

Go for it !

令和6年4月30日(火)

錦中学校 学びて通信 #3

続けることに意味がある！

みなさん、ゴールデンウィークの前半が終わりました。学習の他に、部活動の大会や練習をがんばってきたことと思います。

部活動の大会があり、疲れた体で、宿題や学びてノートに取り組むのは、大変かも知れません。そこで、「朝時間の活用」「短時間でも毎日コツコツと」ということについて述べます。

毎日の小さな努力の積み重ねが、必ず大きな力に変わります！ゴールデンウィーク後半も、メリハリをつけて、一步步進んでいきましょう！

1 朝の時間を活用しよう！

「朝の時間は、夜の時間と比べて、集中力が3倍ある。」といわれています。つまり、朝、集中して15分間学習すると、夜の45分間に匹敵します。その時間を活用すると、学習も進むし、疲れた体で、無理をして学習する必要もなくなります。また、精神的な余裕も生まれますね。

昔から、「早起きは三文の得」と言われます。英語でも、「早起きの鳥は、餌にありつける。」ということわざがあります。

学習もしたいし、部活もがんばりたい。そんなみなさんにお勧めは、朝時間の活用です。ぜひ、やってみてください！！

2 それでも、毎日コツコツと！

やるべき学習や宿題がたまってくると、余計気持ちがあせって、先延ばしにしてしまうことがあります。そんなときは、時間を区切って、まずはできることから取り組むといいですよ。「継続は力なり」です。

一気にまとめてやるよりも、毎日の小さな努力が大切です。勇気を出して机に向かうその一歩が、やがて、大きな力に変わります。

コツコツとやることに、大きな意味がある！