

「未来を創造し、社会に貢献する人材の育成」

2019年度 柳津町立会津柳津学園中学校

# 学校だより

令和元年6月21日(金)発行 第 11 号 発行責任者:高橋 弘悦

## 期末テスト迫る！

来週からテスト前1週間になり、テスト期間に入ります。中体連の諸行事が一段落しましたので、いよいよ本格的にギアチェンジし、学習優先モードとなります。

中体連大会への取り組みで、精神的な成長を成し遂げた本校生徒ですので、次はその精神力を学習に生かして欲しいものです。特に1年生は、初めての定期テストとなります。ここでどのような準備勉強をするのが、これからの中学校生活に大きくかかわってくると思いますので、しっかり計画を立てて全力を尽くして欲しいと思います。

### 《 テスト勉強を充実させる5つのコツ 》

#### コツ1～とにかく始めてしまう

机に向かうまでがなかなか難しいのです。「何から始めようか・・・？」といろいろ考える前にとにかく机に向かうことです。



#### コツ2～ゴールを決める

机に向かったら「今日は英語のワークを1ページ終わらせる」「漢字を10個覚える」等のように目標を決めたり、「〇〇時までこれを終わらせよう」といった時間制限を決めましょう。ゴールを決めることで集中力を高めることができます。

#### コツ3～「ながら勉強」はぐっと我慢！

テレビを見ながら、音楽を聴きながら・・・といった「ながら」勉強は一見何でもなさそうですが、実際には集中力が途切れて学習効果が上がらないことがわかっています。部屋や机などの整理整頓も必要なことです。

#### コツ4～五感を使う

教科書を開いて目で読むだけでなく、音読をしたり、線を引いたり、ノートに書いたりするなど、手・口・耳など体をフル活用して取り組むと定着率が上がります。

#### コツ5～分からないことをそのままにしない。

「聞くは一時の恥、聞かぬは一生の恥」ということわざがあります。分からないことをそのままにすると、当然その問題は解けません。付箋などに質問を書き出して置いて、翌日に質問しましょう。

# 食について考える

6月は、食育に対する理解を深め、積極的に食育を促進することを目的とした「食育月間」です。また、県教育委員会では、毎月19日を「食育の日」と定め、子供たちの望ましい食習慣を形成するために、生活リズムを改善して1日3食バランスよく食事がとれるようさまざまな運動に取り組んでいます。

このことに伴い、本校では17日に給食センターの栄養士さんをお迎えして、食について講話をいただきました。



東日本大震災後、福島県では肥満傾向児の出現率が増加する一方で、痩身傾向児の出現も問題となっています。保護者の皆様にも、家庭における望ましい生活習慣の確立や食育の推進に努めていただきますようよろしくお願いいたします。

## カフェ勉強？

最近、街中のカフェや本屋さん、図書館の閲覧スペースで、一心不乱に勉強している中高生の姿を見かけるようになりました。「勉強嫌いが増えている」という話も聞いていたので、このような姿を見るととてもうれしくなります。



通信教育を運営するベネッセの分析では、カフェ勉強のメリットを次のようにまとめています。

- 【メリット1】 お金を払った分勉強するモチベーションになる
- 【メリット2】 適度な音が流れている
- 【メリット3】 家と比べて誘惑が少ない
- 【メリット4】 リラックスして勉強できる
- 【メリット5】 勉強する場所を複数確保できる

会津若松市の稽古堂自習室はいつも満席です。大勢の人がいるにもかかわらず、ほとんど物音がせず、ページをめくる音やペンを走らせる音が心地よい空間となっています。このような空間を、本校にも出現させたいものだと思っています。

前提となるのは、自習しようとする人が1人でも2人でもいること、そして自習している人を尊重し、邪魔をしない思いやりが周りにあることです。

本校では、廊下に机を並べ、自習スペースを確保しています。これらを活用し、テスト前1週間となる来週は、学校全体が学習空間になることをめざしたいと思います。