

一期一会

千歳市立富丘中学校

2学年 学年だより

2020年5月1日(金)

今は「自分磨き」の時間です!!

臨時休校が続く中、外出の自粛などで、いつもと違うGW(ゴールデンウィーク)を迎えました。しかし、家族と過ごす時間がより多くなるのは例年通りです。この期間は、家で家族とゆったりと過ごしましょう…

こんなに長く休みが続くと、これから先のことに不安を感じてしまう人も多いと思います。「勉強は大丈夫なのか」「2年後の進路は大丈夫なのか」「部活動はどうなってしまうのか」「日常の生活は戻ってくるのか」など…

確かに、このコロナウイルスによる社会生活の混乱は今までに経験のないものです。しかし、時間がかかっても、必ずもとの生活に戻るはず。今まで、日本は災害による大きな被害を何度も受けてきましたが、そのたびに復興を果たしてきました。突然景気が悪くなり、就職難が続いた時期もありましたが、景気を回復させ、もとの経済活動に戻すことができました。今回のコロナウイルスも、みんなが行動を変えることで、普段の生活が必ず戻ってきます。

大切なことは、もとの生活に戻った時に、以前の自分と同じではなく、費やした時間の分だけ成長していなければいけないということです。それは過ぎた時間だけは決してもとに戻らないからです。なかなか先が見えず不安な日々が続きますが、貴重な一日一日を無駄にせず、「自分磨き」のためにこの期間を使ってください。そして、次に登校した時に「自分はここを磨いた!!」と胸を張って言えるようにしましょう。心身ともにひとまわり成長した2年生の皆さんの姿を見ることを楽しみにしています。

～3力を鍛えよう～

体力

成長が著しいこの時期に、年齢にふさわしい体力をつけることが、大人になった時の健康につながります。また運動系の部活動に所属している人は、秋からの新チームでの活躍を目指して、トレーニングに励みましょう。ただし、外での運動は「午後3時以降」「3密を避けること」に留意してください。

読解力

小説や新書など、色々なジャンルの本をたくさん読んで読解力をつけましょう。読解力は国語の力を伸ばすだけでなく、他の教科の問題を読み取る力にもつながります。普段は忙しく読書は後回しになりがちなので、こういう時こそ、活字に親しみ読解力をつけましょう。ゲームやスマホでは、決して身につかない力です。

自己管理能力

目標を設定し、一日の行動を決めて、自分の生活をコントロールしていく力が自己管理能力です。「時間があるから後でもいいや」ではなく、「この時間はこれに使い」「残った時間はあれに使う」など、自分の行動を目標達成のために、マネジメントすることが大切です。ちょうど今休校中ですべての人に同じ時間が与えられています。この時間を自分で上手に使う練習ができる良い期間です。そして、この自己管理能力の差が、将来の進路決定の差につながります。自己管理能力と目標はセットです。目標を持ちながら、自分自身の生活をコントロールできる力を養いましょう。

～休校中の課題の進み具合はどうでしょうか。毎日計画的に進めて、登校再開日に提出できるようにしましょう。また課題だけでなく、自分に必要な学習をプラスさせて、学習習慣を途切れさせないように心がけましょう～