



## 気持ちを切り替えよう

運動会が終わり、早くも2週間が経ちます。時が経つのは早いもので、ずっと先のように感じていた定期考査も間近に迫ってきました。気持ちの切り替えはできていますか。本番に向けて地道な努力が必要であるという点では、テストも運動会も同じです。残り1週間、がんばっていきましょう。

### ◆運動会での活躍

中学校生活最後の運動会はどうでしたか。今年はどんな行事も「中学校生活最後の〇〇」となります。それだけに、どれも悔いなく終えていきたいですね。

少し前なのですが、2学年便りにこんな文章が載っていました。

3年生の先輩たちの活躍を見てどのように感じましたか。全力で頑張っている姿やクラスのために声を出している姿、ソーラン練習などでリーダーたちが指示をしている姿、黒法被隊で輝いている姿。そのような姿はとても「かっこよく」見えたと思います。来年は君たちが最上級生となり、この運動会の中心となっていかなければなりません。今年の運動会で経験したことをいかしてこれからの生活を送っていくとともに、来年の自分の姿を考えて行動できる生徒になりましょう。  
(2学年便り「魅」第7号)

これを読むと、皆さんが上級生としてよい手本になっていたことがよくわかりますね。競技も演技も係としても、3年生が活躍する姿は本当にかっこよかったです。特に四中ソーランにける皆さんの思いは練習の様子から痛いほど伝わってきていたので、演技を見ながら思わず目頭が熱くなってしまいました。

運動会が終わった今大事なことは、その経験をどう生かしていくかということです。四中ソーランを1から創り上げた経験は、他のことにも絶対に生かせるはずです。それこそ、これから本格的に始まる受験勉強だって1からコツコツと積み上げていくものですし、10月の合唱コンクール(これも中学校生活最後……)でもクラスでの地道な取り組みが必要になるでしょう。地道な努力を続けて成功にたどりつくというのはなかなかできない貴重な経験ですから、ぜひ皆さん一人一人の人生の中でこれを生かして行ってほしいと思います。



(各クラスの集合写真は割愛します)



# 1 学期定期考査

6月19日（水）から1学期定期考査が始まります。先週の水曜日が試験2週間前でしたので、試験範囲表を配付しました。学習は進んでいるでしょうか。

今回は9教科の試験ですから、試験範囲や課題の量もおのずと多くなっているはずです。計画を立て、それを地道に実行していくことが必要になります。そうした姿勢は受験勉強においても必要になってきます。

試験範囲表と一緒に学習計画表も配付しました。それもうまく使って、学習を計画的に進めていってほしいと思います。

作成者の先生に聞きました

## 学習計画表を使うときのポイント

試験勉強で大事なことは、学習の予定を具体的に立て、その進み具合をしっかりと把握することです。予定を立てるときは、実現可能な目標を3つ～4つくらい立てましょう。このとき、学習する内容や時間を具体的に決めることが大切です。また、翌日にはそれが達成できたかどうかをしっかりと確認しましょう。達成できなかった場合は、翌日のタスクにそれを入れましょう。後回しにするとそのうちにやるのが面倒くさくなり、結局はやらずじまい……ということになりがちです。

自分の学習状況を把握できるようになると、山積みだと思っていた課題や試験範囲をこなしていく見通しがもてるようになり、気持ちも楽になってきます。がんばろう！

令和6年度 1学期定期考査 計画表  
 今回の目標：  !

教科	試験までのタスクリスト	
	やらねばならないこと (提出物や試験範囲などを参照)	目標のために頑張ること (+勉強法)
社会		
国語	エッセイ(5月24-25日)	読解ワークを2冊やる
保健		
数学		
美術		
音楽		
英語		
理科		
技術		
家庭		

## 第1回領域別診断テスト

定期考査後の6月24日（月）に領域別診断テストが行われます。中学校での学習がどれだけ身に付いているかを診断するテストです。各教科の分野ごとに成績が出るので、自分の弱点を把握するのに役立ちます。また、東京都内の多くの中学生が参加するので、都内の受験生全体の中で自分がどのあたりの位置にいるかを把握することができます。今年度は進路決定の参考資料とするため、年間4回実施する予定です。

### 領域別診断テスト出題予定表

国語	数学	英語	社会	理科
<ul style="list-style-type: none"> <li>文学的文章の読解</li> <li>説明的文章の読解</li> <li>語句、文法、古典</li> <li>漢字の読み書き</li> <li>作文</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>数・式の計算</li> <li>1次方程式</li> <li>連立方程式</li> <li>1次関数</li> <li>平面・空間図形</li> <li>平行と合同</li> <li>三角形、四角形</li> <li>データの活用</li> <li>多項式の計算</li> <li>★<b>定規とコンパスが必要</b>です！</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>対話文読解</li> <li>長文読解</li> <li>受け身</li> <li>リスニングテスト</li> <li>自由英作文</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>地理分野総合</li> <li>歴史</li> <li>○古代までの日本</li> <li>○中世の日本</li> <li>○近世の日本</li> <li>○近代の日本 (立憲国家の成立まで)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>小問集合（復習）</li> <li>大地の変化</li> <li>生物の生活と種類</li> <li>身のまわりの物質</li> <li>光、音、力</li> </ul>