

菊陵中だより



北九州市立菊陵中学校
令和8年7月1日発行
No. 4

校長 瀧本 主税

【学校教育目標】

自他を大切に、気付き、考え、行動し、未来を切り拓くことのできる生徒の育成

習慣化するための行動を起こそう

定期考査の結果が返ってきて、様々な振り返りが行われたことだと思います。中には、後悔も含まれているかもしれません。出てしまった結果は変わりませんので、次に向けた行動が大切です。夏休みに向けた家庭学習の習慣化のための取組を始めてみましょう。

まず、学習を始めるときは、好きな教科から始めましょう。好きな教科がない時は、自分の自信のある教科でかまいません。学習の始まりから気分は高まりません。徐々に気分が乗ってきてから苦手な教科に取り組む方が学習は進みやすいです。つぎに、集中がよく途切れてしまう場合は、複数の教科を少しの時間に区切って取り組んでいきましょう。人間の集中力を考えるとテレビのCMが入るタイミングが丁度良さそうです。15分ぐらいで別の教科に変えてみるのもいいかもしれません。そして、学習した効果を高めるために、学習した内容を友達や家族に伝えましょう。学習(インプット)した知識は、人に伝える(アウトプット)ことで記憶に定着したり理解が深まったりします。最後に、意外と思われるかもしれませんが、運動も学習の効果を高めます。学校の授業に保健体育の授業があるのは、単に体力づくりのためだけではなく、他の学習にも良い効果があるからです。運動することで全身に血液が行き渡り、脳の働きも活発になるそうです。勉強途中の眠気覚ましにも効果的です。

今回紹介したことは、様々な本に紹介されています。読んだ本の知識を何度も皆さんに紹介しているので、私の知識となっています。難しいテクニックは必要ありません。習慣化して繰り返すことで身に付くものなので皆さんも試してみてください。

保護者・地域の皆様へ

お知らせとお願い

梅雨時期には、天候の悪化を心配し、梅雨明けとともに熱中症への対応が必要になりそうな7月となりました。熱中症は、睡眠と朝食をしっかりとることが予防に繋がります。お子様への声かけをぜひよろしくお願いいたします。1日(水)に予定していた3年生校外学習は延期となりました。今後については、学年から連絡があります。

<7月行事>

3日(金)生徒総会

7日(火)3年生平和のまちミュージアム見学(5・6校時)

10日(金)1・3年生保護者懇談会

13日(月)～16日(木)保護者懇談会

16日(木)平和学習

17日(金)大掃除・全校集会 ※給食あり、13:30下校予定