

# あすなろ

＝発行＝  
宮古島市立  
平良中学校

進路担当：下地美穂

## メッセージ

「やるかやらないか」  
(左下参照)

## 県立一般入試まであと103日

# 受検モードに切り替えを!!

二学期の期末テストも終わり、ホッとしている人もいることでしょう。二学期の期末テストは内申点をアップさせる最後のチャンスだったので、多くの三年生がこれまで以上に積極的に学習に取り組み姿が見られ、受検に向けて本気になってきたなと感じました。これから受検が本格的に始まるので、この頑張りも継続して受検までの残り三ヶ月を過ごしてほしいと思います。

二十日(月)には、「推薦入試希望者の集い」を実施し、50名の生徒が参加しました。何度も話をしていますが、推薦入試は誰でもできるわけではありませぬ。中学校と高校の基準をクリアし、学校代表として認められた生徒が受検チャンスをもたらえます。また、一般入試の勉強と並行して推薦入試の準備を進めるためそれなりの覚悟が必要となります。そのことも踏まえ、希望者は「校内推薦申請書」を作成して期限内に提出してください。

また、一般入試を受検する生徒は、気持ち「受検モード」に切り替えましょう。

何度も伝えていますが、受検は、「チーム戦」です。同じ高校に行くから「ライバル」ではなく、違う高校に行くから「関係ない」ではなく、共に頑張る仲間として、各学級で励み合いながら受検を乗り越えていきましょう。

さあ、いよいよ受検まで100日をきろうとしています。明日の自分のために、今日できることを頑張ってみては?



## 面談前に、家庭で話し合おう!

十一月二十七日から、三年生対象に三者面談が実施されます。その面談に向けて、ぜひ事前にご家庭で志望校について話し合いをお願いいたします。特に、推薦入試を希望する生徒は、この面談が実質的な志望校決定の最終面談となります。本人と保護者との話し合いをしっかりと話し合いました上で、三者面談

に臨んでほしいと思います。今回の三者面談は、十月に実施した第二回模擬テストの結果が配布されます。内申点と模擬テストの結果から、志望校と自分のレベルの差を確認することができ、また、各分野での正答率なども確認することができ、一般入試までの残り約三ヶ月のやるべき分野を把握すること

ができます。結果に一喜一憂するだけでなく、今後自分がどのような取組を行っていくか作戦を立てていきましょう。

十二月の総合の時間には、一般入試の志願書の下書きの記入を行い、一月には志願書を担任に提出することになります。早めに自分に合う志望校を決定できるようにしていきましょう。



## 「やれやれ」には睡眠が重要

勉強やスポーツ、ゲームなど、やるのがたくさんあって、寝る時間が遅くなってしまうこともあるかもしれません。でも、皆さんにとって睡眠時間は何よりも重要です。寝る時間を削ると、眠くなるホルモン「メラトニン」の働きが抑えられ、脳をスッキリになりやすくなります。さらに「優しさ」も減ってしまうかも。アメリカのカリフォルニア大学の研究によると、睡眠時間を1時間削るだけで、

健康だけではなく、人間関係にも大事な睡眠時間。皆さんも気をつけてください。ね。

「朝日小学生新聞」より「清水章弘先生の勉強アドバイス」

睡眠が大事だからと言って、受検勉強をせずに眠ってばかりいると逆効果になるので、注意してください。



## やるか、やらないか

誰に何を言われてもチャレンジした人しか見えない景色がある

最後まで諦めずに頑張った人しか味わえない感動がある

どんなことが起きても夢を信じ続けた人しか生まれてこない自信がある

成功の反対は挑戦しないこと

できない理由を考えても何も変わらない

やるかやらないかを決めるのは自分

怖いけど不安だけやってみる

欲しい未来を作るのは今の行動だけ