

未来へ



7月日程

日	曜	行 事 予 定	給食
1	火	卒業アルバム全体写真撮影 SC	○
2	水	3年生進路希望調査締め切り	○
3	木		○
4	金	県総体開幕	○
5	土		
6	日	通信陸上	
7	月		○
8	火		SC ○
9	水	①～⑤第4回実力テスト⑥水6	○
10	木	45分日課(～16日)	○
11	金		○
12	土		
13	日	通信陸上	
14	月		○
15	火		SC ○
16	水		○
17	木	①～④木1～4⑤大掃除 ① SOS を見逃さない啓発授業	○
18	金	①表彰式・終業式②学年集会 ③学活 11:25 放課	
19	土		
20	日		
21	月	海の日	
22	火	教育相談	SC
23	水	教育相談	
24	木	教育相談	
25	金	教育相談	
26	土		
27	日		
28	月	教育相談	
29	火	教育相談	
30	水	教育相談	
31	木	教育相談	
8, 9月の主な行事(予定)			
8/4(月) 3年生登校日(8:05 登校)			
第5回実力テスト(13時頃放課)			
9/1(月) 始業式			
9/2(火) 第6回実力テスト			
9/9(火) 八中祭展示の部			
9/11(木) 八中祭表現の部			
保護者鑑賞会(午後)			
9/26(金) 特別授業			



1. 進路選択に向けて

①自分を知る

- ー現状だけでなく、自分の可能性も含めてー
- ・次の進路で自分が一生懸命取り組みたいことは何か
大学進学に向けての学習、(工業、商業、農業などの)専門的な知識を身につけるための学習、部活動など
- ・自分の良さや得意分野を生かせる道は何か
- ・自分が興味ある分野は何か
- ・(自分を伸ばすためには)やらなければいけない雰囲気が強いか、自分のペースで進めるのがいいのか
- ・高校卒業後の進路はどのような方向に進みたいのか
「〇〇したいが、自分には無理」と簡単に言う人がいますが、今それに見合うだけの努力をしていますか？頑張った分だけ自分の本来持っている可能性は開花するものです。こうなりたいと希望や夢を持つことが大切です。

②進路先を知る

- ー自分に適した道は？ー
 - ・どんな学習をしているのか
 - ・部活動は、どのような練習・雰囲気なのか
 - ・卒業後の進路はどのような方面に進んでいるのか
 - ・どのような方面に力を入れているのか
 - ・どのような雰囲気の高校なのか
- 複数の情報を集め、数校を比較してみてください。

7月下旬には教育相談があります。面談前に家でもじっくり話をしてみてください。次の進路に進んだ後の自分をイメージすることから選択は始まります。

進路決定はゴールでない。夢の実現へのスタートである。

2. 夏休みに向けて生活習慣の確立を

ー希望の進路をめざして、毎日6～8時間の勉強をー

休みの日に6時間以上の勉強を毎日するためには、基本的な生活習慣の確立は欠かせません。昼前に起き、午後だらだら過ごし、夜に勉強するのでは、6時間には到達しません。「無理矢理、夜中2時くらいまで勉強すればいい」は間違っています。入試は昼間にあります。さらに夜遅い時間帯は、人間は脳がそれほど活発に活動できないようになっている生き物です。あまり結果に残らない学習では、何のための努力なのか本末転倒です。

朝は7時台には起き、朝食を食べ、9時前には勉強を始め、午前中に3時間、午後は晩ご飯までに3時間、夜2時間、そして12時までには寝る、とすれば8時間を確保することができます。翌日も寝不足にならずに元気よく生活できると思います。

この習慣を確立するためには、スマホを使いすぎないことも重要です。ズルズルと長い時間スマホを使い、寝るのが遅くなってしまうと、翌日朝起きるのが遅くなったり、寝不足から昼間だらだら過ごしてしまったりと、悪循環に陥りかねません。

今年は3年生、今までと同じ感覚で夏休みをのんびり過ごすことがないよう、希望の進路をめざして、気を引き締めて生活してください。

