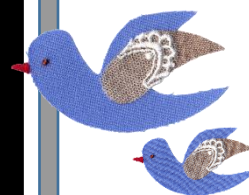


進路指導だより

まなび

第2号

2023, 5, 2 発行
佐賀県武雄青陵中学校
総務部



明日から5連休です

新学期がスタートしてから1か月が過ぎました。新しい学年、新しいクラス、新しい役割など…4月は、学校生活に慣れているはずの2・3年生でさえも、戸惑いや緊張の毎日だったのではないのでしょうか。先日は、6年ぶりの中高合同開校記念遠足が実施され、清々しい5月が始まりました。山々の新緑のごとくまぶしい成長がみられるみなさんですが、見えない疲れが潜んでいるかもしれません。明日から始まる5連休で心と体を休め、心身のバランスを整えましょう。

心身の休息に睡眠は欠かせませんが、生活リズムを崩すような睡眠のとり方は逆効果です。生活のリズムは崩さず、自分のペースで学習をすすめていくことで心身のリラックス効果が期待できますよ。

自由な時間をどう使うかが自分の判断に委ねられるゴールデンウィーク。有意義な時間が過ごせたらよいですね。

5月11日(木)・12日(金)は1学期中間テストです

1年生は5月11日(木)のみ国語・英語・数学の3教科、2・3年生は5月11日(木)・12日(金)の2日間で国語・英語・数学・理科・社会の5教科のテストが行われます。定期テストは、授業で学んだことがどれだけ身についているかを確認するためのものです。テスト範囲が示されていますので、十分に準備をしたうえでテストに臨みましょう。

初めて定期テストを受ける1年生は、テストに向けての準備の仕方も身につけなければなりません。「テストの準備」とは、もちろんテスト範囲についての学習なのですが、最も大事なものは学習に向かう姿勢です。つまり「テスト勉強の準備」が必要なのです。

【今すぐ始めるテスト勉強の準備】

- ①学習環境を整える。・・・家庭で学習に適した場所を確保しよう。つつい気になるTVやスマホ・ゲームなどの電子機器は物理的に遠ざけるのが賢明。
- ②学習時間を確保する・・・一日のなかでの学習開始時間を決めよう。学習の「質」を高めるためには、学習の「量」が必要。特に、テスト1週間前は学習中心の計画への見直しを。「テスト勉強の準備」が整ったら、さっそく「テスト勉強」を始めましょう！

■**学習委員長・副委員長**さんが昇降口前、購買部前に「**テスト前カレンダー**」を掲示してくれています。学習効果を高めるためには、モチベーションを高める工夫も必要です。この「テスト前カレンダー」は、みなさんのモチベーションを高める手助けをするためのものです。目の前の「課題」に対して、不安になったり、逃げたり、あきらめたりする選択肢もありますが、「やる気をだす」選択をすることもできます。選択するのは、自分自身です。廊下で「テスト前カレンダー」をみて、みなさんが「やる気を出す」選択をしてくれることを願っています。