

☆3学期が始まりました

13日間の冬休みが終わり、中学生生活最後の学期が始まります。この3学期は皆さんにとって大切な「集大成」の時間となります。この学年・クラスで過ごす日々も残り49日間となりました。一人ひとりが夢に向かって全力で挑むとともに、これまでともに過ごしてきた仲間との時間を大切にしてください。そして、卒業の日を迎えるその瞬間まで、悔いのないよう充実した時間を過ごしてください。

☆今年巳年

今年巳年です。蛇は古くから「再生」や「永遠」の象徴として親しまれてきました。その理由の一つが、蛇が成長のたびに脱皮を繰り返すことにあります。しかし、それはまったく新しい存在になるわけではなく、今の自分を基盤に一回り大きく、強くなっていくためのプロセスです。

受験や卒業を迎える皆さんも、この中学校生活でたくさんの学びや挑戦を積み重ねてきた日々を力に変えて、少しずつ次の自分へと近づいています。変わることを恐れず、そして今の自分を大切にしながら進んでいきましょう。



☆役目を引き継ぐ

12月25日(水)終業式は、区歌、校歌の指揮・伴奏を9年生が担当する最後の儀式となりました。これまで多くの場面で、堂々と安定感ある指揮や伴奏で全体合唱をリードしてくれました。3学期始業式からは8年生がこの大役を引き継ぎます。一つひとつの役目を後輩に託しながら、自分たちの新たなステージへと進む時期です。これまで培ってきた経験と自信を胸に、次のステージに歩み続けてください。



☆不安と向き合う

3学期は短く、また気持ちが焦る時期かもしれません。受験への不安や緊張を感じるのは自然なことです。しかし不安に押しつぶされず、前向きに過ごすために以下のポイントを参考にしてください。

☑不安なときこそ「いつも通り」を心がける

不安になると生活リズムが崩れたり、勉強に集中しにくかったりすることがあります。しかし、これまでやってきたことを信じ、「いつも通り」の勉強や生活を続けることで心の安定を保つことができます。

☑「計画的な勉強」を行う

不安だからといってやみくもに勉強するのではなく、計画的に優先順位を決めて取り組みましょう。成果が自信へとつながります。

☑リラックス方法を取り入れる

緊張を和らげるために、適度にリラックスすることがおすすめです。好きな香りを楽しんだり、ストレッチや軽い運動をしたりすることで気持ちを切り替え、集中することができます。



☆保護者のみなさま

新年あけましておめでとうございます。旧年中は本校の教育活動にご理解・ご協力いただき、誠にありがとうございました。卒業まで残り少なくなってきました。有終の美に向かって、学年一同歩を進めてまいります。本年もよろしくお願い申し上げます。

都立推薦入試の考査料支払手続 校内締切は1月14日(火)です。余裕をもって手続きを進めてください。

☆今週・来週の予定

| 日 | 曜 | 予 定 | 給食 | 備 考 | |
|----|---|---------------------|----|-----------------------------|---------------------|
| 9 | 木 | | ○ | 1月16日(木)学年朝礼から生徒スピーチが再開します。 | |
| 10 | 金 | 校外学習保護者説明会参加確認票配布 | ○ | | |
| 11 | 土 | | | | |
| 12 | 日 | | | | |
| 13 | 月 | 成人の日(祝日) | | | |
| 14 | 火 | 都立推薦入試考査料支払手続 校内メ切 | ○ | | |
| 15 | 水 | 45分時程 ②カット 13:10 下校 | ○ | | |
| 16 | 木 | 学年朝礼 避難訓練 | ○ | | |
| 17 | 金 | 校外学習保護者説明会参加票提出メ切 | ○ | | |
| 18 | 土 | 週休日 | | | |
| | | | | | 数学検定9:00~(御成門中学校会場) |