



# 1学年通信

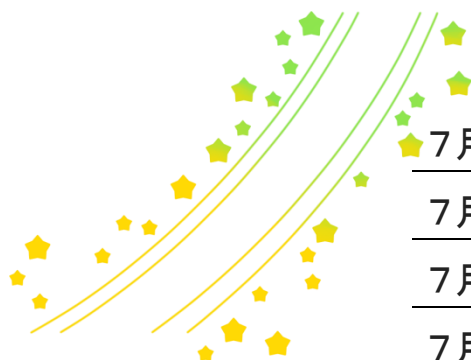
第4号 2017年6月

発行：小林龍一

編集：藤川、森山、時原



## あっという間に「期末テスト」です！

**7月5日(水)～10日(月)**


7月 5日(水)	社会と情報	コミ英 I	数学 A
7月 6日(木)	生物基礎	数学 I	英プレップ
7月 7日(金)	化学基礎	地理 A	
7月10日(月)	国語総合	保健	

4日間で実施します。中学の時よりも余裕のある時間割となっているのではないのでしょうか。午後は、翌日のテストのための勉強を進めることができます。

さて、テスト勉強ですが、中間テストの際には、うまく取り組むことができましたか。気持ちはいつも、「頑張ろう！」と意気込むものです。しかし、「やる気」を維持したままがむしろに頑張りが続くのは、時に、なかなか大変なことです。そんな時は、右のような表(例)を作って、自分の学習を管理しましょう。勉強の内容と目標時間を具体的に決めて、毎日実行することが大切です。

「コミ英・・・ワークブックを3回ずつ解く。→火曜日に 60 分」

「数学 A・・・教科書の問題をもう一度解く→月曜日に 50 分、不正解の問題は

火曜日に〇〇さんに教えてもらう」

というように。

そして、絶対にしてはいけないことは、「勉強できない」(正確には「しない」)という言い訳を探さない、ということです。

- ・ 高校 (教科書) の勉強なんて役にたたない、成績なんて関係ない。
- ・ 先生の教え方がわからない、つまらないから、やる気がしない。
- ・ 部活で時間がない。暑くてできない。疲れてできない。
- ・ 友達も皆テスト勉強なんてしないって言うてる。

などなど…………。

よく考えてみてください。高校は勉強する所です。高校で勉強する道を、あなたは選んだのです。実生活に役に立とうが立つまいが、自分を磨くために積み上げていくのが「勉強」です。勉強をしない言い訳を探す高校生は、自分に負けています。何の準備(勉強)もせずに期末テストの当日を迎えるようなことが、絶対にないようにしましょう。

定期テストでは、普段の授業で勉強したことが出題されます。つまり、授業で勉強したことが理解できて定着していればできる内容です。範囲も教科書やプリントの内容です。そうは言っても、ほぼ全科目でテストがありますから、直前の勉強だけでは復習しきれません。だからこそ、計画性が大切なのです。

そうそう、もう一つ大事なことは、 **体調を万全に！** です。

せっかく勉強したのに、テストの時に体調を崩していたのでは、力が発揮できません。授業にも影響しますし、欠席数は3年次の進路にも大きく影響します。

1 学期の後半には体調不良による欠席や早退が見られました。この1週間は特に、生活リズムを崩さずに、健康に十分注意して、よいコンディションでテストに臨みましょう。(文責:小林龍一)

### < 学習計画表 (例) >

日付	学習予定① (終了後斜線)	学習予定② (終了後斜線)	学習予定③ (終了後斜線)	勉強時間 結果
4日(火)	社情プリント2回 穴埋め30分	コミ英ワークブック 3回解く60分	数A教科書の間違 った問題を解きな おす30分	90分
5日(水)	生物基礎問題集2 回解く60分	数学I問題集1回 解き直し60分	英語プレップ対策 プリント60分	180分
⋮	⋮	⋮	⋮	⋮



## 水分補給を十分に

これからの季節、部活動中だけではなく、教室でもしっかり水分をとるようにしましょう。家から水筒やペットボトルを持ってきている人もいますね。汗をかくとミネラルが不足するので、ミネラル入りの麦茶がおすすめです。また、大量に汗をかけた時は、スポーツ飲料などでナトリウムを補うのもいいでしょう。

