



# 目標を立てて計画的に！

11日（月）に実施した分散登校では、皆さんが時間を守りスムーズに行動してくれたことで、予定終了時刻よりも早く終わることができました。時間を守ることが、習慣として身に付いている証拠だと思います。また、「おはようございます」「お願いします」と大きな声であいさつができる態度も素晴らしいかったです。中学校生活が始まって皆さんの「今できていること」を継続させ、学年目標でもある「あたりまえ」ができる集団にしていきましょう。さて、先週配布した各教科の課題は、自分で目標を立てて計画的に取り組むことができましたか？出された課題の中には、1学期の成績に反映されるものもあります（※小学校6年生の末履修分課題は含まれません）。丁寧に取り組み、見直しをしてから提出してください。学校ホームページやeラーニング等も活用し学習に取り組みましょう。「学校がないから遊ぶ」ではなく「学校がないから自主的に学ぶ」ように心がけてください。今の家庭学習の習慣が、学校再開後の学習に繋がっていることを意識しましょう。

## 今の日常を先に繋がる生活に

学習だけでなく、今だからできること・やるべきことを探して生活してみましょう。以下の3点は、この期間に皆さんにやってもらいたいことです。既に色々なことに取り組んでいる人もいるかもしれませんが、まだの人は隙間時間を見つけ、出来ることから取り組んでみましょう。

### ①読書をしよう

料理、食器洗い、洗濯、掃除等すでに積極的に取り組んでいる人もいるかもしれませんが、まだお家の人に頼っている人もいるのでは？何かお手伝いすることで、きっと家族の方も喜んでくれるはずです。面倒臭がらず自立の一步を踏み出しましょう。雄太先生は家庭で料理担当だそうです。先日はかぼちゃコロッケを作ったとか!!



上祖師谷中学校では、毎日朝読書を行っています。読書は、語彙力・教養・想像力が身に付くだけでなく、偉人の考えに触れられる等様々な良さがあります。ゲーム・SNS時間を見直し、読書時間を組み入れてみましょう。石川先生のおすすめ作家は「貴志祐介」さん。全作読破するほど好きだそうです。



### ②お手伝いをしよう

1日のどこかで体を動かすように心がけましょう。筋肉や骨に負担をかけない生活をしていると、いつの間にか骨はもろくなり骨折しやすくなります。お買い物へは自転車ではなく徒歩で行く等、生活の中で色々な工夫をしてみてください。また、晴れている日は日光浴をするのも心身に良いそうですよ。

### ③運動をしよう

# 保護者のみなさまへ

○現時点でも、始業式・入学式等 6 月以降の予定は未定です。学校ホームページ、緊急連絡メールにて随時連絡して参りますので、メール登録がまだお済みでない方は、ご登録をお願いいたします。

○通常ですと、6 月より夏服移行期間に入ります。夏服のご準備をお願いいたします。

## 【夏服について】

- \*上着は白色のYシャツ、ブラウス、白色のポロシャツ（ワンポイント可）、紺色のポロシャツ（学校指定）とし、下は標準服です。ベストの着用可（華美な色は避ける）。
- \*左胸に、布製シートに付けた校章を必ずつけます（学校再開後に配布予定）。紺色のポロシャツには校章が刺繍されているので、校章を付ける必要はありません。
- \*下着の色は白色等が望ましいです。
- \*夏服・冬服いずれの期間でもセーター・カーディガンのみでの登下校は認めていません。その場合にはブレザー着用となりますのでご注意ください。

【紺色ポロシャツについて】※下記販売店にて、ご注文をお願いします。

●販売金額 3,630 円（税込）

●販売店 ①マルヤマ

〒157-0062 東京都世田谷区南烏山 4-12-7 区民センター前クレアビル1F  
TEL 03-3300-7614 FAX 03-3308-6688

②ファッショングッズ&グッズ 風車

〒157-0066 東京都世田谷区成城 5-8-24 成城学園前駅西口野村証券横  
TEL 03-3484-5871 FAX 03-3484-5871

## 今後の予定

		19 (火)	20 (水)	21 (木)	22 (金)	23 (土)	24 (日)	25 (月)	26 (火)
		登校日							登校日
1	8:00 ～ 8:50	9:30 烏山・他学区	起床・朝食・検温・本日の予定確認・朝読書など						9:30 烏山・他学区
2	9:00 ～ 9:50	10:00 給田 1・2 組	英語	国語	数学			理科	10:00 給田 1・2 組
3	10:00 ～ 10:50	10:30 給田 3・4 組	社会	数学	英語			国語	10:30 給田 3・4 組
4	11:00 ～ 11:50	11:00 千歳	理科	社会	国語			英語	11:00 千歳
昼	12:00 ～ 13:00	昼食・昼休み（＋軽い運動・ストレッチ）							
5	13:00 ～ 13:50	国語	数学	英語	技術			家庭	
6	14:00 ～ 14:50	数学	美術	音楽	保体			総合	

※時間割について・・・

学校再開に向けて、今の準備期間を有効に使うことが大切です。先週の学年便りでお伝えした通り、中学校の生活リズム（時程）で毎日をご過ごせるように、今週から、学年の時間割を入れています。毎日同じ時間で集中して課題に向かうことを習慣づけていきましょう。決まった時間に起床や就寝する、3 回の食事をする、50 分学習したら 10 分休憩する・・・ということを意識して生活し、学校再開後のスタートで足並みが揃うことが目標です。規律のある生活をしましょう。