



# スピリット 常中魂

平成28年 8月29日 NO.28  
〒311-1114 水戸市塩崎町1016  
TEL029-269-2116  
FAX029-269-3160  
Mail tunezumi-j@magokoro.ed.jp

【ホームページで、カラー版が見られます】

## 2学期をはじめるとに当たって

雨にもかかわらず、元気に登校する生徒の様子



### 本当に力を伸ばしたいなら

夏休みが終わりました。さて皆さん。学力や部活での皆さんの力は、自分の目標に対してどの程度向上しましたか。

- ・計画通り、向上した。
- ・やや向上が見られる。
- ・思い通りに向上しない。(焦っている)

夏休み後の自分は、上記のどの状態でしょうか。目標通りに伸びている人は、現在取り組んでいる方法に自信をもち、今後も努力してください。

しかし、夏休みの自分自身の成果に不満がある人は、考えてみて欲しいことがあります。質問します。

(質問1)

- ・あなたの勉強法は、長い時間だらだと、暗記に費やす『だらだら型』でしたか。

(質問2)

- ・休憩をとること、寝ること、適度に体を動かすことをおろそかにし、ただ長い時間を費やす『根性型』でしたか。

そんな人には、下記の本を一読することをお勧めします。

この本には、成果の上がる学習法が書かれています。



内容を一言で言うと、

- 長時間だらだらやるのではなく、分散して行え。(分散学習のすすめ)
- ・25分が1単位
- ・寝る時間(休む時間)を大切にせよ。
- 「つまり、これはこういうことだな」というレベルまで理解せよ。
- 理解したことを「思い出す」という学習を重視せよ。

こういう内容です。がんばっているのに、部活や学習で力が伸びない人は、特に参考してみてください。

四十日に近い夏休みが終わり、全員元気に2学期を迎えることができ、大変うれしく思います。皆さんが自覚をもってこの夏休みを過ごしたからだと思います。

今年の夏休みは、それぞれの部が活躍し、すばらしい成果をあげてくれました。陸上のメンバーには、関東大会に出場した人もいました。このように、一人一人が自分に自信をもった夏休みだったと喜んでいきます。

さて、今日から始まる2学期は一年中で一番さわやかな気候に恵まれ、「灯火親しむ秋」とか「スポーツの秋」といわれます。勉強や運動に打ち込む絶好の季節という事です。

また、中学生が大きく成長する時です。

すっかりした目標をもって日々の授業に集中し、行事や部活動などにも積極的に取り組んで自分自身を鍛えてほしいと思います。

三年生にとつては、これからの「生き方」を決める大事な学期ですから、辛いことから逃げないで真正面から立ち向かって進路を切り拓いてほしいと思います。

皆さんにとつて「努力する」ということが目標達成のために重要な意味をもっています。「努力すれば、他人にできることは、自分にもできるはずだ」と自分に言い聞かせて毎日を過ごしてほしいものです。

それからもう一つ「明日からがんばろう」と自分にいっていることがあります。

んか。私たちにとつて、この「明日」ほど都合のよい言葉はありません。明日になったら、また明日と、一日一日と延ばしていくことになりません。昨日いった明日は「今日」なのです。今日を力いっぱい生きようとしなない人は、明日になっても精いっぱい努力は望めないのではないのでしょうか。一日一日を大切に過ごしてください。そうすることによって、自分に自信がもて、心の余裕になって、心豊かになれますし、友達にも温かく接することができるようになります。

今学期は体育祭や合唱祭・文化祭、持久走大会など、行事も多くあります。行事に、学習に全力で取り組むことを期待しています。

学校長 飯島 尚之

