

夏に繁殖したカブトムシの幼虫、数えたら47匹いました…。ケースと土が足りません。



HERO
NEWS FROM 1-2

新発田市立七葉中学校
1年2組学級便り
平成29年11月17日
No. 14
文責 加藤育志

家庭学習時間を増やすために

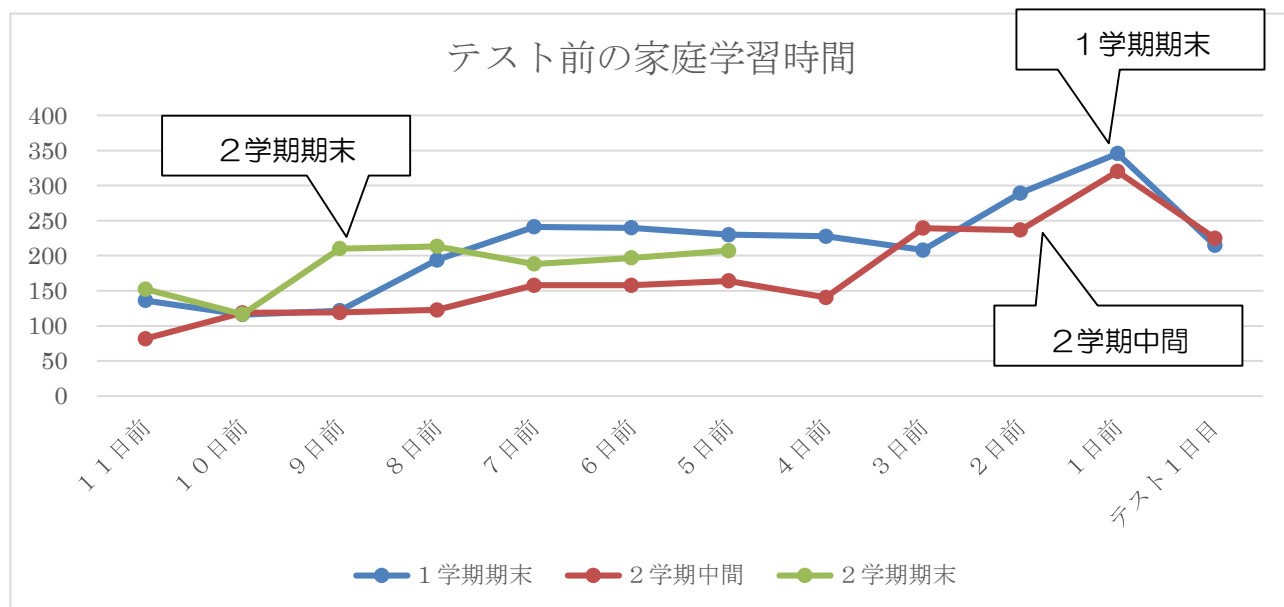
今年最後の定期テストまで、あと3日となりました。学年委員が中心となって「班対抗家庭学習時間対決」を企画したり、放課後学習会を開いたりしています。これまでの家庭学習の経過を見ると、9日前からテストモードに突入し、平均200分程度の学習時間を維持しているようです。デイリーライフの書き込み内容もテストに関わる内容が多くを占め、頑張っている分、寝不足の人が増えています。誰にも平等に与えられた24時間に優先順位をつけてどうやりくりするか、生活のスケジュール管理をする力が大事です。

下校時にはやる気満々でも、夕食を食べ、入浴をすませると1日の疲れが出て、素早く活動が切り替えられなくなる人は多いのではないのでしょうか。そして机に向かうころには眠気のピーク。眠気に耐えながらやったところで、時間ばかりが過ぎ、効率は上がりません。では、その状況を変えるにはどうしたら良いのでしょうか？たとえば・・・

- ・帰宅後、夕食までの学習時間を確保する。
- ・早朝、頭がスッキリしている時間に家庭学習をする。
- ・眠気がこないように学習と動きのある活動を交互にする。

例：学習→夕食→学習→歯磨き→学習→入浴→学習→ストレッチ→学習→就寝

生活のスケジュール管理は家族の状況や体調、ストレスの具合などを考えながら、組み立てていきましょう。そしてこの土日ですべて学習時間が確保できるか！？



<< 学年懇談会ありがとうございました >>

14日の1学年懇談会には多数の保護者の皆様からご参加いただきました。各担当から学習・生活・進路・修学旅行について、お話をさせていただきました。時間の中では話されなかったことや、詳しくお聞きになりたいこと等があれば、担任までお問い合わせください。

<< 生活チェックより >>

項目	点数(4点満点)	達成度(100%換算)
起床	2.32	57.9%
就寝	2.53	63.2%
メディア	2.42	60.5%
朝食	2.53	63.2%
歯磨き	2.79	69.7%
合計(15点中)	12.58	83.86%

10月に行った3度目の健康チェックの結果です。自分が設定した起床時間に起きることができなかった人が多いようです。全体的にはA判定だった人が約8割でした。期末テストが終わった後、反動で生活が乱れないように気をつけましょう。

<< 道徳の授業より >>

道徳の授業で「荷物」という題材を扱いました。タクシーの運転手、山田が田舎から出てきたおばあさんを送迎するやりとりを描いたものです。ぶっきらぼうな接客や乱暴な運転をしていた山田は、おばあさんのことばで自分が恥ずかしくなり、最後にお礼を言うというお話です。ワークシートの一部を紹介します。

- おばあさんはすごいと思う。相手だって大変だということを考えつつ、相手がどうしたら安全に運転をしてくれるかを考えて言ったその一言がすごいと思った。
- 自分はたまにそういう言葉がいやみに聞こえてしまうから、山田が素直に解釈できることがすごいと思った。
- 私もこのおばあさんのように人を思いやる気持ちをもっと大切にしようと思いました。山田がおばあさんのありがたい言葉のおかげで大切なことを思い出せてよかったと思いました。
- イライラすることはあまりよくないことが分かった。相手に刺激を与えずに考えを伝える言葉は大切だと思う。そういうことを言われたら慎重に行動し、言ってくれた人に感謝することが大切。
- 一言でも相手の気持ちを変えられることができることが分かった。
- 相手の気持ちも理解して、優しく接してあげると相手の気持ちが楽になると思った。