



頑張れ!!日和佐中学校3年生

2月19日に一般選抜の出願が締め切られ、いよいよ高校入試まで10日となりました。3年生はこの一年間「受験生」という目には見えないプレッシャーと闘ってきたと思います。入試直前のこの時期は、緊張や不安も高まるかもしれませんが、少しでも気持ちが軽くなるように、次のアドバイスを参考にしてみてくださいね。

①これまでの学習を見直す

新しく問題集を解く必要はありません。できなかつたりしたら余計に不安になるものです。今まで覚えたことや間違っただ箇所を一つ一つていねいに見直そう。

②生活リズムを整える

規則正しい生活を心がけ、しっかりとした睡眠をとりましょう。入試当日に最適なコンディションで臨むためには、体調管理が大切です。

③リラックスする

入試前の緊張を和らげるため、自分なりのリラックス方法を見つけよう。軽いストレッチや好きな音楽を聴くのも気分転換になります。

④ポジティブなイメージを持つ

「自分はできる」というポジティブな気持ちが大切です。これまでの努力と自分を信じるのが成功への第一歩です。



大躍進!!県中学校新人駅伝大会

2月11日(土)冬晴れの中、鳴門大塚スポーツパークにて県中学校新人駅伝競走大会が開催されました。時折吹く寒風にも負けず、チーム日和佐は素晴らしい走りを見せられました。女子は3位入賞、男子は13位と大健闘でした。女子5区では区間賞も受賞しました。自分のためにそして仲間のために、一本の襷を懸命につなぐ力走に胸が熱くなりました。本当にお疲れ様でした!!また、寒い中応援して下さった保護者の皆様、ありがとうございました。

