



第 4 回の総合テストにむけて、学年の合い言葉は「**本気!**」です!!

〈知恵・愚痴・言い訳〉

真剣だと、知恵がでる。
中途半端だと、愚痴がでる。
いい加減だと、言い訳ばかり

〈本気〉

本気でやれば、大抵のことはできる!
本気でやれば、なんでもおもしろい!
本気でやれば、誰かが助けてくれる!

《知恵・愚痴・言い訳》

真剣にやっていたら、いろいろなアイデアがでて、工夫するようになり、中途半端やいい加減にしかやっていないときは、愚痴や言い訳、自己弁護しか出てこないものです。

《本気》

本気でやれば、道は開ける。本気でやれば、できるようになってくるから面白さもわかってくる。本気でやっていたら、助けてくれる人がいるものです。

さあ、授業（全教科全力）・宿題（1 ページみっちり+α）・テスト勉強（1 日平日 4 時間）・学校生活（遅刻無し・2 分前着席・係活動等バッチリこなす!）

そのためには、まず、「明日から本気出す!」をやめよう。

疲れたし、やる気でない。また明日でいっか → どうする? ずっと明日だよ

① 机を勉強モードにする!

まずは環境作り。机が乱雑だったり、机の上に誘惑の種（マンガ本・ゲーム・スマホ）があったりすれば、負ける。手の届かないところに、机を勉強モードに変える。

② 好きな科目からやる

いきなり苦手科目から始めても、なかなか気持ちに乗れないもの。まずは、好きな科目からさらに好きになるように取り組んでみる。

③ 良い点と悪い点のテストを壁に貼る!

良い点のテストと悪いテストを貼ることにより「(良い点を見て) 私だって頑張ればこれだけ良い点数が取れる!」「(悪い点を見て) 次はこれより悪い点をとらないぞ」と思えばやる気も出る。

④「今日から本気を出すから!」って、友達や家族に宣言する! 日付も紙に書いて壁に貼る!

人に「今日からやるから!!」と宣言する。そうすることで「絶対にやらないといけない状況」に自分を追い込む。でも時々友達に宣言すると「今から? 遅くない?」と反撃に遭うので、言う相手を間違えないように(笑)

「勉強時間がうまく作れない」のですけど・・・

作らないから作れない!! じゃあ、どうする?

① すきま時間をフル活用

休み時間・昼休みの短時間。普段ぼーっとしてしまいがちな時間。送り迎えしてもらって

いるなら車の中。病院とかの待ち時間。意外とそういう時間は、毎日やることで結構な勉強時間になります。

- ② お風呂で、「今日の授業何やったっけ」と思い出してみる。

「思い出す」ということ自体が復習なので、手元に何もなくても自分の頭で復習ができる。もし、思い出せなければ、お風呂上がりにノートや教科書で確認すると、さらに復習になります。

- ③ 授業中に学ぶことはしっかり学んでおく

授業をどのくらい大切にできていますか？「勉強時間が上手く作れない」って思う前にもう一度、授業態度を見直してみましょう。授業中に、ちゃんと理解して、宿題や課題をきちんとこなしていれば、結果が出せます。私語や「ぼーっ」としている時間を減らし、聞き逃しをなくすことが大切です。また、ノートをきれいに書くことにこだわりすぎて、大事なポイントを聞き逃していることも。先生方のつぶやいている言葉の方が大きなヒントになっている場合が結構あります。

- ④ 学校に早く来て勉強する

教室に一番乗りだったことってありますか？誰もいない朝の教室は1日のはじまりだ！って感じで、すがすがしい気持ちになります。朝の勉強は、結構集中しやすいのでおすすめです。

まとめ：ちょっとの時間でも、毎日やれば力になる！！

さあ、第4回総合テストまであと1週間！！頑張ろう！！

【松本国際高校】 保護者・生徒対象学校説明会について

1. 日程
- | | 第1回 | 11月28日(土) | | 第2回 | 12月19日(土) |
|--------------|-------------|---|--|-------|-----------|
| 受付 | | 9:30~ | | 9:55 | |
| 説明会 | | 10:00~ | | | |
| ①学科説明 | 普通科 | (IBコース・特進コース・文理特進コース・スポーツ特進コース・総合進学コース) | | | |
| | | マンガ・イラスト科 | | 環境福祉科 | |
| ②アドバンストA・B入試 | | 推薦入試(学校長推薦・自己推薦) | | | |
| | 一般入試・特別選抜入試 | についての説明 | | | |
| ③その他 | | 個別相談 | | | |

1. その他 体験入学等申込書を持っていく。締切は第1回は11月24日(火) 第2回は12月15日(火)

【屋代南高校】 公開授業について

1. 日程
- | | 12月11日(金) |
|-----|-------------|
| 受付 | 13:20~ |
| 5時限 | 13:30~14:20 |
| 6時限 | 14:30~15:20 |

2. その他 事前に申し込みの必要はありません。中学校も授業日のため、参加する場合は担任に連絡をしてください。保護者の方の送迎をお願いします。