

～ひだまり～

第3学年 学年目標

伸ばせ学力 鍛えよ心

第3学年だよ

第40号

冬休みの計画を立てよう

受験校が決定し、いよいよ本格的な準備の冬休みを迎えます。今年の冬休みは、土日が重なり、ゆっくり休める親御さんも多いと思います。しかし、生徒の皆さんは受験生ということもあり、何かと落ち着かないかと思います。年内に出願する人も多いので、自分の受験日程を確認しながら用意を進めてください。そのためにも、冬休みの計画が大切です。体調を整え、しっかりと受験勉強に入れるよう体制を整えましょう。

冬休みの学習のポイント

受験校の過去問をできるまで解く！

英語・数学の学習は毎日少しずつ！

理科・社会の復習をしっかりと繰り返す！

目標時間 は「1日8～10時間」を意識する。

生活時間を考え、学習時間を確保する。

過去問演習と苦手克服を集中的に取り組む。

- ・自分を奮い立たせるために、目標を大きく書いて目立つところに貼る。
- ・量より質を重視し、集中する。
- ・塾に頼り過ぎず、自分で学習する時間を大切にする。

もちろん、冬休みなので、宿題を出してくださる教科もあります。「成績に関係ないし」などと思わず、自分のためにやりましょう。3学期の成績は中学校に残る成績ですし、進学先に伝える成績でもあります。最後まで全力でとりくみましょう。

冬休みの健康管理

- ・生活リズムが乱れないように、規則正しく生活をする。
- ・睡眠時間を確保するとともに、夜型の生活を朝型に変えていく。(受験は午前中です！)
- ・おススメの夜食
調理実習で作った蒸しパン・・・気分転換にいろいろな味で作ってみるのもよいでしょう。
温かいうどん・肉まんなど また、免疫力を上げるために、ビタミンCを多く含む果物(みかん)はおすすめてです。

保護者の皆様へ

本日、受験写真のデータを生徒に渡しました。QRコードが載っていますので、なくさないようにお願いします。また、このデータの活用法を含め、「都立高校のインターネット出願」について、保護者会にて説明をします。校内の出願の締め切りが短いのでよろしくお願いします。学校としての保護者会は、今回で最後となります。3月には、保護者の方を交えてのお楽しみ会を開催したいと考えておりますが、今回もご出席願えればと思います。お忙しいところですが、ご協力ください。

今後の予定	日	予 定	日	予 定
	15(月)	私立入試相談始 生徒朝礼	22(月)	
	16(火)		23(火)	都立高推薦インターネット出願校内メ切
	17(水)	保護者会 (都立高インターネット出願説明) 45分授業 再登校16:10	24(水)	体育着登校 大掃除 避難訓練 給食終 ⑤カット
	18(木)		25(木)	②学年集会 ③終業式 ④通知表配付 給食なし 再登校16:00
	19(金)	都立高インターネット出願始 受験関係書類作成願メ切 研修会 ⑥カット 再登校16:10	26(金)	冬季休業日始