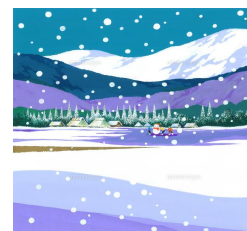


未来へ



2月日程

日	曜	行事予定	給食
1	日	生光学園前期入試	
2	月	45分日課	○
3	火	①～⑤実力テスト⑥火6 SC	○
4	水	45分日課	○
5	木	45分日課	○
6	金	45分日課	○
7	土	2月	
8	日		
9	月	45分日課	○
10	火	45分日課 SC	○
11	水	建国記念の日	
12	木		○
13	金	45分日課, 金①～⑤, ⑥カット	○
14	土	3年生登校日 11:30頃放課	
15	日		
16	月	45分日課, 月①～⑤, ⑥カット	○
17	火	45分日課①～④、給食、学活 13:00頃放課 SC	○
18	水	一般選抜願書締め切り 3年生振替休日	
19	木	45分日課①～④、給食、学活 13:00頃放課	○
20	金	①～⑤実力テスト⑥学	○
21	土		
22	日		
23	月	天皇誕生日	
24	火		SC ○
25	水		○
26	木		○
27	金		SC ○
28	土		
3月の主な行事(予定)			
3(火)公立高校一般選抜(学力)			
4(水)公立高校一般選抜(面接)			
5(木)卒業式リハーサル、修了式			
6(金)卒業式(保護者受付～9:40まで)			
13(金)公立高校一般選抜結果通知			



1. ラストスパート

—最後まで頑張りきれぬ人間に—
進路決定の時期が近づいてきました。本番のそのときまで、手を抜かず、自分に甘えず、言い訳をせず、やりきってください。最後が中途半端にならず、「自分なりに頑張りきれた」と思えることが自信につながります。こういう経験を繰り返すことで、様々なことに前向きになり、困難なことにも立ち向かえる人間へと成長していきます。

また、勉強面で分からないところは、どんどんと質問をしてください。勉強をする雰囲気、互いに高め合おうとする雰囲気などをつくることは大切です。

本番では、緊張したり、想定外の問題が出て動揺したりする可能性もあります。そんなときにも「最後まで頑張れた」という気持ちや自信があれば、普段通りの力を発揮しやすくなります。

残りの期間、しっかり向き合い、コツコツと積み重ね、有終の美を飾ってください。

2. 1日1日を大切に

卒業まで実質的には残り1ヶ月となります。残された中学校生活において、クラスや学年の仲間、先生方とのかけがえのない時間、学校生活を大切にしてください。特に仲がいい人とだけで過ごすのではなく、様々な人と話をし、クラス全体のまとまりをつくり、3年生らしい熟成されたクラス・学年をめざしてほしいと思います。

3. 健康管理をする

寒い日が続きますね。体調管理はできているでしょうか。まず食生活、朝・昼・晩ともにきちんと時間を取り、しっかりと食べてください。

次に睡眠時間、勉強があるので多少は仕方がないのですが、夕方帰宅してから晩ご飯までの時間を有効に使えば、それほど寝る時間を遅くする必要はないと思います。また、塾の帰りなどに外の寒い中で、長時間友だちと話をしたり、SNSで友だちとやりとりする時間が長くなってしまったりしていませんか。

先月にも書きましたが、体調管理は落ち着いた生活と結びついています。「このぐらい大丈夫」と甘い考えが大きな失敗や後悔につながりかねないのがこの時期です。4月からの新しい生活に前向きに取り組めるようにするためにも、自己管理を大切にしてください。

