



3学年だよ!

上越市立城西中学校
令和7年2月7日(金)
第33号

不撓不屈の精神で。努力あるのみ!

3日間の三者面談、ありがとうございました。不安を抱えながら、悩んだ末に自分で決断した今回の経験は、これからの人生でも忘れられない貴重な経験になることでしょう。

しかし、残りの時間は、あとわずか。自身の進路実現に向けて、あとは全力を尽くすのみです。これから1カ月のラストスパート、生徒が最後まで全力で走り切れるように、私たち教職員も全力でサポートしていきたいと思えます。保護者の皆様もご家庭でご支援よろしくお願ひします。



さて、生徒の皆さん、1カ月後に迫った公立高校入試に向けて、心掛けてほしいポイントを10個紹介します。参考に見てみてください。

①	「つまみ食い学習は×!」	参考書や問題集を「あれも、これも…」とする学習は、あまり力が付きません。1つか2つに絞ってじっくりと取り組みましょう。
②	「一冊の問題集を徹底的に!」	スタプロに答えを直書きして完成させましょう!大きな自信にはずです。
③	「“暗記”は今日からでも遅くない」	1日1時間の集中暗記は、必勝のカギ!
④	「苦手教科は、基本問題をたくさんやる」	教科書やワークの例題や問題を復習してから、スタプロに取り組む、など基礎固めに時間をかけよう。
⑤	「過去の入試問題にチャレンジ」	出題の傾向や問題の特徴を知る、時間配分を考える、問題慣れすることが大事です。 (「敵を知り、己を知れば、百戦危うからず」という言葉もあります)
⑥	「疑問点は、分かるまで人に聞こう」	今日の未解決問題を明日に残さない。先生や仲間は、あなたのためにいるのです。休み時間や放課後学習室を活用しよう。
⑦	「“受験生”を言い訳にしない」	家の手伝いは進んでやりましょう。家族と会話することも精神の安定には必要です。
⑧	「生活リズムの確立」	入試は昼間に行われます。学校でボーっとしていたり、あくびばかりしていたりする人は、夜型から昼型へ切り換える必要があります。
⑨	「焦らず。自分のペースも大事」	『やっていない』と焦るよりも、『やった量だけ自分の力になっている』と自身を褒めてやることも大事です。
⑩	「“必勝”の土台は、心身の健康」	散歩、ストレッチなど、たまには身体を動かして気分転換を図り、心身のリフレッシュを。健康を保つことが何より大事です。

不安や心配は人生につきものです。「うまくいくだろうか?」と真剣に考えれば考えるほど、不安や心配は強くなります。受験を直前に控え、誰もが大なり小なり不安や心配を抱えていると思えます。大切なのは、いたずらに動揺しないこと、たじろがないことです。強い気持ちをもって、新たな勇気を生み出していくことです。「努力してきたから大丈夫!」と自分に言い聞かせられるよう最後まで努力を続け、この試練を乗り越えて欲しいと思えます。私たちも全力で応援します!

“鬼”に負けるな！！



2月2日(日)は節分でした。せっかくの機会ですから、思い切って**心の中**にいる鬼＝**ネガティブな感情**を追い出しましょう！あなたが心の中から追い出したい鬼は？？

追い出したい！	理由は？	こんな自分になりたい
後回し鬼 	いつも「後でやる」と言って、結局忘れてやらなくて、後悔してしまうから。	→ やらなくてはいけないことを確認して、優先順位を決める。
やりたくないことから逃げる鬼 	苦手教科の勉強から目を逸らしてしまって、後回しにしてしまうから。(結局やらない…)	→ 嫌なこと、苦手なことにも勇気を出して立ち向かえる自分になりたい。
すぐにスマホをかまってしまう鬼 	勉強しないといけないのに、すぐに飽きて(誘惑に負けて)スマホをかまってしまう自分がいるから。	→ 自分の弱さに負けない。親に預かってもらう。
へりくつ鬼 	否定的な見方や考え方をしてしまったたり、へりくつを言ったりして、他の人を嫌な気持ちにさせてしまうことがあるから。	→ 周りの良いところを見つけられる自分になりたい。
ネガティブ鬼 	もしも…のことを考えると、不安や焦りの気持ちが強くなって、集中できなくなるから。	→ 全力で努力して、自信をもって受験当日を迎えられるようにしたい。

来週の予定

提出物のお知らせ

卒業式参加者確認 (※QRコードで回答)

28日(金) 〆

	朝	1	2	3	4	昼	5	6	放課後	備考	終学活終了
10月	朝学習可	授業	授業	授業	授業	給食	授業		部活なし	○公立特色化選抜入試 ○清掃あり	15:05 15:20
11火	建国記念の日										
12水	朝学習可	授業	授業	授業	授業	給食	授業		部活あり	○放課後自主学習(16:00) ○清掃あり ○城西タイム	15:15 16:30
13木	朝学習可	授業	授業	授業	授業	給食	授業		部活あり	○放課後自主学習(16:00) ○上越・関根2月入試 ○清掃なし ○フッ化物洗口	14:50 16:30
14金	学年朝会	授業	授業	授業	授業	給食	授業		部活あり	○放課後自主学習(16:00) ○清掃なし ○テスト素点確認(テスト持参)	14:50 16:30

来週の各学級主任

※出張や体調不良等で、突発的に変更になる場合があります。

	1組	2組	3組	4組	5組
2/10~2/14					

【保護者の皆様へ】

- ・ご多忙の中、「体罰アンケート」にご協力いただきありがとうございました。これからもお子さんのことで不安や心配等がございましたら、遠慮なく学校までお知らせください。
- ・5日(水)に「iPadのデータの移行及び返却について」文書を配付しました。
iPadと充電アダプタ、充電ケーブルを14日(金)までに学校へ返却してください。

