

第3学年 学年便り

いよいよ3年生の夏休み！！

2年3ヶ月蓄えてきた力（基礎力）を最大限に伸ばす時です。この時期の最優先事項である進路実現に向けて全力で頑張りましょう。

【進学希望生徒】

① 夏休み中の学習計画をしっかりと

・例えば、7月中、8月前半、8月後半と3クールに分け、実養や塾等を考慮して、それぞれの時期に何をするのか（学習目標）を決めましょう。その後、1週間、1日の学習計画（詳細計画）を立てるようにしましょう。

② 毎日の生活リズムを崩さない

・起床、就寝時間をきちんと決め、規則正しい生活を送りましょう。
・3食きちんと食べ、体力をつけましょう。体力低下＝集中力低下。
夏バテした人は大切な時期（冬場）にインフルエンザや風邪を引きやすくなります。

③ ON、OFFの切り替えを大切に

- ・1日や半日単位の気分転換なんか必要なし。毎日が勝負です。
- ・90分間のテストに耐えられる集中力を鍛えましょう。
- ・OFF時間の過ごし方が、次の学習に影響します。脳の疲労回復を図りましょう。
- ・スマホ、ゲーム、漫画、TVは、勉強部屋から離しましょう。
- ・自分の時間で他の人に連絡を取ることのないようにしましょう。



【専門学校・就職希望生徒】

大学進学者よりも早く社会に出る諸君。勉強しなくていいのではありません。高校までの学習は、義務教育でないとは言え、社会人基礎力のベースとなる部分です。学校での学習を大切に、この夏休み中にしかできない勉強をしましょう。社会人として必要なこと、資格、自分の将来にとって必要なスキルなどを調べ、勉強する時です。本を読んだり、ボランティア等を体験したり、経験を積むことも大切です。将来に繋がる夏休みを過ごしましょう。

【3年生全員】

単車や車の免許取得、アルバイト、深夜徘徊や喫煙行為などでの補導等で、親や担任の先生をがっかりさせるようなことのないように！自分の行動に自覚と責任を持ち、有意義な夏休みを過ごしましょう。