

1学期が終了しました！ 健康で有意義な夏休みを！

一学期が終了し、明日から夏休みが始まります。今年は38日間もある長期休業ですが、過ぎてしまえばあっという間で、やろうと思っていたこともできなかったということもよくあります。やはり、夏休みの「目標」を立て、その実現に向けての「計画」を考えるという準備が必要ですね。そして、計画を立てる時に次のような視点をもってください。

実現できそうな具体的な目標を立ててみよう

＊夏休みの目標を考える時、具体的かつ実現可能な目標を立ててみましょう。例えば「毎朝8時までには起きる」とか「1週間に1冊は本を読む」とか、少し頑張ればできそうな目標をいくつか考えてみるのです。宿題等やるべきことについては、期限を決める等の目標を立てます。やり遂げたら大きな達成感を味わえると思います。

できるだけ、いつもと変わらない生活リズムで過ごそう

＊朝寝坊や夜更かしをせずに、「早寝・早起き・朝ごはん」を実践して、いつもと変わらない生活で健康管理をし、特に熱中症やコロナ感染症等には引き続き注意しましょう。

いろいろなことに取り組んで「挑戦」の夏休みにしよう

＊普段より、自由にできる時間があるのが長期休業。学習面で苦手教科を克服し、学力伸長を図る取組、体力を高める取組、何か新たな事を始める取組や自分の得意分野を伸ばす取組に「挑戦」してください。

計画を立てて実践しようとすることは、今年の夏休みという時間を有意義に過ごすために大切な事です。また、家族や友人と過ごす時間もしっかりとれると思いますし、楽しむことも忘れてはいけません。2023年の夏休みは一度きりです。どうか充実した時間を過ごし、2学期からまた頑張れるように英気を養い、思い出に残る夏休みにしてください。

八幡西区中体連夏季大会 結果

陸上部 男子：総合準優勝 女子：総合準優勝

野球部 ☆1点を争う好ゲーム。3年生が最後まで粘った。惜敗

サッカー部 第3位 市内大会出場

剣道部 男子団体：5位 市内大会出場 女子団体：3位 市内大会出場

☆男子個人：****（3年）第3位 女子個人：****（1年）5位 市内出場

柔道部 男子団体：3位 市内出場

☆男子個人（階級別）優勝：****（3年）準優勝：****（2年）市内出場

バスケット部（男子） 第3位 市内大会出場

バスケット部（女子） ☆2回戦で強豪校相手に一步も引かず健闘した。惜敗

バレー部（女子） ☆大きな声を出し、チーム一丸となって試合に臨んだ。惜敗

ソフトテニス部（女子） 女子団体：第3位 市内大会出場

☆個人 第4位：**** 第6位：**** 第8位：**** 市内出場

卓球（女子） 個人第4位：****（2年）市内大会出場

市内大会情報⇒各種目とも市内大会が開催され、黒中生は7月20日現在で、**剣道（個人）・水泳・卓球・陸上**で**県大会進出**を決めています。出場者及び県大会結果は、2学期の学校だよりで紹介します。

7月7日 平和学習を行いました

7月は「全市一斉の平和に関する学習指導月間」になっており、本校では学年ごとに教材を選び、**平和学習**を行いました。日本が終戦を迎えたこの時期に戦争の悲惨さと命の尊さをあらためて認識し、平和な社会を築いていこうとする気持ちを高めました。

保護者会終了。ありがとうございました。

4日間にわたる学期末保護者会が一昨日終了しました。暑い中、参加して頂いた保護者の皆様、ありがとうございました。

水難事故から身を守る着衣水泳実施

水難事故から身を守るための「**着衣水泳**」を3年生が実施し、服を着たまの入水の不自由さを体験しました。夏休みの海、川での事故には十分気をつけましょう。

画像は削除しています。