

一致団結

目標達成に向かえ！

道徳の時間、レスリングの吉田沙保里選手の物語をもとにして、個人の目標を決定しました。**長期目標**を達成するために、**短期目標**を決め、目標達成する上での**問題点**とそれの**対処法**をそれぞれ考えました。その一部を紹介します。

【長期目標（1年後の自分は・・・）】 ○○高校に入学する。△△高校に合格している。

【短期目標（目標達成のために1ヶ月後までにやること）】

2年の英語の文法をマスターする。数学の図形を克服する。学校でやったことを帰ったらすぐに復習する。

早寝・早起きをする。解き方を自分で調べる。苦手教科を毎日勉強する。勉強を1時間以上やる。

提出物をしっかり出す。休日は1日4時間勉強する。応用問題を4～5問解く。休日の毎やるノートは1日2ページやる。覚えることを表にして部屋に貼る。

【目標を達成する上での問題点と対処法】（※主なもの）

問題点	対処法
ゲーム・スマホ	勉強終わるまで親に渡しておく。隠す。1日1時間にする。
テレビ	録画する。時間を決める。
集中力・やる気	場所を変えてリフレッシュ。音楽を聴く。楽しいことをしてやる気を出す。ご褒美を自分で決める。
疲れ	15分だけ寝る。その日は寝て、次の日の朝やるようにする。

陸上、朝練習開始！

今年度から、両沼中体連陸上競技大会がなくなり、5月15・16日に全会津陸上競技大会が開催されます。その大会へ向け、8:00～8:20の短時間ではありますが、全校生で陸上の基礎練習を今週から行っています。

全会津陸上競技大会は、各種目各校1名までの参加制限となりますが、全員で体力向上目指し、常設部のための基礎体力づくりも兼ねて行っています。選手は3年が中心となります。1・2年生をリードし練習を盛り上げていってほしいと思います。

進路関係情報 下記の通り、学校説明会の案内がありましたので、お知らせいたします。

○福島工業高等専門学校 学校説明会

○日時 令和元年5月18日(土) 13:30～15:00 会津アピオ

令和元年6月1日(土) 13:00～14:30 喜多方プラザ文化センター

○対象 生徒・保護者希望者(各自で参加、学校で引率はしません)

○申込 4月26日(金)までに希望者は、学級担任へ申し出てください。

日	曜日	1	2	3	4	5	6	備考
22	月	振替休日						
23	火	理科	社会	英語	国語	数学	陸上	朝:陸上練習 家庭確認 放課後:陸上練習
24	水	社会	国語	英語	理科	音楽	陸上	家庭確認 放課後:陸上練習
25	木	技術	学活	保体	美術	社会	陸上	2校時:歯磨き指導 家庭確認 朝:陸上練習 放課後:陸上練習
26	金	社会	英語	国語	理科	総合	総合	5・6校時:職業講話 放課後:部活動会 朝:陸上練習