- 時々気分転換を心がけたのがよかった。軽いストレッチなどがおすすめ。

入試に関する Q&A

いよいよ入試本番間近。とはいっても初めての入試には耳慣れない用語や疑問も多いもの。
そこで、入試に関する疑問をＱ&A 形式で紹介するので、しっかり確認しておきましょう。

Q1　もし事故や病気などで共通テストが受験できなくなったら？

A1　事故や病気などのアクシデントが起きた場合は、受験生本人または代理人が、速やかに「受験票」に記載されている「問い合わせ大学」に行き、申請すれば追試験を受けることができる。申請の受付時間、詳しい方法等については、受験票・写真票等と一緒に送付されている「受験上の注意」に明記されている。
なお、2026 年度共通テストの追試験は 1 月 24 日(土)・２５日(日)　に実施予定。

Q2　共通テストの得点調整とは？

A2　共通テスト終了後、大学入試センターでは、各教科で選択科目ごとに平均点を算出する。その平均点に原則として 20 点以上の差が生じ、それが試験問題の難易差に基づくものと認められた場合には、平均点が低い科目を受験した受験生が不利にならないよう、得点差を調整する。
なお、2026 年度大学共通テストの得点調整実施の有無の発表は　1 月 23 日(金)　の予定。

Q3　国公立大の出願はいつ行うのか？

A3　国公立大の出願は１月２６日(月)～２月４日(水)の間に行う(一部異なる日程の大学がある)。
出願する可能性のある大学の願書は、当然それまでに取り寄せておかなければならないので、早めの準備が必要だ。また、出願校決定には、自己採点結果が唯一の手がかりとなる。出願校決定のためには正確に自己採点することが重要だ。

Q4　大学は何校まで出願できるか？

A4　国公立大一般入試の場合は、前期・中期・後期・の各日程から 1 つずつ、最大 3 つの大学・学部への出願が可能だ。また、私立大などは、試験日程が重ならなければ出願に制限はない。第一志望校を中心に、うまくスケジュールを立てて出願校を考えよう。