



寺島中だより

教育目標

「深く考え自ら学ぶ生徒」「心豊かで思いやりのある生徒」「健やかでたくましい生徒」



『 一年を振り返り 新年へ 』

◆早いもので、今年も師走を迎えました。師走の街には、クリスマスツリーや色とりどりのイルミネーションが華やかに輝き始めてきました。朝晩の冷え込みも、日に日に増してきたようです。今冬も、インフルエンザの流行が懸念されています。皆様におかれましては、流行に備えた対策をとられますようお願いいたします。



年末・年始を控え、各ご家庭でもその準備のためにお忙しい時をお過ごしになり、子供たちが大掃除や年始の挨拶など、家庭での役割を果たしながら大きな節目を迎えます。このような時こそ、落ち着いた中で一年を振り返り、新たな目標を立てさせたいものです。

振り返る際にはよく反省をしますね。そのような時にマイナス的な評価をよくしてしまい、「できなかったこと」や「失敗したこと」だけに注目しがちです。それだけではなく、ぜひとも「良かった点」や「よくできた点」を評価するプラス思考の振り返りもしてほしいと願います。

この一年をじっくりと振り返り、新たに迎える年に、新しいことに積極的にチャレンジできるよう、準備をしっかりと整えてください。

◆ 学習発表会、大成功！！

11月11日（土）、運動会と同様に、四年ぶりに全校体制で学習発表会を実施しました。生徒たちは、この日のためにと、真剣になって準備をしてきました。この発表会では、展示発表と舞台発表を行い、日常の各教科の授業で学習した内容の成果や、体験したり調べたりした内容、作文コンクールでの優秀作品、そして部活動での活動の成果等を発表しました。それぞれの個性を發揮し、熱心に制作した作品により、生徒たちの優れた才能も発見することができました。



たくさんの保護者や地域の方々にご来校いただき、生徒たちにたくさんの賞賛の声や、温かい拍手をいただき、誠にありがとうございました。

◆ 両立のコツ

勉強と部活、仕事と遊び……。両立が上手な人と、そうでない人の違いはどこにあるのでしょうか。それは「集中力」。二つ以上を両立しようとしても、一つの時間には一つのことをやっています。切り替えがきちんとでき、それぞれに集中できる人は、両立が上手です。

ある大学で次のような研究をしました。100人の学生を集め、二つのグループに分けました。一つは、同時に複数の作業を多く取り組むグループ。もう一つは、一つずつ取り組んで行くグループ。結果は、後者のグループの方が良い結果を出したそうです。

同時に複数に取り組むのは、目的に関係の無い情報によって、処理が遅くなるようで、「部活のことを考えながら、勉強をする」「作業中に遊びのことを考えてしまう」のように、同時に二つのことを考えることは、効率が良くないようです。

一つのことだけに集中するには……

- ・『時間を分ける』:「この時間はこれをやる」と決める。
- ・『やることを小分けにする』:「2時間勉強する」ではなく、「最初の15分はこれをやり、次の10分は……」と決める。

両立のコツは、「あれもこれも」と同時に取り組むのではなく、一つずつの作業に集中し、丁寧に向き合っていくことですね。