

# 3年 学年通信

# We Can

松洋中学校三年  
学年通信 第三号

# 6月



## レベルアップした自分に、さらなる進化!

◎梅雨の時期になり、雨の日が多く、気温も高くなってきました。この時期は身体がまだ暑さになれていないため、体温をうまく調節できずに熱中症になりやすいです。体調を崩さないように、自己管理を徹底しましょう。特に水分補給は大切です。水筒は忘れないようにしましょう。

◎五月はGW明けに第一回習熟度テストがありました。どうでしたか、二年生の時から『整理と対策』に取り組んできた成果はできましたか?習熟度テストは範囲も広く、一夜漬けなどでは十分な対策はできないと思います。やはり日々の積み重ねを大事にして、次回(六月十日)に備えて欲しいです。

◎人生は「やる気」しだいで思い通りになる、と提唱する星渉の本『神モチベーション』を知っていますか?「やる気の壁」を突破する超一流のコツ。それは、脳の欲求の優先順位を知って、自分のやりたいことに「脳」を集中できる環境を整えることだそうです。体調を整えないと「脳」は味方になってくれません。

◎自分を変えるのは、あなた自身です!あなたが「動かなければ」変わることはありません。少しずつ意識してみませんか?意識するだけでも、レベルアップした自分に出会えるかもしれませんよ!

### すぐできる! 「やる気の壁」突破する「壁トレ」

#### レベル1 体調を整える

—体の状態はやる気、パフォーマンスに直結する!

#### レベル2 電信柱の数を数える

—普段、気がついていないことに気がつけるチャンス!

#### レベル3 「即」できた!のフィードバック3日間

—自分で自分を褒めて、自信につなげる!

### ~夏服完全更衣開始~

完全更衣は明日から始まります。制服の正しい着用を再確認してください。

男子…シャツをズボンの中に入れる。

ベルトを必ず付ける。

女子…シャツをスカートの中に入れる。

スカートの長さはひざ程度。

※男女ともポロシャツの下は、

白・黒・紺・グレーの無地のものとする。

### ☑️テスト前チェック

#### ★6月10日(金) 第2回習熟度テスト

※以前も伝えましたが、習熟度テストは、自らの学力を自己分析するために有効的に利用することができます。しっかり勉強を積み重ね、進路選択の目安にしてください。

#### ★6月29日(水)・30日(木) 7月1日(金) 期末テスト

- 一週間前を目安に計画的に勉強する。
- 目標点を決め、テスト勉強に臨む。
- 得意な教科から始め、リズムをつくる。
- 自分の苦手なところにも時間をかける。
- ワークなどの問題をくり返し解く。

※早めにテスト勉強をスタートさせましょう!

### 六月の行事予定

五日(日)少年メッセージ

八日(水)ノーマディアデー

十日(金)第二回習熟度テスト

十五日(水)歯科検診

二十二日(水)期末テスト時間割発表

二十九日(水)期末テスト一日目

三十日(木)期末テスト二日目

(給食なし)

三十一日(金)期末テスト三日目

(給食なし)

(通常授業)

### 保護者のみなさまへ

先日はご多忙の中、保護者面談のご出席ありがとうございました。子どもたちのご家庭の様子や進路についてのご家族の思い等を知ることができました。今後引き続き、様々な教育活動へのご協力をよろしく願います。

また、安心して学校生活を送れるよう、学校でも感染対策に取り組んでいきますので、ご家庭でも引き続き「体調確認」と「検温」、「マスクの着用」にご協力よろしく願います。

