

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8日(火) NO.7



正しい“姿勢”が集中を生み出す

先週から体育大会に向けての練習が始まりました。暑さや疲れから、集中力が奪われやすい時期です。そんな中でも、授業中は背筋をピンと伸ばして先生の話聞き、一生懸命に授業に取り組んでいる人がいます。とても感心します。背筋が伸びていないと、集中力も続かないものです。

さて、あなたの授業中の姿勢はどうですか。気力がなくダラっとしていたり、下敷きであおいでいたり、ひじをついていたいたりしていませんか。また、先生の言われることを、聞き取ろう、分かってしようとしていますか。「暑い」「きつい」は皆同じ。自分との戦いです。授業は、“理解しよう”と思って聞かないと難しいものです。授業の内容を自分のものにする姿勢ができていますか。自分の心と体の姿勢を、右のリストでもう一度チェックしてみましょう。

また、学級のみんなと、話を集中して聞く雰囲気をつくることも大切です。「他の人もしゃべっているから自分もいいや。」とやすきに流されたり、ダラっと動くことで学級全体の士気が下がったりしていませんか。授業中、楽しい雰囲気の中にも緊張感のあるクラスは、学力が伸びます。学級の学習への取り組み方も、右のリストでチェックしてみましょう。そして、学級みんなと協力して、授業に集中できる雰囲気をつくっていきましょう。



心と体の姿勢

- ☐ 背筋をピンと伸ばしていますか
- ☐ 先生の方へ体を向けて、話を聞いていますか
- ☐ 先生の顔を見て、話を聞いていますか
- ☐ 手を止めて、話を聞いていますか
- ☐ 「後で誰かに聞けばいいや」と思っていますか
- ☐ 「どうせテストには出らんど」と思っていますか
- ☐ 「そんなの知っとるし」と思っていますか



学級の雰囲気

- ☐ 2分前着席、1分前黙想ができています
- ☐ 挨拶・返事が気持ちよくできています
- ☐ 先生が話をされる時、シーンとなる
- ☐ 活動的であるときと集中すべき時にメリハリがついている

普段の姿勢が、心を育てるのです。