自己PR書のサンプル・例

＊以下はサンプルです。PRポイントが必ずしも以下の項目に沿っている必要はありません。
＊データ作成でも手書きでもOK。A4用紙2枚までであれば形式は問いません。

具体例
楽器、絵画、スポーツ、ダンス、ミュージカルなどの習い事。部活動…
Point
アピールできる内容であれば、活動の長さは問いません。

具体例
書道、絵画、作文の入選実績、スポーツなどの大会や選抜、スピーチコンテスト出場…
Point
客観的な視点でアピールできるもの。必ずしも優勝や上位入賞である必要はありません。
賞状や成果物の写真があると◎

自己PR書②

例）こんなことを頑張ってきました！

例① 資格や特技、習い事、部活動

写真
写真
写真

例② 大会やコンテスト

写真
写真

例③ 生徒会、実行委員会、授業発表

写真
写真
写真

例）私の長所は○○です！

例）○○国を希望する理由

具体例
生徒会、実行委員会、委員会、研究授業の発表…
Point
学校内で、学業以外で行っている活動を教えてください。

具体例
コツコツ努力するタイプ、率先して発言する、新しいことにチャレンジできる、ポジティブに考えられる…
Point
実際に行ってきた活動を踏まえてのまとめになっているとよりよい。

Point
希望国を選んだ強い理由があれば。

«アドバイス»
それぞれの内容について、例えば「○○実行委員を務めました」という事実だけではPRになりません。
①その活動に参加した理由や背景、②その活動から得たこと、③その活動をどのように活かせると考えるか
の3点を意識して、内容を膨らませてください。この作業を通して自分自身について考えることは、留学してからも必ず役に立ちます。