

# 羅針盤

やる気・本気  
・元気・根気

3学年目標

中学校をやりきる

～先を見て・考え・

決定・実践～

## 後期スタート 決定していく学期です

中学3年生最後の学期が始まりました。学校生活のひとつひとつが、「中学校最後の〇〇」と言われる学期です。大切に取り組んで行きましょう。まずは合唱コンクール。クラスをひとつにしての学級合唱、全校合唱『大地讃頌』をしっかりとリードしましょう。

進路関係では、いよいよ希望と具体的にどう受験するかを決定するときです。「これから頑張る」はあたりまえ、みんなが頑張ります。頑張るのが普通の時に、順位をあげるのはとても大変です。自分を本気にしましょう。「行きたい学校」を決め、そのための「必要な学力」を知る、その力を「どう身につける」か考え、実践していくときです。先延ばしにはできません。この『決定する』に中学3年生後期は、しっかりと向き合い行動していきましょう。

## 生徒会本部役員お疲れ様でした。

一人ずつ話をしました。

交代式の前に、生徒会役員任命式が行われました。いよいよ生徒会の中心が2年生にバトンタッチされます。ここまで生徒会本部役員として全校をリードしてきた4人が、一人ずつ話をしました。ここまで、お疲れ様でした。良い伝統が次へと引き継がれると思います。



## 前期・後期交代式から

3学年代表より

4月から3年生になり、私たち3学年は最高学年になったという意識を持つようになりました。例えば、委員会や部活動などで、委員長・部長を中心に下級生をまとめ引っ張っていくことができました。そして先日行われた体育史祭では、中学校で最後の体育祭を学年全員で盛り上げ、1・2年生に3年生としての姿を見せることができました。



部活動では最後の大会・コンクールがありました。どの部活動も中学校3年間で積み上げてきたことを全力で出し切ることができました。良い結果を残すことができた人、惜しくも結果を残すことができなかった人、それぞれあると思いますが、今まで頑張ってきた姿を後輩に見せることができ、次の代へと受け継ぐことができました。

修学旅行では「学年」という集団で行動する意識が高まり、時間を見て自ら考え行動することができました。また班別行動の計画では、班長を中心に話し合い、班員全員で協力して取り組みました。そして、京都奈良の歴史や文化に触れ、一人一人が日本の歴史に興味を持ち、学習面につながられました。これまでの部活動や行事で身につけてきた時間の意識や挨拶、感謝などを忘れず後期の学校生活でも生かしていけたら良いと思います。

後期に向けて私たち3年生は、学年目標である「中学校をやりきる～先を見て・考え・決断・実行～」を学年全員が意識できるよう評議員を中心に徹底していきたいです。

受験は団体戦というお互いに支え合うことが大切だと思います。テストで勝負をするライバルや喜びや悔しさを話せる友達などの存在がいることで、つらい受験勉強も仲間と友に乗り越えられると思います。しかし、受験当日は個人戦です。受験するときには自分一人しかいません。そのため自分が頑張ってきたことを精一杯出し切ること、そして自分を信じるのが大切だと思います。仲間とともに支え合い、残りの学校生活も頑張りたいです。

# 集中するということ

学年集会での話

部活動で「集中しろ！」という言葉がかけられたことがあるでしょう。ぼーとしているときに突然ボールが飛んできて、対応できなかつたり、ボールに向かう一歩目が遅れたりしたときに言われる言葉です。集中とは、自分の持つ力を最大限に発揮するために必要な要素です。

勉強をしていて集中していくとだんだん周りが気にならなくなるタイミングがあります。目の前のプリントや参考書しか見えなくなってくる状況です。例えば、漢字練習。根を詰めて練習を続けていくとだんだんに視野が狭くなります。周りの音や出来事に左右されない状態になります。この時、脳が活性化し、考えること・おぼえることができるようになります。いわゆる「ゾーンに入る」ことです。好きなことに集中していると時間があっという間に過ぎてしまうという経験はあるでしょう。残念ながら勉強面では、味わったことがない人も多いかもしれません。勉強は、好きなことではなかなかないので、集中させるための行動を習慣化させる必要があります。

逆から言えば、この集中する瞬間がない人は、何時間勉強しても頭には入らない努力になってしまいます。

(勉強時間) = (学習の成果) にはならないのです。

勉強で成果を上げられる人とは、次の2通りです。

<時間をかけ、努力して、努力して、繰り返しを続けていく人>

: 量によって成果を上げる人

→ 余裕の時間はすべて勉強に費やすことができる。

<短い時間でも集中して取り組むことができる人>

: 質によって成果を上げる人

→ 生活のメリハリをつけられる

一方、できない人・成果が上がらない人とは

○ 勉強に時間をかけられない。

○ 集中できず、いつも気が散っている。

○ ながら勉強の多い人。 です。

自分を勉強に集中させるためには、

① それ以外のものを排除すること (これを排除の原理と言います)

② ここまでやる・いつまでにやるを明確にすること

「できる所までやろう」は非効率で、結局終わりません。

とするとだめな例は

① 学習する場所が散らかっている。

気が散るものが視野にある。

欲しいものが欲しい時にすぐに手に入らず、探す時間で集中が途切れる。

② 横にスマホやPCがある。

せっかくゾーンに入ったかなと思ったときに、LINEやメール、ニュースなどの着信があり、そちらに気を取られる。場合によってはそちらの時間になってしまう。

この後、もう一度集中に戻すのに時間がかかります。

(以前にスマホと学力の関係について示したと思います。)

③ 塾の自習室(友達の家)に友達と長時間

みんなの大好きな「友達と一緒に勉強」が一番成果が上がらない取り組みです。たまにの気分転換を含めたものならば良いでしょうが、真に成果を上げたいならば「一緒に勉強する」はやめた方が良いでしょう。また、友達にすぐ聞けるというメリットがありますが、聞かれる方はそのたびに集中が途切れてしまいます。仲の良い友達のためにも「一緒に勉強」の時間をあてにするのはやめましょう。

結果が求められる3年後期です。成果を上げるためには、集中するための行動を習慣化し、先延ばしにせず、今この瞬間から始めることです。集中して勝ち取った学力は自分のものになるでしょう。入試当日自信を持って向かうためにも「集中できる自分」に取り組んでみましょう。

