

One team

～大事にしよう！人・もの・時～

来たる、夏休み。二学期へ向けて

1 学期が終わりました。これから夏休みが始まります。夏休みは約 40 日あります。この 40 日間は、学校という枠がない分、自分で『何のために』『何を』『いつ』するかを考えて実行することが大切になってきます。自分にとってよりよい夏休みにするために、次の 3 つのことを心がけましょう。

①時間を意識する。

夏休みは、部活、補充学習以外では、ほとんどが自由時間になります。1 日の『遊ぶ』『勉強する』『寝る』といった時間は自分の選択になります。起きる時間、勉強する時間、遊ぶ時間、寝る時間を決め、規則正しい生活を送れるようにしましょう。

②勉強をする。

夏休みは、まとまった時間が取れるため、自分で勉強するチャンスです。1 年生、2 年生の学習内容で「分からないまま終わった」「何となくテストを終えた」で終わっている教科、単元はありませんか？3 年生の夏、多くの受験生が「2 年のあの夏、勉強しておけば・・・」と反省を口にする姿が見られます。自分の苦手な教科、単元を少しでも、この夏休みで取り組んでみましょう。その努力は必ず来年の皆さんの力になります。

※651 人の中学生を対象にしたある

アンケート調査では、夏休みの勉強時間が 2 時間を超えた時、「成功した」「どちらかといえば成功した」という意見が、「うまくいかなかった」「どちらかといえばうまくいかなかった」という意見を上回ったという結果がでました。つまり、一日 2 時間以上を目安に学習するとよいようです。

③安心・安全に過ごす。

夏休みは、自転車を使って移動する機会も増えます。ヘルメット着用を忘れないで下さい。また、SNS・インターネットの利用にも注意が必要です。画面の向こうに人がいる、ということを忘れずに、正しく使うようにして下さい。ルール・マナーを守って、安心・安全な生活を送りましょう。

【学年レク 激闘！ドッチボール大会】

7 月 13 日(月)の 5、6 時間目に学年レクでドッチボール大会を行いました。白熱した戦いで、どのチームも全力で戦っていました。優勝は同率一位で、22R と 24R でした。

2 学年レクは!

ドッチボール大会を実施します!

ルール

- 1 外野は 5人 △ 各クラスで事前に決めておいてください
 - 2 最初の外野は途中参加可
 - 3 ボールはソフトバレーボール
 - 4 4分たったらボール追加
 - 5 ボールを追加したあとボールで防ぐのはあり
 - 6 当たるまで内野で参加
 - 7 頭はセーフ
 - 8 オールコートで実施
- ★最終的に残った人数で勝敗を決めます。
※最終的な人数が同じ場合、内野に残った人同士でジャンケンし、勝ち負けを決め、勝者が勝利となります。

試合形式

試合は脱走形式で行います。

試合時間 10分 試合間 2分

(移動・休憩をしてください)

試合の順番 →

第1試合	21R 対 22R
第2試合	23R 対 24R
第3試合	21R 対 23R
第4試合	22R 対 24R
第5試合	21R 対 24R
第6試合	22R 対 23R

