

笑 顔

☆まあいじかん☆

篠山東中学校 3年1組学級通信

第 69 号

2018(平成30)年12月21日発行

発行者 松田 淳二

明日から冬休みスタート!

様々な行事のあった2学期が終わりました。数々の行事を大成功に収め、素晴らしい篠山東中学校の伝統をつくり上げた2学期は、それぞれが伝えることや心を一つに鍛えあい、つながりあえたこと、先に目を向けて準備をすることの大切さ、時間を意識することや自分ができることを精一杯にやり遂げることの大事さ、まわりの温かさや優しさを感じ、身につけることができました。そして、42人全員で3の1をつくり上げているという意識で、その時々にあったテーマを決め、それに向かって一丸となって挑めたことがとても素晴らしかったです。まだまだ課題はありますが、中学校生活最後の3学期をみんなの進路実現に向けて全員で邁進することと、さらにより良い学校や学級をつくることと、社会に出る準備をしっかりとて過ごせるようにしていきましょう。卒業するまで、今までやってきたことを活用しながら、自分が**本物になる**ために「挑む」ことをみんなでしていきましょう。そのためには、明日から始まる冬休みの過ごし方が大切になってきます。そこでこの冬のポイントを書きますので参考にしてください。夏休み前に書いたものと同じような内容です。中学校生活最後の冬休みを自分のために努力をして1月の実力テストで成果が出せるように内容の濃い冬休みにしてください。みんなならできる。



①早寝をして、睡眠を十分にとり、体調を整える

2学期本当によく頑張りました。この頑張ったことの疲れや暑さの疲れは、体にたまっています。その疲れは、しっかりと睡眠をとることでカバーができます。昼夜が逆転するようなことがないようにしてください。生活リズムをつくりながら体調を整えて過ごしていこう。受験は体力勝負のところがあります。健康に過ごせるように、体と心を休めてください。



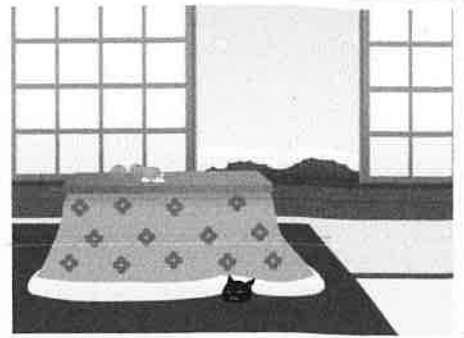
②1日8時間以上は勉強する

9:00~9:50	学習
10:00~10:50	学習
11:00~11:50	学習
12:00~13:50	昼食・昼寝
14:00~14:50	学習
15:00~15:50	学習
16:00~16:50	学習
17:00~20:00	遊び・夕食・風呂
20:00~20:50	学習
21:00~21:50	学習
22:00~22:50	学習

2学期中、部活動がなくなって家でのリズムができてきたと思いますが、時間をかけて3年間の復習や追い込みができるのはこの冬休みしかありません。家だとなかなかできないから、友だちと一緒にとか、図書館に行くとか理由をつけて外で勉強をしようとする人がいますが、基本的には勧めません。私も経験がありますが、人と一緒に勉強をすると話してしまったり、休憩時間がとにかく長くなってしまったりして全然進まないことが多かったです。夏休みに提案した時間の使い方をもう一度載せますので参考にしてください。あくまで目安ですが、進路実現のためにこれ以上の取り組みをしてください。ポイントは、夕方以降に3時間以上学習することです。これを身につけておけば、3学期以降の家庭生活の習慣を身につけることにつながります。ぜひ取り組んでください。宿題を早く終わらせて、3年間の問題でミスしたものをできるようにして、今までやってきた実力テストと過去問を繰り返しやりながら、1月の実力テストに向けての取り組みをしてください。学習の方法は、2学期に話したものを参考にしてください。しんどいかも知れませんが今がやるべきです。やってみよう。

③元旦に自分の進路について決意する

2学期の懇談で進路の方向を決めました。あとは前に進んでいだけなので、元旦に進路についてもう一度決意を固めてください。みんなの進路実現に向けての強いエネルギーがあれば、それに向けての努力ができます。そうすることでより実力を伸ばしていくことができます。自分の進路を自分の努力と心で実現させよう。



④リラックスできる時間をつくり、心をリフレッシュする

疲れているのは、体だけでなく、心も疲れているはず。体だけでなく心もしっかりとリフレッシュしてください。勉強時間を確保しながらも、リラックスする時間も作って、けじめをつけながら毎日を過ごしていこう。読書をするとか、好きな音楽を聴くとか、心に栄養をしっかりと与えてください。

⑤個を強くする（甘い誘惑に負けない）

長期休みになると気が緩んでしまいがちですが、そんなときこそ気を引き締めて生活をしてください。”これくらいはいいだろう”や”ちょっとくらいいいだろう”という気持ちが思わぬ事故や事件を起こしてしまうときがあるので、今の自分を失わないで、自分を律しながら前向きで非のない生活をしてください。個を強くして、何事にも動じない個をつくりあげてください。

⑥まああるいじかんを意識する

残りの中学校生活を充実させるために、この冬、もう一度これを意識し直して生活してください。自由な時間が増えるからこそ、原点に戻って生活をしてください。自分で自分の管理を上手にすることがとても大切です。自分で考え、行動する時間を増やしてください。それは、社会に出てから役に立ちます。長い休みだからこそ、今まで身につけてきたまああるいじかんを意識しながら生活してください。

1月7日（月）始業式の予定

1. 始業式・全校集会
2. 席上揮毫大会（習字道具、教科書、練習用書初め用紙、新聞紙）
3. 学活（冬のしおり、筆記用具、チャレンジノート、提出課題）

1月8日（火）【給食開始】

実力テスト



冬休み中、この6つのことを意識できた人は、いい3学期のスタートを迎えることができるでしょう。とにかくこの冬休みが勝負です。自分の進路実現のためにしっかりと時間をかけて過ごしてください。そして、大きく成長してください。3学期は、中学校生活最後の学期になります。その準備に必要なことを冬休み中に、自分の中で蓄えておきましょう。42人がいいスタートを迎えるために全員でやりきろう！！お互いの進路の実現のために励まし合い、支え合いながらチームとして過ごしていこう。体には十分、気をつけて充実したい冬休みを過ごしてください。1月7日に冬休み頑張った自信が溢れる笑顔でみんなに出会えることを楽しみにしています。**提出課題は範囲をすべてやりきって忘れずに**持ってきてください。みんなならできる。

何かあれば学校に連絡をしてください。（TEL 556-3781、FAX 556-3981）

最後に神戸地区の野球部の先生に聞いた言葉で心に残っている言葉を紹介します。

夢あるものに 目標あり 目標あるものに 計画あり

計画あるものに 行動あり 行動あるものに 成果あり

成果あるものに 喜びあり

思いは叶う 努力する人間を 運命は裏切らない

逆境の中でも 道は開ける 思いは叶う

努力をしたことは必ず報われると感じる詩です。私の経験上、何事も根気強くやり続けられないと、中途半端に終わってしまうことが多いです。**すべては心で決まるのです！！**『ちょっとくらいいいか』や『これくらいいいか』という甘い持ちに負けない強い気持ちで毎日をご過ごしてください。必ずその気持ちが、みんなをまた大きくして、進路の実現に向けて確実に前進できるはずですよ！！

来年が、みんなにとって更に実り多き1年になりますように心から願っています。体に気を付けて、いい冬休みを過ごしてください！！

最後になりましたが、保護者の皆様、2学期も本校の教育活動にご理解、ご協力いただき誠にありがとうございました。おかげさまで、生徒たちとともに大きく成長することができました。3学期もできる限りの努力をして生徒たちの成長を保護者の方と見守っていこうと考えておりますので、今後とも本校教育活動にご理解・ご協力のほどよろしくお願いいたします。

