



厳しい状況ですが、希望をもってがんばりましょう。

この夏休みはオリンピックやパラリンピックが行われ、たくさんのアスリートの方々の真剣な姿に多くの感動をもらいました。その一方で、各地で新型コロナウイルスの感染拡大に伴い、栃木県を含め緊急事態宣言が発令され、様々な制約の中での生活が続いています。学校生活でも、12日まで部活動が中止になるなど、いろいろと厳しい状況下ではありますが、こんなときこそ、希望をもってみんなで助け合っていけたらと思います。

夏休み学習サポートにたくさんの生徒が参加しました！

さて、陽西中学校では、夏休み直前に「家庭学習がんばり週間」を設け、保護者の方にもお手伝いいただきながら、生徒の皆さんの家庭学習への取組を応援してきました。また、夏休みには「夏休み学習サポート」として学校での学習日を設け、たくさんの生徒が参加しました。どの時間もみんな集中して学習に取り組んでいました。

○家庭学習がんばり週間	7/5（月）～16（金）
○夏休み学習サポート	
実施日	8/2（月）・5（木）・6（金）・23（月）・24（火）・25（水）
参加延べ人数	413人

〔みんな集中しています〕 〔夏休み学習サポートの様子〕 〔ガスバーナーの使い方実習中〕



《休み明けの学習リズムを立て直そう》

夏休みが終わって、まだ学校生活のペースが取り戻せない、うまく学習リズムがつかめない、という人も多いと思います。そこで今回は、休み明けの学習への気持ちの切り替えについてアドバイスをします。

- ① メリハリをつける
「宿題が終わったらおやつを食べる」「計算問題を20問解いたら自由時間」「どうしても眠いときは10分寝る」などお楽しみや遊ぶ時間をしっかり確保することで、集中力がアップします。だらだら・ながながやるのではなく、短時間でも集中して学習するように切り替えましょう。
- ② 焦らず、少しずつ取り組む
「休み中にあんなに頑張ったのに、テストの点が上がらなかった」というような話もよく耳にします。でも頑張ったことは無駄にはなっていないはずです。たくさんのことを一気にやろうとせず、焦らず、少しずつでも確実にできる量に取り組んでいきましょう。
- ③ 理解したときや正解したときは、しっかり自分をほめる
勉強が苦手だったりなかなか集中できない人も、ちょっとがんばって、がんばった自分をしっかりほめてあげましょう。「今まででよりもがんばって学習時間が10分増えた」「解けなかった問題が解けた！」など……。少しずつできるようになった自分をほめて認めてあげましょう。

※ お知らせ

緊急事態宣言下で今後の状況も不透明なため、9月の「レベルアップ学習」「土曜学習サポート」は行いません。ご了承ください。