

進路だより

嬉野中学校 3年
2020. 8 / 5
No. 17

夏休みの生活を大切にしよう！

明日から夏休みに入ります。例年に比べるとずいぶん短くなりましたが、その分この夏休みの過ごし方が、大切になってきます。量は少なくとも、中学校3年間の復習をするとともに、自分の得意な科目を伸ばし、また、苦手科目が克服できるよう1日1日を大切に、計画的に過ごしましょう。そこで、夏休みを過ごす上でいくつか注意点を挙げておきますので、参考にしてください。

- ①ほとんどの運動クラブの人はクラブ活動を引退します。早く気分を切り替えて学習に集中できるようにしましょう。これまでを振り返ると「授業に向かう姿勢が少し甘かったかなあ」と反省した人もいるはず。休み明けには心機一転して取り組めるよう、今の気持ちをしっかりと覚えておきましょう。結局何もせずに夏休みが終わってしまった、ということのないように。



- ②早寝早起きを心がけ、規則正しい生活を送ろう。夜遅くに勉強しても効果はあがりません。実力テストや期末テスト、入試などすべて朝から行われます。夜更かしをして寝ぼけているということがないように、朝から頭がスッキリしている状態にしましょう。

- ③食生活に気を配ろう。三食きちんと食べ、特に朝ご飯をしっかりと食べよう。脳に栄養を補給しないと働きません。また、お菓子やジュース・アイスクリーム類を食べ過ぎ・飲み過ぎないように。甘いものを食べすぎるとカルシウム不足になり、イライラして切れやすくなります。

- ④なかなか自分一人では勉強できないという人は、公共の図書館を利用して気分転換するのも一つの方法です。他の人が読書や学習に頑張っている様子などは良い刺激になると思います。ただしマナーをしっかりと守りましょうね！

- ⑤今年の夏休みは例年に比べ、宿題は少なくなっています。わからないところを中心に「シュートク」も利用しながら1・2年生の復習をしましょう。また、実力テスト、期末テストの準備もしっかりとしておきましょう。

- ⑥読書にもチャレンジしてください。本を読むことは文章に慣れるだけでなく、読解力もつきます。国語だけでなく他の教科にとってもプラスになります。また高校によっては、入試の面接で「最近読んだ本は何ですか？」という質問もありますよ。

※第3回実力テストが行われます。

- ・日時 8月24日(月)(国語・数学・社会・英語・理科)
- ・範囲 配布済み

入門講座の案内

夏休み明けに下記の高校の案内をします。

- | | | | | |
|---------|-----|-----|--------|----|
| ・伊賀白鳳高校 | 実施日 | 10月 | 3日(土) | |
| ・松阪工業高校 | 実施日 | 10月 | 3日(土) | |
| ・久居農林高校 | 実施日 | 10月 | 10日(土) | |
| ・伊勢工業高校 | 実施日 | 10月 | 10日(土) | など |

高校生活入門講座には
忘れず参加しましょう！

