

生徒のみなさんは必ず保護者の方に渡してください。

西尾が丘

令和6.12.24
直方第二中学校
校長 川原 国章
第11号

2学期もよく頑張った！！

2学期を振り返って見ると、中間考査、文化展・合唱コンクール、学力向上推進拠点校指定事業中間報告会、期末考査、2年生修学旅行など、生徒と教職員がよくがんばった2学期でした。特に、合唱コンクールは、文化委員会、合唱リーダーを中心に自主的活動を行い、みんなの心をひとつにできた価値ある学校行事でした。直方第二中学校の伝統をつなぐことができたこと、うれしく思っています。生徒の皆さんとご理解いただいた保護者の皆様に感謝しています。ありがとうございました。



終業式（学年ごと）では、校長講話として次のことを話しました。

1つは、「新年の目標を立てよう」ということです。

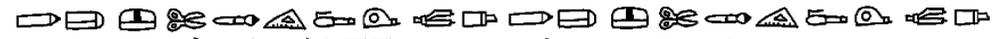
「一年の計は元旦にあり」という言葉をよく聞きます。これは、もうりもとより毛利元就・戦国時代の武将の名言で、（元日は1日1日のこと、元旦は1日1日の朝のこと）「一年間の目標や計画は、年の始めの元旦に決めるとよい、何事も最初に計画や準備が大切であり、はじめの計画ができていないと物事はうまくいかない」という意味です。新たな年の初めの元旦の朝に、目標やめあてを持つことが、その年の充実度を左右するということです。生き方はその人自身の心で決まり、当然、結果はその人の生き方によるものです。その生き方を決める心がぶれないためには、目標やめあてに対しての強い思いが必要です。

特に3年生の皆さんは、今がどれだけ重要な時期か十分に理解していると思います。「な為せば成る、な為さねば成らぬ何事も」を胸に刻み生活してほしいと思います。これは「どんなことでも強い意志を持って行えば必ず実現する、結果が得られないのは成し遂げる意思を持って行動しないからだ」という意味です。強い気持ちを持ち続けるのは簡単ではありませんが、3年生の皆さんならできると思います。充実した生活を送ってください。

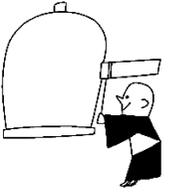
2つは、「家族の一員としての役割を果たそう」ということです。

年末には、大掃除やおせち料理づくり、しめ飾りの取り付けなど、それぞれの家庭でやるべき決まった行事があると思います。きっと皆さんのお家の人は、子どもにも手伝ってもらいたいと願っているはずです。皆さんは、毎日、家族に支えられています。日頃の感謝をこの時期にお返しすることは、皆さんにと

って大切な仕事です。ぜひ進んで家族の一員としての役割を果たしてください。



家庭学習の充実に向けて



家庭学習（塾の時間も含む）に充実に向けて大切なことを2つ話します。

1つは、家庭学習の時間を増やすためにはどうしたら良いかという点です。

それは、勉強時間帯を工夫することです。学習したことを習得・定着するためには、1・2年生は平日1時間30分以上、3年生は平日2時間以上の勉強時間が必要であると言われています。生徒を成績の上位層と下位層に分けて、平日家庭における勉強時間帯について調べたベネッセの調査結果によると、次のことが分かっています。

- どちらの層の生徒も、20時～22時頃の時間帯に勉強する生徒が最も多いこと
- 成績上位層の生徒はそれに加えて「朝食前」や「夕食前」の時間を勉強にあてていること

つまり、ちょっとした「すき間」時間を有効に活用しているわけです。特に、部活動や習い事をしている生徒は、「すき間」時間を上手に使う必要があります。また、疲れたまま集中できずに深夜まで勉強するより、早めに起きて「朝食前」に勉強した方が効率的です。深夜の勉強は、①脳や体の成長・修復を促す「成長ホルモン」の分泌が阻害される。②睡眠不足になると睡眠中に脳の中で起こる情報整理の働きが阻害される。と聞きます。



2つは、より集中して家庭学習するにはどうしたら良いかという点です。

著書「脳が冴える勉強法」によると「運動」「作業興奮」「緊迫感」がキーワードのようです。「運動」は、文字通り体を動かすことで、運動系の機能は脳の表面中央付近に分布しており、勉強前に運動することによって脳に血液が送られ、脳が冴えてくるそうです。「作業興奮」は、机上の片づけ等の簡単な作業によって、小さな達成感や「快」感情が生じ、脳が軽く興奮するそうです。机上を片づけると気分がスッキリして、「勉強するぞ！」という気持ちになったことはないでしょうか。「緊迫感」は、勉強時間を制限することで緊張感が増し、脳が興奮するそうです。朝寝坊をした時「やばい！」と脳が一瞬にして目覚め、慌てて準備し家を飛び出したという経験は無いでしょうか。時間が制限されると脳が活性化し、思わぬ力が発揮されるようです。勉強時間の終わりをあらかじめ設定して、時間に追われながら取り組むことも大切なようです。

これらのポイントを押さえ、1日を計画通り実行してください。

保護者の皆様におかれましても、お子様の家庭学習の充実に向けて、サポートをよろしくお願ひします。