



新宮中学校だより

自主・創造・敬愛



令和4年7月20日 No.5

新宮町立新宮中学校

生徒数 975名

1年生	2年生	3年生
331名	327名	317名

夏休みはよい習慣を身につけよう！

明日から夏休みです。皆さんはどんな夏休みを過ごすのでしょうか。

3年生については、一人ひとりが自分の進路決定のための大事な時期となります。これまでの2年間と違い学習に重きを置いた夏休みとなることでしょう。また、多くの高校が夏休みの期間に体験入学を実施します。実施に体験する貴重な機会です。勉強や部活動、高校までの交通機関や所要時間、校舎や先生、高校生の先輩の雰囲気などをしっかりと感じ取ってきてほしいと思います。

2年生の大半は部活動中心の夏休みでしょう。とくに、3年生が抜け新しいチームとなり1年生を引っ張っていく重要な役割が加わり、責任が伴うスタートの時期となります。

1年生も部活動中心の夏休みになる人が多くいると思います。また、小学校時代と違い、宿題も多く、きちんとした計画を立てないと、夏休みの後半はバタバタすることになるかもしれません。

各学年とも「質問教室」が予定されています。学習の充実に活かしていきましょう。

さて、今年の夏休みは35日間あります。勉強に部活動、習い事等に集中して取り組める時期です。この時期だからこそ、皆さんに身につけてほしいことがあります。それは「習慣」です。

学習や運動で重要なことは、「やり方」と「継続」です。

正しい(自分にあった)学習(運動)の仕方を続けることで力がつきます。「習慣」とは、繰り返し行うことで無意識にできるようになった行動です。行動を継続していくためには「習慣化」する必要があります。

習慣化するために大切なことは…

- (1) 目標を決める。目的を意識する。
何が(どこまで)できるようになりたいか…
- (2) 計画を立て、すぐ行動する。
1日の生活の中に勉強時間、運動時間等を入れた計画を…
- (3) 無理な計画を立てない。
できそうなことから段々に…
- (4) できたことを記録する。
できたことや変化に気づくことで自信がつく、次につながる…
- (5) 忙しいときは、少しでも必ずやる。
計画通り実施できないときもあるかも？なので…
- (6) 行動に変化をつける。
テキストを変えたり、場所を変えたり…
- (7) 行動の仕組みを作る。
可視化(計画を見えるところに張る等)したり、家族や友だちに目標を伝えたり…

勉強や運動が習慣となるには、約30日かかると言われています。夏休みの期間、毎日続けることができ

れば、2学期以降も継続して続けることができ、大きな成果が出るはずです。

夏休みには授業はないけれど、皆さんの心と体と頭脳の成長は止まるわけではありません。部活動などで体を鍛える、勉強に懸命に取り組んで頭を鍛える。それだけでなく、夏休みにしかできないことや体験をたくさんして心身を鍛えてください。また、2学期は、9月には「総合ウィーク」、「中体連新人戦」(本格的に始まります。)10月には「文化週間・文化発表会」、11月には「中文連発表会」、「生徒会選挙」、12月には「三者面談」(3年生は進路選択・決定の大切な面談)が予定されています。たくさんの大切な行事が実施されます。夏休みに心身をリフレッシュしてしっかりと力を蓄えていてください。さらに、コロナ感染症や熱中症、水難事故等、安全に気を付けること、自分や周りの人の命を大切にして過ごしてください。

1学期以上に成長できるよう2学期に向けて準備を整えて、8月25日(木)に全員が笑顔で元気に登校することを期待しています。

明日から教育相談(三者面談)を行います

新宮中学校の1・2学期の通知表には生徒のみなさんの学校での様子や活躍をお知らせする欄がありません。そこで、教育相談の中で、生徒や保護者のみなさんに直接お伝えすることになっています。学校での様子だけでなく、お家での様子や困っていること、進路のことなどを一緒に考え、夏休みの習慣につなげましょう。

保護者の皆様におかれましては、面談時間の調整などにご協力いただき、ありがとうございます。短い時間ですが、充実したものになるよう、よろしくお願いいたします。

8・9月の主な行事

8月13~15日	学校閉庁日
25日(木)	学校スタート・課題テスト(2教科)※午前中授業
26日(金)	課題テスト(3教科)※午前中授業
29日(月)	2学期始業式
30日(火)	給食スタート
31日(水)	交通安全指導・代議専門委員会
9月1日(木)	総合ウィーク ※給食なし(弁当必要)
2日(金)	総合ウィーク ※給食なし(弁当必要)
8日(木)	英検 IBA テスト(3年生対象)
12日(月)	学習強化週間(部活動試験休み)(~16日) 質問教室
13日(火)	質問教室
16日(金)	中間考査 ※給食なし(弁当必要)

※感染症拡大の状況等によっては変更になる可能性があります。

※裏面に糟屋区夏季総合体育大会の結果と写真を掲載しています。

■ 糟屋区夏季総合体育大会等結果

部活動名	結果
野球	準優勝（地区大会出場）
サッカー	惜敗
陸上	男子総合3位
男子テニス	優勝（地区大会出場）
女子テニス	準優勝（地区大会出場）
水泳	女子総合優勝
柔道	女子3位（地区大会出場） 男子惜敗
剣道	男子5位（地区大会出場） 女子惜敗
男子バスケット	惜敗
女子バスケット	惜敗
男子バレー	準優勝（地区大会出場）
女子バレー	惜敗
卓球（女子）	3位（地区大会出場）
空手道	女子団体3位【福岡県大会】



* 男・女ソフトテニス、柔道、剣道、卓球、陸上、水泳ならびにバドミントンについては、個人の部でも多くの生徒が地区大会出場を果たしています。

