



スタートから^{ひとつき}一月たちます



【^{げんき}元気に^す過ごせられていますか？】

学校横の桜の木々も、すっかり緑色の葉が主役となっています。昔から『やや遠くにある緑色の景色を見ると目に優しい』と聞きます。機会があれば、休み時間にたとえ数分でも眺めてみてはどうでしょうか。疲れた目を休ませることにつながるかもしれません。またこの4月は、一日の寒暖差を感じることが多く、体調管理にも気をつかうことも多かったのではないのでしょうか。



このような天気の変化が自身の体調に影響し、カゼのような症状がでたという人も



いたと思います。

特に、1年生の皆さんにとっては、学校での生活《環境・仲間など》が大きく変わり、緊張感もあったことから『疲れた』と感じた人もいたことでしょう。もちろん、2・3年生の人のなかにも、同じように感じた人はいたと思います。

今、世の中ではゴールデンウィークと言われる期間に入っています。《ただし、学校は明日も予定通りの授業ですが…。》休日のなかで、自分の時間があれば、リラックスする時間も確保して、心身のリフレッシュを図っていいと思います。

心身を休めるためとはいえ、ただ寝るだけ…は、あまりお勧めしません。散歩などの軽運動を行うことで、より休息の効果が高まると聞いたことがあります。また、先ほどお伝えした遠くの景色を眺めることなども、リラックスの効果にもつながるようです。

《散歩をする場合は、交通安全に気をつけて行ってください。》試してみてください。うか。

これからの季節は『熱中症』も心配されるところです。暑さに体が慣れていないことから、それほど気温が高なくても体調に影響する場合があります。活動（行動）内容に応じて、適切に水分補給をするなどして、熱中症を予防していきましょう。

今月の学習の振り返りを！

上級生のなかには、これまでの定期テストなどの経験から、自分なりの学習方法等を見つけている人もいます。また、これまでの学習の取組を振り返り、テストに向けた取組が「うまくいった！」とか「うまくいかなかった。」という経験、また、「もっと勉強の時間をつくっておけばよかった！」などの反省をした人もいます。



今は、新しい学年となり「テストでは、がんばっていこう！」と気持ちを引きしめているところでしょうか。

★ 1学期の中間テストは実施しません。各教科において単元テストなどを実施します。

1学期期末テストは6月17日（火）～19日（木）に実施予定です。

1年生のなかには、定期テスト（中間や期末テスト）に不安を感じる人がいるかもしれませんが、まず、テストの範囲が示され、その範囲の勉強を中心に自分で計画を立て、自主的に勉強していくことになります。そして、テスト当日をむかえます。

テスト期間はテスト前の一週間あり、この間、部活動は停止となりますが、この期間だけで一気に勉強しても、学習した内容はなかなか身につかないと思います。

また、学習状況をj確認するなどのためワーク等を提出する教科もあります。テスト期間の一週間だけでは、十分に取組めないと思います。

やはり、『その日の授業内容を整理（振り返り）しながら、日々コツコツと勉強していく』ことが、このテスト期間の有効活用と学力向上につながります。

新年度、まだスタートしたところです。これまで学習した内容は、しっかりとおさえておけるといいですね。

ゴールデンウィークは、学習に取り組む絶好の時間になります。『よい準備には、よい結果』がついてきます！ 初心を忘れず、みなさん、がんばって！！

自転車通学等「安全確認」



- ・自転車は1列で走行します！ 2列3列で並走しません！！
- ・人や車の近く、曲がり角ではスピードを落とし、「止まれ」の交差点では一旦停止します！
- ・通学以外での自転車利用時にもヘルメットを着用しましょう！