

I will...



I will make my dream come true with the IRON WILL.

夢の実現に向けて「鉄の意志」を持って突き進む

令和2年度 人吉市立第二中学校 学習通信

令和2年9月15日(火)



切りかえは強さ

先日の体育大会は、本当に素晴らしかったです。一生懸命に頑張ることや仲間と協力すること、時間を守ること、忘れ物をしないことなど、これからの学校生活でも続けていきたいと思います。

通常日課の生活が始まりました。今週、みなさんがやるべきことは学習への切りかえです。集中して、授業と家庭学習に取り組みましょう。

「〇〇があるから…」 「今日は疲れたから…」 「来週から…」 と言い訳してはずっとできません。心が育つ今、やるべきときには切りかえて集中する習慣を身に付けましょう。そして、それが自分を伸ばす方法になります。

日常生活は切りかえの連続で、自分にスイッチを入れる練習のようなものです。右のようなことができて人は集中力がついていきます。言い訳を考えて先延ばしにしているうちに、貴重な時間は過ぎてしまいます。今週は学習に向けて、切りかえる練習をしましょう！



学校での「切りかえ」練習

- ◇迷わず、即あいさつや返事をする
- ◇登校したらすぐにバッグを棚に片づける
- ◇授業開始の号令がかかったら、さっと起立し、大きな声であいさつをする
- ◇「黒板を見る」「ノートを開く」などの先生の指示にさっと反応する
- ◇掃除の黙想が終わったら、無言ですぐに掃除を始める
- ◇帰りの会が終わったら、素早く次の行動（部活動／下校）をする



家庭での「切りかえ」練習

- ◇起床時間にがばっと起きる
- ◇時間になったらさっと制服に着替える
- ◇学習を始めるときは、すぐにテレビを消す
- ◇学習を始めたら、すぐにノートを開く

日々の切りかえの練習が、前向きな自分をつくるのです。