

飛躍 part 3



2024年（令和6年）
6月14日（金）
第156号

修学旅行の事後指導が残っていますが・・・

修学旅行の事後の取り組みとして、新聞作りをするように計画していますが、来週19日（水）・20日（木）・21日（金）は期末テストです。楽しかった修学旅行の余韻に浸っているばかりではいけませんね。進路に向けて大切なテストになります。この結果と1学期の授業や今までの2回のテストを総合して、3者懇談会で進路の方向性を確認していきます。今日進路希望調査を配布します。（締め切りは24日（月）です。絶対に遅れないように！）家族でよく話し合ってから提出してください。

以前から言っていますが「行ける学校ではなく、行きたい学校」を選択して下さい。ただし、今の成績と大きくかけ離れている場合は、再考が必要です。進路決定まで努力を惜まず、頑張る事はもちろん大事ですが、行った高校で人生の全てが決まるわけではありません。将来、仕事も含めどんな生活をしていきたいのかをよく考えて下さい。入試を経て、進路が決定するまで体調面も含め精一杯の努力をしていきましょう。分からない事や心配事は、遠慮せず担任や学年の先生に相談して下さい。



人生は決断の連続です。受験校を決める、就職先を決める、家を買う、車を買う・・・。人は何かを決める時に、どのように判断しているのでしょうか。経験やデータをもとに判断するのでしょうか、それとも直感で判断するのでしょうか。

「直感やひらめき」について、千葉大学の元教授、岩立 康男さん（1957～）は「脳は集中している時とぼーっとしている時のエネルギーの消費量の差は5%程度しかありません。ぼーっとしている時の脳内では、無意識下で様々な記憶にアクセスし、記憶の統合と整理が行われています。そうすることで脳内が活性化し、思わぬ記憶同士が結びついて、新たな見方や発想力が生まれるのです」「ですから集中する時とぼーっとする時が必要なのです」と。

勉強や仕事に集中している時、人は無駄な時間をなくし、より効率よく行う様に行動します。けれどずーっと集中していることはできません。ある程度の時間が来れば休憩が必要です。このオンとオフを上手に切り替えることで、効率が上がったりアイデアが浮かんだりするそうです。オフの時は寝る・散歩する・単純作業をする・・・など、身体も脳もリラックス出来るようにする事が大切です。その中で散歩がおすすめです。五感が刺激され、脳が活性化するそうです。試してみる価値ありそうですね。



来週の時間割です

6月17日（月）

	1校時	2校時	3校時	4校時	5校時	6校時	行事
1組	国語	社会A	体育	理科	数学	学活	ノー部活デー
2組	社会B	数学		英語	理科		
のぞみ	社会B	自活		国語	数学		
3組	社会A	理科		数学	英語		

6月18日（火）

	1校時	2校時	3校時	4校時	5校時	6校時	7校時	行事
1組	数学	音楽	国語	理科	英語	体育	自習	45分授業 質問日 ノー部活デー
2組	美術	数学	社会A	英語	理科			
のぞみ	美術	数学	社会A	自活	英語			
3組	理科	英語	数学	国語	社会A			

6月19日（水）

	1校時	2校時	3校時	4校時	5校時	6校時	行事
1組	自習	音楽テ	保体テ	社会テ	/	/	期末テスト1日目 給食なし ノー部活デー
2組							
のぞみ							
3組							

6月20日（木）

	1校時	2校時	3校時	4校時	5校時	6校時	行事
1組	自習	英語テ	国語テ	技家テ	/	/	期末テスト2日目 給食なし ノー部活デー
2組							
のぞみ							
3組							

6月21日（金）

	1校時	2校時	3校時	4校時	5校時	6校時	行事
1組	自習	理科テ	美術テ	数学テ	壮行会	/	期末テスト3目 給食あり 部活動写真撮影
2組							
のぞみ							
3組							

※テストに必要な物や提出物をよく確認して、テストに臨みましょう。