

# 輝き★Shine!

安宅中学校 1年学年通信  
No.7  
2022.7.20



## 夏休み START!!

今年の夏休みは、41日間(ウォームアップ週間を含む)。しっかりと目標を立て、1日1日を大切に過ごすことで「成長の夏」にしよう! 部活動や勉強に精いっぱい頑張り、9月には自分の成長を感じながら自信を持ってスタートできるといいですね。

そのために...

### 「三点固定」と「質」を意識して生活しよう!

1学期は毎日ライフに「起きる時間」、「寝る時間」、「勉強する時間」を記入してきました。生活のリズムというのは、意識していないと、あっという間に崩れてしまいます。でも、それをもとに戻すためにはとても長い時間がかかるものです。ぜひ、夏休み中もこの3点をしっかりと意識して生活してください。



また、生活の「質」を意識することはパフォーマンスの向上につながります。次の3つの場面での「質」も意識していきましょう。

**勉強**... 中学校の学習が始まって4ヶ月が経ちました。夏休みはこれまでの学習を振り返り、復習するためのまとまった大切な時間です。サマーワークなどの課題を使って、計画的に学習を進めましょう。

勉強の「量」については学年集会でも話がありましたが、50分を1セットにして、メリハリのある学習を進めていくといいですね。ただ、この夏は勉強の「量」だけでなく「質」も大切にしていきましょう。課題を早く進めたいからといって、答えを見ながら取り組んだり、分からないところをそのままにしたりしては力がつきません。「わかる」「できる」を目指して頑張りましょう。



**部活動**... 暑い中で、効率のよい練習を行い、最高のパフォーマンスを生み出すためにはどうしたらよいか、率先して考えて、行動できるといいですね。

**食事・睡眠**... 勉強や部活動で最高のパフォーマンスをするためには、食事や睡眠は欠かせません。夏の暑さに負けないバランスのよい食事が大切です。また、質の良い睡眠のためには、睡眠前のブルーライトにも注意したいですね。ちなみに、寝る前はシャワーよりもお風呂の方が安眠につながるようですよ。

## 夏休み中の課題について

- サマーワーク(国・社・数・理・英)
- 社会科 国調ベレポート
- 確認テスト過去問(国・社・数・理・英)
- 科学作品
- Qubena 5教科分(各教科 6回分)
- 家庭科 住生活「災害の備え」ワークシート
- 生活作文か読書感想文
- 省エネ節電アクションプラン
- 詩・短歌・俳句
- 早寝・早起き・朝ごはん運動
- 単語プリント(2学期にテストあり)

### <タブレット持ち帰りについて>

- ・夏休み中タブレットを持ち帰ります。(7/20~8/29) ウォームアップ週間の8/30(火)に学校に持ってきます。
- ・充電用の AC アダプターを持ち帰ります。これは、3月まで家庭で保管します。
- ・夏休みの課題として各教科から出された Qubena のワークシートにタブレットを用いて取り組みます。
- ・オンライン朝礼【1年】(8/18)はタブレットを用いて Teams で行います。

## 夏休み中の予定について

### ☆8/9(火) 全校登校日<平和について考える日> ※体操服登校

~ 8:30	登校完了(講堂) ※椅子なし	※欠席する場合は学校に連絡してください。
8:30 ~ 8:35	健康観察(講堂)	
8:35 ~ 9:05	8月の全校集会・平和集会	
9:05 ~ 9:20	学活・終礼	

#### 提出物

- 生活作文(4枚以上)(読書感想文を選んだ人は8月30日提出)
- 受診状況の確認プリント(1学期個人懇談でもらった人のみ)
- テスト通知表
- タオル・水筒



### ☆8/18(木) オンライン朝礼

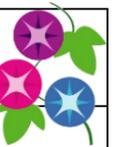
- 8:20~ Teams を開く
- 8:30 入室完了(カメラ ON, ミュート にしておく)
- ※オンライン朝礼 10~15分程度

当番 1-1 西川くん  
1-2 西川くん

### ☆ウォームアップ週間 ※体操服登校

#### 8月30日(火) 8:30 登校完了

~ 8:30 登校完了(教室)出席確認	健康観察、学級朝礼	<b>提出物</b>	<input type="checkbox"/> 科学作品
1限	机・椅子の移動、教室整備	<input type="checkbox"/> サマーワーク 国社数理英(5冊)	<input type="checkbox"/> 社会科 国調ベレポート
2限 学活	課題提出、テスト勉強	<input type="checkbox"/> 確認テスト 国社数理英(5教科分)	<input type="checkbox"/> 夏休み学習計画表
3限 学活	テスト勉強	<input type="checkbox"/> 読書感想文(選んだ人)	<input type="checkbox"/> タブレット
11:40~11:55 学級終礼・下校		<input type="checkbox"/> 詩・短歌・俳句	(タブレットケース <b>オレンジ、黒</b> )
		<input type="checkbox"/> 英単語プリント	<input type="checkbox"/> (自学ノート)
		<b>持ってくるもの</b>	筆記用具、タオル、水筒



#### 【お知らせ】

例年、夏休み中に補充学習を行っていますが、今年度は校舎の空調工事が実施されているため、1年生は夏休み中の補充学習は行いません。ご了承ください。

# 2学期始めの予定

8月31日(水) 2学期始業式 第1回確認テスト ※ <u>制服登校</u> 、給食あり			
8:10~ 生徒登校完了・朝の活動(勉強、健康チェック)			
8:25~学級朝礼			
1限	国語	第1回確認テスト	提出物 <input type="checkbox"/> 家庭科 ワークシート <input type="checkbox"/> 早寝・早起き朝ごはん運動 <input type="checkbox"/> 省エネ節電アクションプラン <input type="checkbox"/> ぞうきん <u>3枚</u>
2限	理科		
3限	社会		
4限	数学		
5限	英語		
6限	行事	始業式	
学級終礼→運動会係打ち合わせ、選挙管理委員会			

※9/1~ 運動会(9/14)まで体操服登校

## 第1回確認テスト範囲

教科	範囲	教科書
国語	情報社会を生きる「著作権について知ろう」まで	P66まで
社会	地理 第2部 世界のさまざまな地域 第2章 世界の諸地域 第1節 アジア州 「7 資源が豊富な中央アジア・西アジア」まで	P65まで
数学	2章 文字と式 「2節 文字式の計算」まで	P80まで
理科	自然の中にあふれる生命 いろいろな生物とその共通点 「2章 動物の特徴と分類」まで	P63まで
英語	Lesson 2 まで	P48まで

## お知らせ

○8月12日(金)~17日(水)は学校閉庁日です。この期間は、市内の全小中学校は完全閉庁となります。市内の小中学校の教職員は学校勤務をしておりませんのでご理解ください。緊急連絡などは、コドモンを通じて学校にお知らせください。(コロナ感染や事故に関わることなど)

○学校閉庁日以外の日に、家庭内において、新型コロナウイルスの感染者や濃厚接触者が確認された場合は、学校に速やかに連絡してください。(安宅中学校 0761-24-0073)