

1学年通信

2022.6.17

No.06

白馬中学校 1 学年

文責：降旗

時間の有効な使い方

中学校に入学して早いもので2ヶ月が経ちました。部活動に入っている人はいよいよ中体連夏季大会が始まり、忙しい毎日を送っていることでしょう。加えて今はテスト前。「部活動で疲れてしまって、帰ってもすぐに寝てしまう…」、「勉強する時間を確保したいのに、観たいテレビもあるからなかなか時間が取れない！」という人もいます。そんな人たちのために、今回は「ちょっとしたすき間時間の有効活用」というテーマで書いてみたいと思います。

8:10	10
8:20	朝読書
8:30	朝学活
8:35	10
8:45	1時間目
9:35	10
9:45	2時間目
10:35	15
10:50	3時間目
11:40	10
11:50	4時間目
12:40	給食
13:10	25
13:35	5時間目
14:25	10
14:35	6時間目
15:25	7
15:32	清掃
15:42	8
15:50	午後学活
16:00	15
16:15	下校

さて、左の図は6時間授業の日の日課表。朝8時10分に登校したとして、四角で囲んだ時間がすき間時間にあたります。授業時間以外にどれくらい時間があるのかというと、合計すると、なんと120分もあるのです。

当然、次の授業の準備をしたり、教室移動であったり、係や委員会の仕事もあったりするので、すべてを丸々使えるわけではありませんが、そうはいつでも工夫をすれば60分くらいは確保できるかもしれません。こうやって見てみると、何気なく過ごしている日常生活の中にも、意外とすきま時間はあるものなんですね。友達と話したり、運動をしたりしてリフレッシュする時間も大事にしつつも、ちょっと宿題を済ませてみたり、漢字や英単語、社会や理科の用語をちょこっと覚えてみたりすると、家での時間もさらに有効に使えるようになるかもしれません。私の経験では、特に英単語などの暗記ものは、時間を確保して長時間学習するよりも、すきま時間を活用して何度も何度も繰り返し学習の方が効果的に覚えられるのではないかと思います。また、たくさんの感覚をたくさん使うことも大切です。英語でも、ただ黙読する(目で文字を追う)よりは、音読(目で文字を追い、口から言葉を発して、その言葉を自分の耳で聞く)をしたり、筆写(目で追いながら手を動かす)をしたりしてより多くの五感を使った方が、覚えが早いように感じます。

勉強の方法については自分に合う、合わないもあるので、これが正解だというものではありませんが、いろいろな人の勉強方法を聞き、良さそうなものは取り入れて工夫していけると後々結果が違ってくるかもしれません。1年生ですから、是非、いろいろな方法を試してみたいはいかがでしょうか。

【登下校についての連絡】

- ・自転車で通学する生徒は、スカート・スラックスの代わりに学校指定のジャージを着用しての登校を認めています。
- ・自転車で事故が目立ちますので、転倒や接触にも気をつけて、安全な運転をお願いします。

【今後の予定について】

月	日	曜日	朝活	1	2	3	4	5	6	一般	完全	部活	給食	教育活動	
6	20	月	読書	51	52	53	54	55	56	16:15	18:15	×	弁当	1日総合 DAY	
	21	火	タイピング	21	22	23	24	25	26	16:15	18:15	○	○		
	22	水	合唱	31	32	33	34	44	/	15:00	15:20	×	○	放課後数学 1,3年合同応援練習	
	23	木	タイピング	41	42	43	44	45	46	16:15	18:15	○	○		
	24	金	タイピング	51	52	53	54	55	56	16:15	18:15	○	弁当	1日総合 DAY 予備日	
	25	土	中信大会 (バレー・野球・バドミントン・剣道)												
	26	日	中信大会 (バレー・野球・バドミントン・剣道) 中南信大会 (水泳)												
	27	月	読書	16	15	14	13	12	講演	16:15	18:15	×	○	街頭指導・講演会	
	28	火	タイピング	21	22	23	24	25	26	16:15	18:15	×	○		
	29	水	合唱	31	32	33	34	35 壮/生	/	15:00	15:20	×	○	県大会壮行会・生徒会⑤・放課後英会話	
30	木	報告会	テ	テ	テ	テ	テ	11	16:15	18:15	午後○	○	前期中間テスト		
7	1	金	タイピング	51	52	53	54	55	56	16:15	18:15	○	○		
	2	土	県中総体 (陸上)												
	3	日	県中総体 (陸上)												

【1日総合デイについて】 6/20(月)実施予定 ※予備日6/24(金)

<日程>

- 8:40~8:50 「岩岳の湯」駐車場に現地集合
- 8:50 点呼・健康観察後 始めの会
- 9:00 活動の説明・着替え(岩岳の湯の更衣室を利用)・ラフティング・着替え
- 11:50 午前の活動終了 昼食および午後の活動準備
- 13:30~16:00 アスレチック・チームビルディング
- 16:10~16:20 終わりの会
- 16:20 現地解散

<服装・持ち物>

- リュック(荷物を一つにまとめる) 自転車の場合はヘルメット着用 マスク(2枚ほど)
- 学校指定のジャージ上下 半そでシャツ(ワンポイント可) 学校指定のハーフパンツ
- 帽子 水筒 お弁当(昼食) 履きなれた靴 ハンカチ ティッシュ 軍手 カッパ
- 虫よけ(常備薬) 濡れてもよい靴(かかとの固定できるサンダル ×クローズ不可) 水着
- タオル 着替え 筆記用具

<その他連絡>

- ・自転車は、来た人から EX アドベンチャー入口右側のガードレールに沿って順に並べてください。
- ・自転車での集合・解散ができない場合はお手数ですが送迎をお願い致します。
- ・20日(月)、24日(金)は、実施、中止にかかわらず、お弁当となります。ご準備をお願いします。
- ・20日(月)の実施については、19日(日)に絆メールにてお知らせします。中止となった場合には登校し、スライドの51番から56番の授業を行います。