



Full Bloom

No. 31

Full Bloom「満開」

降雪時、いつも以上に安全に気をつけて

面接の練習を始めました

受験する高校・学科が決まり、私立高校の受験に向けて、今週から面接の練習が始まりました。推薦で受験する生徒と一般受験(併願)で面接を実施する高校について、校長先生を始め、他学年の先生方にもご指導していただきます。

学級では、基本的な出入りや礼法を確認し、「面接ガイド」を使って準備を進めています。志願理由・志望動機のほか、自己PR、自分の長所・短所、中学生活の中で成長したことや高校でがんばりたいことなどをまとめているところです。いざ書こうとしても、なかなかうまく文章にできないお子さんもいるようです。志願理由も、まだまだ漠然としています。「この高校で勉強がしたい」「この高校で〇〇をがんばりたい」という気持ちを、しっかりと伝えられるように、自分の言葉でまとめてほしいと思います。

休み時間などには、教師と生徒の間でも和やかに笑顔で会話が進んでいますが、面接練習の場面では、緊張している様子が感じられました。

個人や集団で面接の練習を重ねて入試に備えさせたいと思います。

礼法も言葉遣いも、一朝一夕に身に付くものではありません。ご家庭でも、時には練習やご助言をお願いします。



身だしなみを整えよう

朝はずいぶん寒い日が続いています。ほとんどの生徒が、余裕をもって登校しているのはすばらしいことです。しかし、いくつか気になることをお知らせします。

<頭髮> 前髪が長めになり、目にかかっている(または、かかりそうになっている)生徒がいます。

<制服> 身長が伸びたために制服の袖丈、ズボンやスカートの長さが短くなっている生徒はいませんか。

袖口からワイシャツが少し見られるくらい、ズボンはいすに座ったときに少し靴下が見えるくらい、スカートは立ったときに膝が隠れる程度が基本的な長さです。

<履き物> ずいぶん汚れているシューズを履いている生徒がいます。また、かかとに踏み癖が付いている上履き・下履きが見られます。以前「靴のかかとを踏みつぶしているのは、合格証を踏みつけているのと同じ」とおっしゃっていた先生がいます。姿・形は、その人の心を映しているのです。

ご家庭でも確認して、冬休み中にきちんと整えるようにご協力をお願いします。

来週の予定

今週から3年生の下校時刻をお知らせします▼

月 日 (曜)	1	2	3	4	5	6	行 事 等	給食	清掃	部活動	下校時刻
12/ 8(月)	月1	月2	月3	月4	月6		私立高校WEB出願コピー提出締切 県立高校WEB出願練習(～12/25) ※出願者基本情報登録はお済みですか(～12/10)	○	○	○	15:15
9(火)	火1	火2	火3	火4	火5	火6		○	○	○	16:15
10(水)	水1	水2	水3	水4	水5	水6		○	×	×	16:00
11(木)	国語	数学	英語	理科	社会	木6	第5回実力テスト	○	○	○	16:15
12(金)	金1	金2	金3	金4	金5			○	○	○	15:15

先日のお昼の放送で、3年2組の【特番】の中で、「勉強していても、なかなか成績が上がらないときはどうすればいいですか」という質問を受けました。短時間で伝えるにはなかなか難しい問題です。

そこで、今回はその質問に対する回答を少しくわしく書きたいと思います。

☆ 「やる気スイッチ」を入れよう

部活動の練習を思い出してください。開始早々から試合形式や合奏・・とはなりません。ランニングや基礎的なパスの練習、チューニングからパート練習などをして、徐々に練習の密度を濃くしていきます。家庭学習も同じです。ウォーミングアップをして、「やる気スイッチ」を入れることで、その後の勉強の定着がかわってきます。

具体的には、教科書の音読、漢字や英単語の書き取り、基礎的な計算問題などに取り組みます。こうすることで、脳に「やる気」のもとになるドーパミンが放出されます。「とりあえず1問」「5分だけ」机に向かうことから始めましょう。

☆ 「組み合わせ」で集中力を切らさない

受験生としては、少なくとも3～4時間は勉強時間を確保してほしいものです。でも、1つの教科だけをやり続けるのは、効果的ではありません。長い時間勉強しつつ、集中力を維持するにはどうすればいいでしょう。

数学は考えて答えを導き出すことの多い教科です。一方、理科や社会は、覚えることが多い教科と言えます。数学の問題を考えて考えて考えて・・・分からなくなると、集中力は途切れがちです。そんな時は、考えることを中断して、化学式や年号などをもう一度見直して覚える勉強に切り替えます。そうすると、脳がリフレッシュして、再び集中力が戻ってきます。さっきはできなかった数学の問題の答えがひ

らめくことがあるかもしれません。

また、苦手教科の克服に取り組んだら、次は得意教科の勉強をすることで学習がドンドン進むことも多いようです。

☆ 「勉強」で気分転換?!

「よし! 2時間ががんばったから、ちょっとだけマンガを見て気分転換をしよう」・・・5分だけのつもりが、ふと気づいたら50分。心当たりの人はいませんか? マンガやゲーム、スマホなどは、短時間でやめるのが難しいようです。

上で述べたように、教科を切り替えることは集中力だけでなく、気分転換にも効果があります。教科書の「目次」や「索引」に目を通して基礎の確認をするなど、スキマ時間の使い方を工夫してほしいと思います。

勉強関数 $y=ax^2$

y: 成績
x: 学習時間

昼休みや放課後に、各教科のワークブックや「新研究」、実力テストなどを広げて、勉強している生徒が増えてきました。単語カードを使って、スキマ時間に英単語を音読している生徒の姿や、分からない問題を教え合ったり、先生に質問したりしている姿が見かけられます。3年生全体が勉強する集団になり、「受験は団体戦」ということを体現しています。

勉強時間と成績の伸びは、1時間勉強すれば10点アップ、2時間の勉強で20点アップ・・とはなりません。始めは、勉強してもなかなか成績が上がらない時期が続きます。そこであきらめたら、成長はできません。こつこつと粘り強く続けることで、やがて大きな成長につながるものです。テストの結果も大事ですが、間違いを分析し、これからの学習方法を見直すことが大切です。おうちの方も、テストまでの過程に目を向けて、さらなる向上を目指させるようお声かけをお願いします。