



東京都立 練馬高等学校



文武両道の伝統校

- 文化スポーツ等特別推薦実施校
- 「分かる授業」と「見える未来」



校訓 【立志】 【自律】 【飛躍】



落ち着いた学習環境で、生徒の学力向上と
学校生活の充実が図られ、希望進路が実現できる学校です。

校長 高 幹 明

■ 落ち着いた学校、部活動や行事に 一所懸命に取り組んでいる学校

本校は、創立60年を迎えた都立の伝統校です。「落ち着いた学校」「部活動や行事に一所懸命に取り組んでいる学校」との評価を頂いています。

■ 基礎基本を重視した分かりやすい授業

学習指導では基礎基本を重視し、丁寧に分かりやすい授業を提供しています。中学校時代によく理解できなかった内容についても、しっかり習得できることを目指して、長期休業中には補習・補講なども活用し、生徒たちの学習を支援しています。

■ 1年次から本校独自の進路指導

進路指導では、3年間をかけてキャリア教育の充実を図る本校独自のプログラム「夢（ゆめ）・人（ひと）プラン」を策定し、1年次から系統的に指導を行うことで、生徒一人ひとりが満足できる進路実現に向けて取り組んでいます。

■ 安全・安心な教育環境

生活指導では、身だしなみ指導や遅刻指導等を大切にして、落ち着いた学習環境を保持していま

す。また、頭髮に関しては自然な状態を保つように働きかけを行っている学校でもあります。いじめの未然防止については、SNSの利用等によるトラブルの発生を防ぐための働きかけを行うとともに、自他の違いを尊重し、他者に対する思いやりをもった行動がとれるように、学校全体で指導を行っています。また普段から不安を相談しやすい雰囲気づくりを教員が心がけ、生徒の様々な悩みや課題を早期発見・早期対応をすることで、安全・安心な環境を実現しています。

■ 活発な部活動

部活動では、同好会を含めた多数の団体が活発に活動し、勉学との切り替えをしっかりと行うことで、充実した学校生活を行っています。

■ 厳しいが温かい指導

文武両道の伝統校として、「立志・自律・飛躍」をスローガンに、生徒たちは高校生活の3年間で、授業やHR活動・部活動等集団の活動経験を通して、友人と切磋琢磨しながら人間関係を豊かにすることで、「誠実さと勇気」を持った人間として卒業していきます。

どうぞ皆様、練馬高校に来校され、本校の教育活動をご覧ください。皆様のご来校を心よりお待ちしております。

希望進路の実現に向けて

本校では以下の取り組みを実施しています。

① 3年間を見据えた進路計画（夢・人プラン）

平成27年度から「総合的な学習の時間」を中心に3年間継続した進路計画を策定しました。将来を見据えたキャリア教育を充実させるとともに、Literas（リテラス）論理言語力検定や、漢字検定などを通じて、基礎学力や学習習慣の定着を図ります。また外部講師による講演や上級学校の先生によるガイダンスなど様々な取り組みも行われています。「夢を創り、人を育てる」カリキュラムで生徒の成長を支援していきます。

② 様々な選択授業や講習・検定の実施

生徒の様々な進路希望に合わせて、3年次には必修科目を減らし選択科目を増やしています。進路希望に合わせた科目を選択することにより、「夢」を「現実」に変えることが可能になります。また、教科ごとの講習も、放課後や定期考査前、長期休業中などに行われており、学力面からも希望進路を実現できるようサポートしています。その他にも進路別の試験に合わせた学習会や、英検・漢検などの検定も実施しています。高校生活の先にある「未来」を手に入れる努力をする生徒を本校では応援しています。





自らの将来のために学ぶ



基礎学力の充実

本校では習熟度別授業や少人数授業を取り入れ、各自の学習到達度に応じたきめ細やかな学習指導を行います。また、長期休業中を含め年間を通した補講・講習を実施し、進学に向けた学力を、時間をかけてしっかり身につけられるような取り組みを行っています。

自学自習で勉強の仕方がわかる

学力を向上させるために最も効果があるのは、家庭学習時間（授業以外の学習時間）を増やすことです。授業を受けるための準備をしっかりとすることで授業の理解度は激変します。本校では、各教科、学年単位で自学自習のための取り組みを実施、指導しています。また、スタディサプリをはじめとする外部の教材・教具を用い学習習慣を確立できる取り組みも実施しています。さらに、平日はもちろん長期休業中も自学自習に取り組みさせることで、学力向上に大きくつなげていきます。

部活動と両立した夏期講習の実施

夏休みに入ってからすぐの5日間に夏期講習を実施しています。夏期講習の実施時間帯には、希望者全員が講習を受講できるよう部活動を禁止しています。夏期講習で学力の向上や、学力の定着を図る工夫を行っています。

学校全体で検定試験に取り組む

将来に役立つように学校全体で様々な検定試験に取り組んでいます。1年生はLiteras（リテラス）論理言語力検定に全員が挑戦します。また、希望者は、英語検定や漢字検定、数学検定、硬筆書写技能検定、ICTプロフィシエンシー検定等の資格取得に取り組むことができます。(旧)語彙・読解力検定を主宰する朝日新聞社とベネッセから優秀校として表彰を受けており、ここで得た資格は一生あなたを支えることとなるでしょう。

このように本校では、生徒のあらゆる学習ニーズに対応します

希望進路を実現する多彩で充実した選択授業

希望する進路に応じて、2年では基礎固め、3年では希望する進路の実現に直結する授業を選びます。

令和6年度入学生教育課程

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30
1 学年	現代の国語	言語文化	地理総合	公共	数学Ⅰ	数学Ⅱ	生物基礎	体育	保健	芸術Ⅰ	英語コミュニケーションⅠ	論理・表現Ⅰ	家庭総合	情報Ⅰ	L	H	R													

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30
2 学年	文学国語	歴史総合	数学Ⅱ	化学基礎	地学基礎	物理基礎	体育	保健	芸術Ⅱ	英語コミュニケーションⅡ	論理・表現Ⅱ	家庭総合	A 選択	総合的な探究の時間	L	H	R													

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30
3 学年	論理国語	日本史探究	体育	英語コミュニケーションⅢ	必修選択 B 選択 2単位×4講座										自由選択 C 選択 2単位×4講座										探究の時間	総合的な	L	H	R	

選択科目 1 年生：芸術Ⅰ【音楽Ⅰ・美術Ⅰ・工芸Ⅰ・書道Ⅰ】

2 年生：地学基礎・物理基礎

芸術Ⅱ【音楽Ⅱ・美術Ⅱ・工芸Ⅱ・書道Ⅱ】

A・B・C 選択：

現代文演習 教養国語 古典探究 表現探究 演習日本史 世界史探究 世界史基礎 地理基礎 日本史基礎 江戸から東京へ演習政治・経済 政治・経済 政治・経済基礎 教養数学 演習数学 数学ⅠA演習 数学ⅡB演習 数学Ⅲ 数学B 数学C 化学 化学基礎演習 科学と人間生活 自然科学実習 生物 生物基礎演習 物理 スポーツ概論 スポーツ基礎 スポーツ発展音楽表現 硬筆書写 音楽入門 素描入門 ピアノ基礎 美術表現 工芸デザイン 英語表現上級 英語表現中級 英文読解上級 英文読解中級 ファッション造形基礎 フードデザイン 保育基礎 情報演習

*教育課程は変更になる場合があります。

自律

練馬高校の生徒としての自覚

練馬高校では、生活指導のルールを次のように定めています。
より良い学校生活を送れるように、集団としてのルールを守る人を待っています。

制服の着用

練馬高校では、全員が制服を着用することになっています。標準の服装はYシャツにネクタイとブレザー、ズボンとベルト、またはYシャツにリボンかネクタイとブレザー、スカートかスラックスが指定されています。防寒用に着用するVネックセーター（丸首不可）、カーディガンについては、ネクタイやリボンが見える形で色の指定などの規定があります。夏季期間は、ブレザーとネクタイやリボンの着用義務はなく、Yシャツ以外に白のポロシャツの着用も可能です。

ブレザー、ズボン、スカート、スラックスは家庭で洗濯できる素材になっています。

頭髪や装飾品について

頭髪は自然な髪型で生活します。頭髪の染色・脱色や特異な髪型、エクステンションの装着、パーマ等の加工は禁止しています。

化粧・マニキュア・ペデュキュアをすること、ピアス、ネックレス、ブレスレットなどの装飾品を着けることは禁止しています。

携帯電話・スマートフォンの使用について

緊急時等の対応を考慮し、学校に持ち込むことはできます。しかし、授業中の使用は禁止しています。また、使用するにあたっては、ルールとマナーを守り、生活リズムが乱れない様に使用してください。



勉強と部活動を両立しながら、充実した学校生活を送れるよう心掛けてください。

部活動の参加

1年生は全員部活動に参加することになっています。積極的な参加を待っています。入学後、部活動紹介があるので自分にあった部活動を見つけ活動しましょう。

3年間、部活動に積極的な参加ができる人は、学習面でも充実した学校生活ができています。気持ちの切りかえをしっかりと行いどちらの力も伸ばしましょう。

遅刻厳禁

睡眠をしっかりととり、朝食をとり、時間に余裕をもって登校しましょう。遅刻があると将来の進路にも影響します。規則正しい生活リズムをつくりましょう。



生徒会会長・副会長からのメッセージ

練馬高校には、様々な部活動があり、決まりを守れば比較的自由的な学校なので、自分のやりたいことをとことん突きつめることができます。練馬高校に入って、一緒に楽しい学校生活を送りませんか？

(生徒会長：井上 夏姫)

練馬高校の先生方は親しみやすく、行事なども一緒に楽しんでくれます。体育祭や文化祭にも力を入れており、準備期間も楽しく、充実しています。思い描いている高校生活を送ることができる学校だと思うので、ぜひ来てください!!

(副会長：田中 妃海)



一人ひとりの未来をひらく

練高独自の計画的で系統的な進路指導

ゆめ ひと —夢・人プラン—

ゆめ ひと ■夢・人プランの3つの柱

キャリア教育

10年後20年後の人生を見据え、キャリア(資質・能力)をつちかう親身の指導と様々な進路行事を通して、夢をはぐくみ、人を育てます。

学力の向上

「わかる授業」を意識した丁寧な指導に加えて、夏期講習やスタディサブリの全員加入など、様々な方策を用いて、皆さんの学力向上をバックアップします。

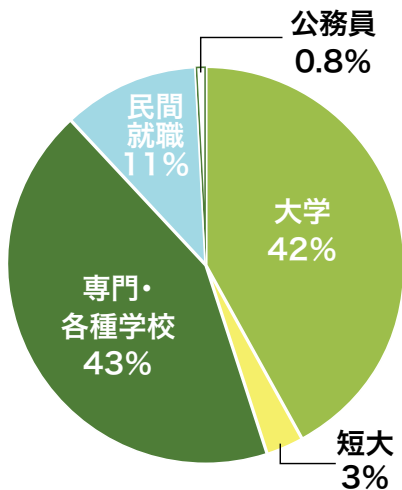
資格に挑戦

1・2年生は、日本語力を磨く「Literas(リテラス)論理言語力検定」に全員でトライします。資格は進路活動の際の大きな自信と武器になります。

■練高の進路指導は「団体戦」

練高の進路実現は「個人戦」ではなく「団体戦」。先生と生徒、各学年・各教科・進路指導部など、みんなが力を合わせて君を成功に導きます。そして練高には生徒同士がそれぞれの進路実現に向けてお互いを励ましあう温かい雰囲気があります。

■令和4年度卒業生の進路状況



先輩たちからのメッセージ

専修大学 経済学部 経済学科(一般入試) K.Nさん

大学進学に向けて本気で勉強に取り組み始めたのは、高校2年の冬からでした。塾へ通い始めるとともに、部活動を引退してからは、さらに本腰を入れて受験勉強に取り組みました。

体育祭などの学校行事の準備にも携わっていたので、学校帰りにそのまま塾に行き、夜遅くまで勉強して帰るという日々が続きました。

模擬試験は毎月受けて、自分の弱点を見つけるために活用しました。苦手な古文の克服に時間を費やしてしまったので、もっと早い段階から計画的に勉強すればよかったと反省しています。みなさんも、最後まで諦めず自分の進路実現に向けて頑張ってください。

地方公務員 警視庁警察官III A.Sさん

公務員試験の試験範囲は広いので、最初は何から手を付けて良いかわかりませんでした。学校を通じて指導に来て下さっていた講師の方から、学校の授業をしっかりと理解することを第一に勉強するように言われました。授業で学ぶことができない分野は、自分でテキストを買ったり、外部の講習会に参加したりして勉強をしました。

面接練習は、夏から本格的な準備を始めました。文章を覚えるのではなく、一貫した内容を自分の言葉で話せるように練習しました。

時事問題についても聞かれるので、日々のニュースもチェックすることを欠かしませんでした。夢は叶います。これから高校を目指す皆さんも頑張ってください。

■主な進路先(過去3年間・現役生のみ)

四年生大学		短期大学	専門学校		公務員・就職
亜細亜大学	帝京大学	秋草学園短期大学	青山製図専門学校	東京柔道整復専門学校	東京消防庁
跡見学園女子大学	帝京科学大学	国際短期大学	彰栄保育福祉専門学校	東京栄養食糧専門学校	警視庁
桜美林大学	帝京平成大学	埼玉医科大学短期大学	アポロ歯科衛生士専門学校	東京電子専門学校	防衛省(自衛官候補生)
嘉悦大学	東海大学	実践女子大学短大部	板橋中央看護専門学校	東京歯科衛生専門学校	防衛省(一般曹候補生)
工学院大学	東京家政大学	淑徳大学短大部	大原学園専門学校	東京都立北多摩看護専門学校	
国際医療福祉大学	東京経済大学	城西短期大学	織田調理師専門学校	東京服飾専門学校	小田急バス(株)
国土館大学	東京工芸大学	女子美術大学短大部	神田外語学院	日本外国語専門学校	東京地下鉄(株)
こども教育宝仙大学	東京国際大学	白梅学園短期大学	国立音楽院	日本工学院専門学校	(株)スタイリングライフ(PLAZA)
駒澤大学	東京女子体育大学	拓殖大学北海道短期大学	窪田理容美容専門学校	日本工学院八王子専門学校	(株)ライフコーポレーション
実践女子大学	東京成徳大学	帝京短期大学	国際動物専門学校	日本大学歯学部歯科衛生士専門学校	ヤマト運輸(株)
白梅学園大学	東京電機大学	帝京大学短期大学部	資生堂美容技術専門学校	日本電子専門学校	(株)木村屋総本店
十文字学園女子大学	東洋学園大学	貞静学園短期大学	駿台外語&ビジネス専門学校	日本美容専門学校	伊東ハムフードソリューションズ(株)
城西国際大学	二松学舎大学	東京家政大学短期大学部	上智社会福祉専門学校	文化服装学院	(株)ビックカメラ
城西大学	日本女子体育大学	東京女子体育短期大学	駿台トレベル&ホテル専門学校	武蔵野調理専門学校	(株)そごう・西武
駿河台大学	日本体育大学	東京立正短期大学	専門学校東京アナウンス学院	早稲田速記医療福祉専門学校	(株)東ハト
聖学院大学	文京学院大学	戸板女子短期大学	草苑保育専門学校	他 多数	カルビー(株)
大正大学	武蔵野学院大学	新渡戸文化短期大学	中央工学校		東京水道(株)
大東文化大学	明星大学	星美学園短期大学	帝京高等看護学院専門学校		(株)USEN-NEXTHOLDINGS
高千穂大学	目白大学	目白大学短大部	東京YMCA国際ホテル専門学校		(株)ワコール
拓殖大学	他 多数		東京YMCA社会体育・保育専門学校		(株)西武プリンスホテルズワールドワイド
玉川大学			東京医療専門学校		日本通運(株)
千葉工業大学			東京教育専門学校		フランスベッド(株)
			東京工学院専門学校		他 多数

充実の部活動

仲間と一緒に頑張れる！！

文化スポーツ特別推薦実施校

運動系

弓道、剣道、男子硬式テニス、女子硬式テニス、硬式野球、サッカー、柔道、水泳、ソフトテニス、卓球、ダンス、男子バスケットボール、女子バスケットボール、バドミントン、女子バレーボール、陸上

文化系

イラストレーション、演劇、軽音楽、茶道、吹奏楽、生物、天文、美術、ボランティア、メイキング

同好会

文芸、写真



学校行事

体育祭



文化祭



修学旅行



INFORMATION

※来校の際は、上履きをご持参下さい。

下記の日程については、いずれも変更の可能性があります。詳細はHPでご確認ください。

学校見学会 (HPより【要ネット予約】)

7月15日(土) 10:00~(受付9:30)
14:00~(受付13:30)

银杏祭(文化祭) 詳細はHPをご確認ください

9月9日(土)
10日(日)



学校説明会 (*全て同じ内容です。HPより【要ネット予約】)

10月7日(土)
11月18日(土)
12月9日(土)
*いずれも14:00から(受付13:30)

個別相談会 (HPより【要ネット予約】)

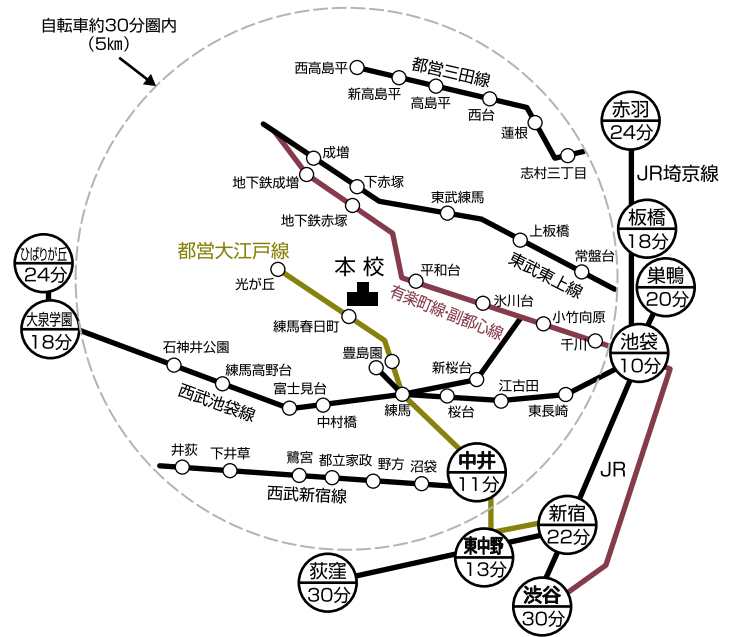
1月13日(土) 14:00~(受付13:30)

授業公開日 詳細はHPをご確認ください

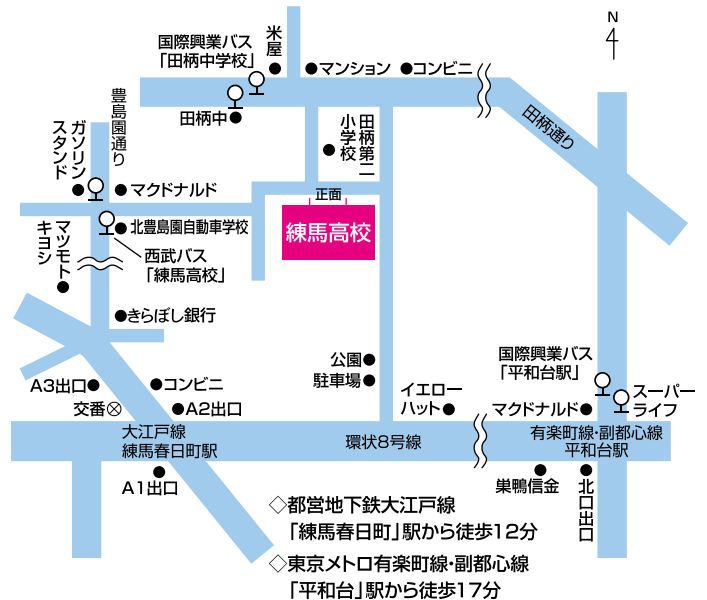
6月16日(金)
11月20日(月)



■最寄り駅までの所要時間のめやす



- ◆ 都営地下鉄大江戸線「練馬春日町」駅から徒歩12分
- ◆ 東京メトロ有楽町線・副都心線「平和台」駅から徒歩17分
- ◆ 西武バス豊島園(練馬)～下赤塚(成増)「練馬高校」バス停から徒歩5分



東京都立練馬高等学校



〒179-0074 東京都練馬区春日町4-28-25
TEL 03-3990-8643 FAX 03-3926-8373
<https://www.metro.ed.jp/nerima-h/>
練馬高校公式 Twitterアカウント @neritaka1964

リサイクル適性
この印刷物は、印刷用の紙へリサイクルできます。