



宮崎県立都城泉ヶ丘高等学校附属中学校学校だより 第15号(H22.7.16)

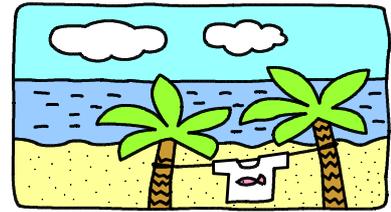
宮崎県都城市妻ヶ丘町27-15

TEL: 0986-23-0223 FAX: 0986-24-5884

校長 大竹 正純

# 質実剛健

「実力と気品をそなえ、たくましくあれ！」



## 長期休業中こそ本当の力が試される！

めまぐるしく過ぎた1学期間もいよいよ終了し、長期の夏休みが始まります。

これまで本校では学校生活を通して、あるいは教科や学級指導を通じて、生徒たちの「自分の生活を見つめ改善を図る力」「自分で学習する力」を培ってきました。心身のリフレッシュを図ることはもちろんのこと、長期休業期間でしかできない体験や学習などを行うことが夏休みのねらいとなります。是非、全ての生徒が目的意識を持ち、充実した夏休みを過ごしてほしいと思います。そのために各ご家庭ではお子様と夏休みの過ごし方をじっくり相談し、計画的に過ごせるようにご協力をお願いいたします。

## 充実した夏休みの生活のために

- 生徒面から -

明日から夏休みに入ります。この長期休業ではこれまでの学校生活でたまった疲れを十分にとり、心身のリフレッシュを図るとともに、「夏休みの計画」の中で各自が立てた目標達成に向けて毎日過ごしてほしいと思います。

### 最初の3日間が勝負！規則正しい生活を

長期休業中は、夜更かしや朝寝坊になりがちです。まずは生活リズムを整え、規則正しい生活を心がけることが第一です。「朝食をしっかり食べることも大切なことですね。また、時間があるからといって一日をだらだらと過ごしてしまって、学習など、やるべきことが後回しにならないように気をつけたいものです。「最初の3日間を良い生活リズムで過ごせるかどうか」で、この夏休み全体の充実度が決まります。毎回、「この夏休みこそは」と思いながら失敗続きの人は「3日間の大切さ」をしっかり意識してください。

### 誘惑に負けるな！

夏休みに開放感から、心の隙(すき)も生まれやすくなります。皆さんのまわりには、危険がたくさん潜んでいます。ちょっとした気の緩みから、知らず知らずのうちにトラブルに巻き込まれてしまうこともあります。それらは「携帯電話、メール」が絡んでいるものがほとんどです。危険な世界に興味本位で足を踏み入れると、後で取り返しの付かないことにもなります。誘惑に負けない強い気持ちをもってほしいものです。

### 自分自身をゆっくり振り返る時間を持ちましょう

学習、部活動、習い事や塾など、なかなか忙しい毎日を送っている人が多いようです。今日でようやく一息といったところでしょう。比較的時間のとれるこの機会に、これまでの自分自身を振り返り、頑張ったこと、改善が必要なことについて点検し、心のメンテナンスを行ってください。

例えば次のことについて、じっくり振り返ってみてはどうでしょうか。

- ・この4月から、自分が頑張ろうと決めてことを継続して行っていますか？
- ・身だしなみやあいさつなど、社会で必要となるルールやマナーなどについて、その大切さを理解し気をつけようと努力してきましたか？「自分さえ良ければいい」「自分さえ楽しければいい」という身勝手な気



クラスレクリエーション

持ちに負けず、自分の気持ちをコントロールできましたか？

- ・自分に起こったことは自分で判断し、考えて行動することができましたか？何でも親に頼り切っていませんでしたか？
- ・友だち付き合いが、互いにプラスになる考え方や行動に結びついていましたか？励まし合い、高め合う人間関係になっていましたか？

最後に保護者の皆さまにお願いします。今の社会は、子どもたちにとって非常に危険な場所や誘惑が数多く存在しています。中学生は背伸びしたい年頃でもありますので、本人や私たち大人の気付かないところで知らず知らずにそうした危険な領域に足を踏み入れてしまう恐れがあります。特に全国的に問題になっている携帯電話やインターネットにかかわる生徒間のトラブルについては多いようです。「我が子に限り大丈夫」ということではなく、お子様の小さな変化を見逃さない親としての目をもっていたいただきたいと思います。特にこの夏休み期間、お子様の交友関係の把握や外出先、帰宅時間の確認や約束を行うことが、大切な我が子をしっかりと守ることにつながります。

また、学校生活や将来の夢、日常生活での悩みなどについても、お子様からの話に耳を傾け、時には人生の先輩としてアドバイスをしていただくなど、この機会に家庭でのコミュニケーションをとっていただければと思います。よろしくお願いいたします。

## 夏休みの学習について

- 学習面から -

「ペンだこができるまで勉強してみよう！」

この夏休み、学習に関しての評価基準を、「ペンだこできたか？」にしてみてもどうだろうか？

学習は、ただ字面を追っているだけでは、中々身に付くものではないと思います。五感を使って、繰り返し繰り返し行うことが基本です。勉強の基本は、「書くこと」です。テストを解くのも書くことが主体です。次の2点を参考に、1日トータル3時間の学習時間の確保を目指し、充実した夏休みを過ごしてください。

### 勉強スタイルを確立せよ！

問題集をやって答え合わせして、それで終了している人、いませんか？間違えたところを分析する（なぜ間違えたのか？どうしたら正解になるのか？）ことなしに、その後の実力UPは望めません。「勉強する」「試す」「身に付ける」の勉強スタイルを繰り返ししましょう。特にここでは、「身に付ける」段階が重要です。理解できるまで教科書を読んだり、覚えるまで単語や語句を書きまくる努力が必要になるのです。

### ブレイクスルー（突破口）を目指せ！

人は努力しても、最初はなかなか成果が見られないが、継続していれば時期を境に急激に伸びるのだそうです。それが、ブレイクスルーです。ブレイクスルーは、100日、または、100回転続けると見えてくることが多いようです。そうなると、自分との戦いに克てるかがカギです。3か月90日間、頑張ってもなかなか成果が見られなかったとします。でも、4か月くじけなかったらどうだったかな？それがブレイクスルーを目指すということです。

以上の2点を意識して本気で取り組めば、夏休みが終わる頃、中指のペンだことともにテストで何かしらの手応えを感じるはずですよ。



フィルター先生との別れです！

## 附属中学生の輝き！

< 数学検定試験の結果 >

- 準2級（高1終了程度） 1名（新田海斗）
- 3級（中3終了程度） 2名（新田源斗・桑畑和希）
- 5級（中1終了程度） 3名（渋谷周平・廣田佳穂・森山陵）
- 6級（小6終了程度） 17名（入江彩花・小野陽正・尾前勇向・興梠七海・佐藤咲希・末吉穂乃香・茶谷瀬那・鳥集佑子・西川竜星・濱田晏壽・原口龍紀・松元亮・溝口凱斗・湯地晃太郎・吉川猛留・吉永愛里彩・渡邊美波）

