



# 湊中だより第7号

唐津市立湊中学校

〒847-0133 唐津市湊町594番地

Tel 0955-79-0009 Fax 0955-79-0016

— 令和元年7月17日発行 —  
文責 校長 江口孝之 (えぐたか)

## 唐津地区中学校夏季総合体育大会 (中体連地区大会)

本校からは、軟式野球 (佐志中と合同)、女子バレーボール、男子ソフトテニス、女子卓球の4競技に出場しました。

仲間と共に、最後までベストを尽くそうと努力しました。



**柔道は、県大会に出場します！**

各部活動は2年生を中心とした新チームに移行します。新しいチーム作りにも期待したいです。



# 夏を制する者は、受験を制す

3年生は、いよいよ受験モードに突入します。

「受験はまだまだ先の話」と思ったら大間違い。夏の取組が左右します。

3年生には次のような話をしています。

「夏を制する者は、受験を制す」という言葉は本当だ。

夏を制するとは・・・

- 1 5教科全ての教科を毎日勉強すること。  
たとえ20分でもいい。「今日は〇〇の勉強をしなかった」という日をつくらない。
- 2 各教科の1日のノルマを決めること。  
1日のノルマ = 夏休みにやるべき量 ÷ 日数
- 3 毎日同じ生活をする事 = 判で押したような規則正しい生活  
とくに3点固定 = 起きる時刻、勉強開始時刻、寝る時刻を固定する。  
もう一つのありきたりな言葉 「継続は力なり」 これも正しい!

| 6:20              | 8:00            | 12:00    | 13:00 | 15:00 | 16:00 | 18:00          | 20:00 | 22:00 |
|-------------------|-----------------|----------|-------|-------|-------|----------------|-------|-------|
| 起床<br>ラジオ体操<br>朝食 | 学習<br>※休憩を入れながら | 昼食<br>自由 | 学習    | 昼寝    | 学習    | 自由<br>夕食<br>風呂 | 学習    |       |

- 4 頑張った自分へのごほうびを忘れないこと。  
毎日の自由時間とか昼寝の時間でリフレッシュ。  
週1回(たとえば日曜日)は勉強しない日をつくる。
- 5 「明日からします。」という者は、明日になってもしない。  
「自分よ、今やらずにいつやるのか。」

## 佐賀新聞に取り上げて いただきました

～北方悠誠選手への応援横断幕～



(令和元年7月4日付佐賀新聞記事)

横断幕は、生徒会役員から北方選手のお父さんにお渡しします。