

Forest

秦野市立渋沢中学校 第3学年通信 第5号

2011. 7. 20 発行

夏休みの学習と生活

中学生最後の夏休みですね。

楽しみなこと、つらそうなこと、いろいろなことができる長い休みです。ただ、「長い」と思っているとあっという間に終わりが近づき、宿題を思い出して憂鬱になるのも夏休みです。

今回はそれぞれの先生の長い休みを過ごすポイントと、中学3年生の夏休みの学習についてもきいてみましょう。

やりたいことをやるのも大切！

7月は高校で野球をやりたいかったので平塚球場^{ひらつか きゅうじょう}に行って高校野球を観戦し、受験のモチベーションを高めました。8月の前半は朝5時から大磯港で釣りをしていました。9時から12時くらいまで涼しい図書館で勉強と読書をして、家に帰って甲子園を見ていました。8月20日以降は、切り替えて本格的に入試の過去問を解き、わからないところを研究していました。(柳田)

ごほうびを用意する

「頑張ったあのごほうびを用意する」という方法で学習に取り組みました。ず〜っと、ダラダラやっても集中できないので、「ワークを10ページやったら、シュークリームを食べる」などのように、ツラさを乗り越えると良いことがある！という環境を用意して頑張りました。

話は変わりますが、今年の夏は節電の夏！なのでベジビズ(ベジタブルビズ)で暑さに負けず、おいしく、健康に過ごしてくださいね。(橋本)

短時間集中！！

夏休みは、朝と夜の涼しい時間帯に(短時間に限る)集中して勉強してました。夜は、テレビを見たい時間帯ですが、親が消してくれて(ムリヤリ?)、自室で静かに(ときどきヨダ〇が…)勉強できました。ただし、昼間は、遊んでいました。息抜きも大事です。…規則正しい生活リズムと、自分がどの問題集をどの日に行うのか、はっきりさせておくこと。こなしていけば、やってきたことが積み重なって、自信もつきます。(宿題以外に)何をやっていいかわからない人は、聞きにきてください。要領良く、クリアして行ってください。(福重)

早起き！！

夏休みの過ごし方のポイントは……『早起き！』これは去年も書きましたが、絶対です。暑くなつてから、何かを始めるのはつらい。午前中から動き始めることです。勉強はというと、浪人していたときの夏は、図書館の自習室に結構お世話になりました。家にいると、テレビやマンガといった誘惑に負けてしまうので、ちょっと受験生って気分になって勉強してたかな。そういえば、中3の夏休み、学校のプールに5回以上来るっていう宿題があったなあ。(大津)

宿題を早く終わらせる。

部活動で夏休みをほとんど費やしていたので、たくさん家庭学習をした記憶がありません。ただし、夏休みの課題（宿題）は夏休みに入っただけ早く終わるようにしていました。そうすると安心して2学期が迎えられました。（小林）

継続は力

水泳部に所属していて、塾や夏期講習に行った覚えもありませんが、家では朝夕涼しいうちに1.5時間程度の学習を毎日続ける努力をしていました。私の場合、好きな科目と苦手な科目をセットにして、（漢字を20分＋数学1時間位という具合に）効率よく学習できるように計画を立てていました。（小清水）

計画は綿密に

計画どおりにいかなかったら、立て直すゆとりをもって学習しましょう。私は卓球部だったので、午前中は卓球をやり、午後はプールで泳ぎました。受験は最後は体力勝負なので体もきたえましょう。健闘を祈ります。（東島）

うすい問題集を1冊がんばる。

苦手な教科をなんとかするのなら、やはり長い休みの間が良いと思います。うすい問題集を買って1冊やりきると、自信がつくと思います。運動部の人は大会が終わってしまうと、しばらく気が抜けてぼんやりすごしてしまうかもしれません。早めに気持ちを切りかえて少しずつ1,2年生の復習ができるといいですね。（小野寺）

☆ いかがですか？ 参考になりましたか？

☆ 夏休みの初めの方（または入る前）にやっぱり目標をたてましょう。目標はちょっとがんばればできるものが多いです。

そして目標の80%達成できたら、いいのです。

☆ 計画の方も計画を変更できる余裕を1週間に1日はつくっておきましょう。調整日としておいて、その日までに予定通りすすんだら、調整日はお休みです。

☆ しかし、夏は暑い！ だから学校が休みになります。図書館の自習室などを上手に利用して節電の夏を乗り切りましょう。

！！注意！！

*校舎の水道水は、屋上のタンクから来るので、**休み中はお茶や水、スポーツドリンクなどをもってき**ましょう。（クラブハウス横の水道は大丈夫です。）

*自分の**持ち物はすべて家庭に持ち帰り**しましょう。ほこりだらけにならないように、ご家庭で管理をお願いします。