



+1 (プラスワン)、next one ~健やかなる成長~

高校生最初の夏休み！

— 計画的な学習で苦手を克服しよう —

入学して3ヶ月、明日からは、高校生になって最初の夏休みです。

夏休みになれば、自由になる時間がグッと増えます。だから、部活動にも打ち込みたい、友達と遊びにも行きたいとあれこれ計画を立てているかもしれませんね。しかし、自由な時間の多い夏休みは、苦手を克服するための絶好のチャンスでもあります。自分の一学期を振り返ってみて、苦手な部分をそのまま残していることはないでしょうか。自分の弱点を克服するために、学習においても計画をしっかりと立てて取り組みましょう

夏休みの過ごし方で、今後の高校生活が決まるといっても過言ではないでしょう。夏休みを有意義に過ごしましょう。

夏休みの学習計画を立てよう

夏休みは、苦手を克服するチャンス。しっかりと計画を立て、夏休み明けからの巻き返しをめざそう。

計画の立て方のポイント	1	夏休みを4つに分けて計画を立てよう 学習計画は、夏休みを「①7月下旬 ②8月上旬 ③8月中旬 ④8月下旬」の4つの時期に分けて考えよう。
	2	無理のない計画を立てよう 詰め込みすぎない計画を立てよう。週に1日「予備日」を設けるなど、予定通り進まなかった場合に計画の遅れを取り戻すための時間を用意しておくことも大切。
	3	宿題を最優先で学習しよう まずは、夏休みの宿題を確実に終わらせることを最優先にしよう。
	4	苦手分野の復習に取り組もう 時間がある夏休みは、苦手分野克服のチャンスです。
	5	毎日の学習の記録をつけよう 何時間学習したか、計画通りに学習できたかを毎日振り返り、記録するようにしよう。配布した「夏的生活学習記録」(必ず提出)を利用しよう。

※ 計画の立て方のアドバイス (その他)

- 自分の学習に充てることのできる“持ち時間”総量を概算する＝細かく算出しようとしない。
- いつまでに何を終わらせるかという大まかなものを立てる＝細かく立てようとしない。
- 8月最後の週は課題考査の勉強もできるようにしておく。
- 英数国のうち、一番苦手な教科だけでも一学期の復習をする時間を設ける。

7/23～7/31 までの平日午前は“サマースクール”で、午後部活動の人も多いでしょう。8月に入っても部活動はあるでしょうし、家族で旅行に行ったり、友達と遊んだりすることもあるでしょう。そういった「OFF」の時間を満喫するためには、「ON」の時間をどのように計画的にかつ規律的に過ごすのが大事となってくるのです。

夏休みの予想される行動パターンと処方箋

日程	行事	予想行動	処方箋
7/20	終業式	「やっと明日から夏休み！！」 「遊ぶで～～」	夏休み計画を何のために立てたのか思い起こして、計画的に！！
7/23～31	サマースクール	「授業よりも補習の方が、予習が大変！！でも頑張るぞ！」	補習は、1学期の学習内容の復習とバージョンアップさせたもの。当然、予習・復習は必須の取り組みである。
7/20～8月上旬	三者面談	「また、成績のこと言われて嫌やな。おかん、変なこと言わへんかなあ。」	保護者の方と毎日コミュニケーションをとって、進路・職業について真剣に考えよう。
8月中	文理と職業調べ	「あこがれと言っても、何もないしなあ。」	身近な人(親戚・近所)で良いから、大人に色々聞いてアドバイスしてもらえば、糸口が見つかるはず。スタサポ Planning BOOK 進路研究ワーク②～④(提出用)を利用しよう。
8/21	高校野球終了	「あー、とうとう甲子園も終わったけど、宿題全然や。」	TV、スマホ等シャットアウト。あと10日。
8/23	スタディーサポート	「スタサポ、めんどくさいなあ、むず！」	第2回目のスタサポは、高校生活半年間の変化や高校生の学習スタイルが身につけているかが把握できます。大切なアイテム。
8/31	夏休み終了	「やばい、宿題してないぞ。」	9月からは長丁場。スタートでつまずかないように、セルフコントロールすること。提出物は計画的に。体調管理もしっかりと。

※8/23 (木) 登校日、8/24 (金) 第1回オープンハイスクール

8月23日(木) 8:30に登校(午前中はスタディーサポート, 12:40～環境整備)

夏季休業中の課題

—提出場所は特に指示がない限り担当の先生へ—

教科・科目	課題内容	○提出日 ○その他注意事項	課題考査
進路生活	①1学期振り返りシートの記入 ②スタサポ Planning BOOK 進路研究ワーク②～④ ③オープンキャンパスへの参加およびチェックシートを利用したまとめ(1校) ④第2回スタサポ活用ブック(P10～15) スティーチャージ(P1～54) ⑤「夏の生活学習記録」	8月23日(木)登校日に提出。 ただし、⑤の「夏の生活学習記録」は9月3日(月)に提出。	なし
作文課題	①「税に関する高校生の作文」 ・テーマ「税の意義と役割について考えたこと」(本人が創作、未発表のものに限る。) ・1人1編、字数800字以上1,200字以内、原稿用紙 ②「新聞感想文」 ・テーマは自由。新聞記事が題材になっていること。 ・1人1編、字数1000字以上1200字以内、原稿用紙	① 8月23日(木)登校日に提出。詳細は配布物および教室掲示物を参照のこと。 ② 8月23日(木)登校日に提出。詳細はプリント参照。	なし
国語	【国語総合A】 ① 『みるみる実力アップ現代文』の7～16(p18～p39まで) ② 『精選速修常用漢字』 p24～p35	① 課題考査後、出席番号順に重ね、職員室前に提出。 ② 提出なし	あり
	【国語総合B】 ① 『ニューエイジ古典基礎』の7～12(p16～p27、訓読のきまり p28・29) ② 『古典文法クリアノート』 p16・17、p20～23 ③ 教科書『徒然草』「高名の木登り」 p248 「ある人弓射ること習ふに」 p249を予習し、ノートを作っておくこと。	①②はプリントに解答し、8月23日(木)に、各クラス委員長が集め、職員室前の所定の場所に提出。3枚のプリントを重ねて左上隅をホッチキスで留めて提出すること。ノートは後日提出。	あり
公民(現社)	教科書 p.6～p.51 「私たちの生きる社会」 「現代社会と人間としてのあり方生き方」を読んで、教科書準拠プリントNo.①～No.⑩の穴埋め・演習問題等をする。	赤ペンで訂正し、答え合わせをする。9月3日(月)に提出。[解答は8月23日(木)に配布、クラスBOXにあり。] 12枚のプリントを重ねて左上隅をホッチキスで留めて提出すること。	なし

数 学	①数学I:チャート式 解法と演習 数学I+A P10～【方程式と不等式】P74～【二次関数】の指定する問題(別紙配布)	課題考査終了後、出席番号順に集めて、正副委員長が数学科準備室前の提出机に提出	あり
	②数学A:チャート式 解法と演習 数学I+A P209～【場合の数と確率】の指定する問題(別紙配布)	課題考査終了後、出席番号順に集めて、正副委員長が数学科準備室前の提出机に提出	あり
英 語	①英文法 EXPRESS① 1冊全て ②長文読解の基礎力養成シリーズ Joy Reader① 1冊全て。※『提出ノート』を提出。 ③英単語ターゲット Workbook1 P17～P30[単語番号161～300]	8/23 登校日の朝、各クラス課題全てを出席番号順に重ね、名列に○×をつけ、正副委員長が400教室に提出。提出者のみに解答を配るので、8/23にできていない者は翌日から毎日登校してやってもらいます。	あり
社会と情報	情報モラル標語 (詳細は別途配布の用紙を確認すること。)	8/23 23:59 締切 メールで提出	なし

【リレーコラム】1組担任(宗重有治)

高校3年生の5月、高校総体の地区予選がありました。前年度の県新人大会で入賞し、勢いに乗って迎えた高校最後の総体、地区予選は優勝、県で上位を！と意気込んで迎えた試合でしたが4種目目の跳馬でマットの継ぎ目に着地し、足首を思い切りひねってしまいました。残りの2種目は着地で踏ん張れず、すべて転倒。チームに大迷惑をかけました。試合後、病院に行くと足首のじん帯部分断裂と骨折でギブスをまかれました。さすがにギブスをまかれる時、県総体に出場できなくなることで涙したのを覚えています。チームは予選通過しましたが、メンバーが欠けた県総体は揮いませんでした。でも、誰も私にいやな態度をせず気を使ってくれたのを覚えています。同級生は私を含めての3人いましたが今でも1年に1度は会います。同じ目標を持って取り組んだ部活の仲間はとても良いものです。皆もそんな関係が築ける活動を目指してほしいと思います。

さて、話は変わるのですが、今回伝えたいことは部活のことではないのです。実は、県総体の試合会場で仲間の応援をしているとき、悔しくて情けなくて思った事が「このままでは終われない、大学でも競技を続けよう」でした。そして私の進路は決まりました。「より強く、上手くなるために競技力の高い大学に行こう」さらに「そうだ、スポーツは何でも好きだし、人に教えることも好きだ、体育の教師になろう！部活で体操競技を教えることもできる！」でした。その瞬間、目の前がパッと明るくなったことを覚えています。自分が何になりたいか、これから何をしていけば良いのか目標がハッキリしたからだと思います。それから5年後、私は体育の教師になれました。人生どんなことがきっかけで自分の進路が決まるかわからないものですね。皆にはあせらずに進路について考えてほしいと思います。ただ、目標が決まるとやるべきことがハッキリするのは確かです。将来、何になりたいか決まっていな人、迷っている人も、この夏、大学を見に行ってみてください。ここに行きたい！となるかもしれません。目標がハッキリすれば勉強にも力が入りますよ。ただし、目標は高く持ってください。高いレベル、良い環境は必ず皆の能力を高めてくれます。

9月当初の主な予定

9月3日(月) 始業式、課題や「夏の生活学習記録」等を提出
4日(火) 課題考査(英・数・国)
5日(水) 通学指導[～6日(木)]