

第1学年だより

校訓
「自主の精神」



文責 小林 勝

夢をつかめ



第12号 令和2年12月1日(火)発行

今日から12月

8月16日からスタートした2学期も、残りわずかとなりました。子供たちも中学校生活に慣れてきました。10月の合唱コンクールや先日行ったスポーツフェスティバルなどでも、各クラスが一致団結して活動することができました。

反面、期限までに課題を提出できなかつたり、忘れ物が多かつたりと、学校生活の慣れとともに、幾分、気の緩みなども見受けられる場面がありました。

先日、1年生で学年集会を行い、「計画的に学習に取り組むこと」と「落ち着いて生活することの大切さ」について話をしました。現在、3年生は、私立の入試が目前に控えています。3学期になると、県立学校に向けた追い込みとなります。2年後は、自分たちがそうした立場に置かれることを確認し、「行ける学校」よりも自分の「行きたい学校」に進学できるよう、日々の生活を大切に、充実した学校生活を送ることができるよう、応援していきたいです。

定期テストを行いました

先週は、2学期定期テストを行いました。今年度は、コロナの影響で、2学期の定期テストが1回となったことで、とても広いテスト範囲となりました。ただし、各教科では、そうしたことも見越して、単元毎にテストを行ったり、ワークなどの提出を事前に促したりとしていました。本校では、全学年が定期テストの2週間前に学習計画表を作成して、定期テストに臨んでいます。今回は、その定期テストの計画通りに家庭での学習はできたでしょうか。後日、定期テストの成績表を配布します。

12月23日(水)には、第2回復習確認テストが行われます。先日、範囲表を配布しました。復習確認テストの範囲は、1年生の最初の学習からとても広いです。そのため、日々の積み重ねがとても重要となってきます。

今回の定期テストを振り返り計画的に家庭学習を進めていけるよう、各ご家庭においても、お子さんのご支援をお願いします。

十分な睡眠を

ウサギとカメが競走したところ、ウサギが途中で居眠りしてしまい、コツコツ歩き続けたカメが結局は勝ったという寓話があります。理科的に話をすると、両生類のカメは昼行性で、ウサギは夜行性です。人間はというと、もちろん、昼行性です。そのため学校生活もそれに合わせていろいろなことが行われています。

もともと人間の体は、1日を約24~25時間で生活する体内時計をもっています。朝の光を浴びると、網膜が光を感知して体温が上昇し、精神を安定させるセロトニンというホルモンの一種が多く分泌されるそうです。ところが夜に明るい光を浴びると、1日のサイクルが約24~25時間よりも長くなってしまい、朝、決まった時間に起きられなくなり、ホルモンの分泌はたつきも低下してしまうそうです。

中学生にとって適切な睡眠時間は、一般には8時間程度とされています。ただし、この時間については人によって違うでしょう。しかし、1日24時間の中で、やるべき事の優先順位をつけなければ、学習時間や睡眠時間が削られることとなります。

また、寝る前にスマホなどを見ていると、スマホからのブルーライトが脳を覚醒させて、脳が活動状態になり、質の高い睡眠を取ることができません。成長期の中学生にとって睡眠は特に重要です。十分な睡眠時間を確保することは日中の勉強や部活動にも必ず良い効果が見込めると思います。

十分な睡眠時間を確保するために、自分の将来にとって何を優先し、どのように生活すればよいかをご家庭で確認していただければと思います。

総合的な学習の時間について

今年度、1年生では総合的な学習の時間に「エネルギー」について学習をします。そのため、「コベルコパワー真岡」の方を講師にお迎えして、各学級ごとにエネルギーに関する研修会を行います。その際には、生徒1人に1台のタブレットを使った発電所のバーチャル体験などを行う予定です。12月は1組と2組、1月には3組と4組がそれぞれ実施する予定です。

12月の行事予定

- | | |
|---|--|
| 12月 1日(火) 11月下校完了16:45
安全点検・衛生検査
小テスト(漢字)
給食費引き落とし | 14日(月) 人権週間 |
| 2日(水) 部活動休止日
14:45下校完了
5校時 いじめ防止サミット | 15日(火) 弁当の日
小テスト(英単) |
| 3日(木) 6校時 生徒会立会演説会 | 16日(水) 部活動休止日
14:45下校完了 |
| 4日(金) 生徒会役員選挙
8:00~8:15 | 17日(木) 1-2神戸製鋼出前授業 |
| 8日(火) 小テスト(計算) | 18日(金) SC来校 |
| 9日(水) 部活動休止日
14:45下校完了 | 22日(火) 国語プリント
水曜日日課 6校時 金5 |
| 10日(木) 1-1神戸製鋼出前授業 | 23日(水) 復習確認テスト
部活動休止日
委員会活動
15:05下校完了 |
| 11日(金) 避難訓練
交通安全総ぐるみ運動
(~12/31) | 24日(木) 5校時 学年集会 |
| | 25日(金) 終業式 |
| | 26日(土) 冬季休業日~1/7(木) |
- 11・12月給食費
10,400円
- ※中村中閉庁日
12/26(土)~1/3(日)
※毎週水曜日以外は、基本的に
16:45下校完了となります。

スポーツフェスティバルの様子

