

# 蒼空(あおぞら)

～いつも上を向いて歩いて行こう～



## 全会津中体連中止

全会津中体連大会は、12日に行われた臨時評議会の決定を受け、中止となりました。理由は新型コロナウイルスの感染拡大が終息までに至らない現状を踏まえ、子ども達の安全を確保し安心して競技に取り組めるだけの環境を十分に整えることは困難と判断したことが理由です。1年生にとっては、短い期間だったとはいえ、練習の成果を発揮する機会を一つの失ったことは大変残念です。ただ各競技において、中体連大会にかわる代替え試合を行う方向で進んでいます。1年生が、出場できる機会は少ないかもしれませんが、ぜひ3年生のひたむきな姿を目に焼き付け、その姿に少しでも近づいていけるよう頑張ってもらいたいと思います。



## あらためて体調管理に気を付けましょう！

中学生の時期は、精神的にも肉体的にも著しく変化していきます。大きく成長するこの時期は、エネルギーや栄養素の必要量が増加し、男女差が大きくなります。生徒たちが健やかに成長していくためには、適切な運動、バランスのとれた食事、十分な睡眠など、規則正しい生活習慣が必要です。

しかし、「頭が痛い」「お腹が痛い」「なんとなくだるい」などと訴えて保健室へ来室する生徒も出てきました。数は少ないものの、普段の友人同士の会話の中に「なかなか寝付けず、2時すぎまで起きていた」「友達とラインをしていた」「時間がなくて朝ごはんを食べてこなかった」など、生活習慣の乱れにつながりかねないようなことが聞こえてきます。生活習慣の乱れは、学習意欲、体力、気力の低下の要因の一つとして挙げられます。また、全国的にもスマホやパソコン・ゲーム機などの電子機器の普及による、子どもたちの心身への影響が危ぶまれています。各部活動で大会に向けての練習が本格化していますし、2週間後は定期テストも予定されています。あらためて体調管理に気を付けていくことが望まれます。

## 定期テストの試験範囲表が配布されました

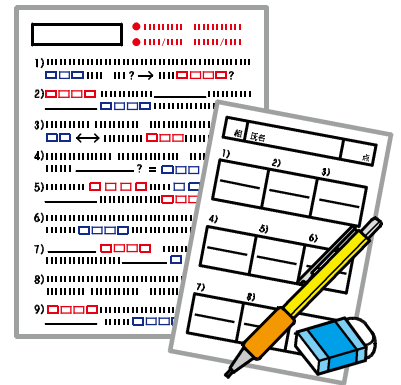
7月3日(金)定期テストが実施されます。それを受けて2週間前にあたる19日(金)に定期テストの出題範囲表を配付しました。小学校時と違い、中学校では、単元末テストの他に、定期テストが4回あります(1学期末に1回、2学期は10月、11月末に2回、3学期は、2月中旬に1回)。出題範囲がこれまでのテストとは違って、かなり広がります。学校では、学習方法についても右上の2点を指導していきます。



## 授業に集中!

二度と同じ授業はしてくれません。「少しぐらいならいいだろう」と、おしゃべりしたり、ボーっとしたりすると、それがつまずきになり、授業がわからなくなります。

- ★授業準備を確実にする。(忘れ物をしない!)
- ★先生の説明をしっかりと聞き、先生の指示に従って学習する。
- ★ノートを速く読みやすく書く。(復習に困らないように!)
- ★積極的に発表する。
- ★授業に集中する。(私語をしない!)



## 家庭学習とテスト勉強

日ごとの家庭学習は、1日2時間を目標にしましょう。また、テストが近づいたらテスト勉強の時間が必要です。

- 1 テスト範囲表を見て、勉強の計画を立てよう。テストが始まるまでの1週間、いつどの教科のテスト勉強をするのかを決めて、取り組むことが大切。苦手教科には、特に時間をかけよう。
- 2 教科書・ノート・ワーク・プリント類を確実に復習しよう。  
(授業や家庭学習の努力で、成績が決まる。)
- 3 わからないところは、放課後等に教科の先生に質問しましょう。

## ★来週の予定★

日	曜	学校行事など	1	2	3	4	5	6	給食	清掃	SB
22	月	「メディア外週間」提出	国	社	英	道	理	技	○	○	18:15
23	火	救急救命講座②	理	保	数	国	美	英	○	○	18:15
24	水	職員会議	理	国	数	保	社	一	○	×	15:10
25	木		理	数	英	美	社	音	○	○	18:15
26	金	スクールカウンセラー来校日	社	国	数	保	学	英	○	○	18:15
27	土	新体カテスト①～③ ジャージ登校可	保	保	保	一	一	一	弁当	×	15:15

