

今日は、1学期終業式！ さあ、夏休み!!どう過ごす!?

今日、1学期の終業式を迎えました。いよいよ夏休みが始まります。

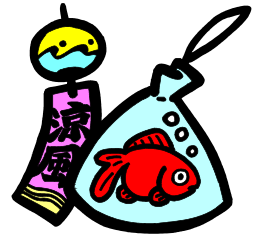
7月18日から数日間は、中体連の三河地区予選・通信陸上三重大会があります。運動部の人にとっては、今まで練習に励んできた成果を発揮する時がやってきました。全力を出し切り、いい形で後輩たちにつなげられるようにしていきましょう。

また、この夏休みは様々な高校の体験入学や学校見学会、オープンキャンパスなどがあります。自分の進路決定に向けて、少しずつ情報を得ていってください。

中学校生活最後の夏休みは、45日間あります。この45日間の夏休みをどのように過ごすべきでしょうか。「時は金なり」ということわざがあります。学年集会でも話されたように、時間は一人ひとりに平等に与えられているものです。しかし、その使い方によっては中身がまったく違うものになってしまいます。同じ45日間、自分を大きく成長させられる人もいれば、だらだらと過ごしてしまう人もいるかもしれません。言い換えると、進路決定に向けてどのような生活を送るかは、あなた次第なのです。

まずは、しっかりと「目標」を持ち、その「目標」達成のために、「計画」を立てること。そして、その計画を「実行」し、その都度「振り返り」ながら、「軌道修正」をすることがとても大切です。その中から、次の新たな「目標」を持つことができます。

この夏休みを、日々自分を向上させてくれる貴重な時間ととらえ、挑戦していきましょう。



～夏休みの過ごし方～

① 規則正しい生活をしよう！

夏休みを健康に過ごすためには、「早寝、早起き」が基本です。家では、チャイムは鳴りませんが、自分なりの生活パターンを決めてメリハリのある生活を過ごしましょう。健康や体調管理にも気をつけてください。



② 目標をもって学習に取り組もう！

学習は、大きな夢（目標）と小さな目標を組み合わせることが大切です。自分の進路や将来を考えていく上で、「〇〇という職業につきたい。」「〇〇高校で、〇〇を学習したい。」という大きな夢（長期目標）は、自分のやる気を持続させていくためにとても大切です。そして、短期間で達成できるような「今度の実力テストでは、〇点以上取りたい。」「今週中に、夏休みの宿題をやり終わるぞ。」といった小さな目標（短期目標）も立てましょう。それこそが、大きな目標に向けての大切なステップになります。これらが上手にかみあった時、本物の「実力」が身につきます。

今年の夏休みは、大きな目標に向かって自分の進路を切り拓く大事な期間です。もう一度、自分自身の大きな目標を明確にしなが、小さな目標をしっかりと立て、学習に取り組んでいきましょう。

③ 家族の一員として、夏休みにしかできないことを何か1つ挑戦しよう！

夏休みが終わったとき、学習以外に何か1つ「〇〇を頑張ったな。」「〇〇をやりきれた。」という満足感をぜひ持ってほしいと思います。みなさんは、進路決定に向けて今後大切な時期を迎えます。その進路を決定して行く上で、家族に相談したり、励ましてもらったり、支えてもらうことが今後たくさんあると思います。

また、学習だけの生活では、自分中心の考えに陥ってしまい、逆に学習効果にマイナスになってしまうことがあります。毎日できる簡単なお手伝いでも、何でもかまいません。長い夏休みだからこそできることに何か1つ挑戦し、心の余裕を持てるようにしましょう。

9/1 (火)

1. 始業式 (制服)
2. 学活
3. 避難訓練
4. 体育祭生徒会種目練習
昼食 短学活

<持ち物>

デイリーノート スリッパ 体育館シューズ
9/1の提出物(P.8参照) 朝読の本
体操服 筆記用具 夏休みの生活(しおり)
昼食 お茶かスポーツドリンク タオル

《9月当初の予定》

- 9/2(水) 実力テスト・第1回係別会議・縮小生徒議会
9/3(木) 体育祭日課開始
9/5(土) PTA 除草作業(3年2組・1年)
9/6(日) PTA 除草作業予備日
9/12(土)~14(月) 科学展・社会科展
9/16(水) 体育祭(雨天水曜日課)
9/17(木) 体育祭予備日
9/26(土) 土曜授業(グリーンネットモデル講座)

<保護者の皆様へ>

先日の三者懇談会は、暑い中ありがとうございました。今年の夏休みは、進路決定に向けて大変重要な期間となります。今後ご家庭で、お子さんと向き合って、進路についてじっくりと話を深めて頂けたらと思います。夏休み中に何かございましたら、遠慮なく担任あるいは学校までご連絡下さい。