

# ほほえみ

1 学年目標  
「結（ゆい）」  
～自他を認め助け合う～

仙台市立蒲町中学校  
第 1 学年通信  
令和 6 年 5 月 7 日  
第 4 号



## ゴリ勉タイムスタート！

ゴールデンウィークが終わり、日常が戻ってきました。友達と楽しく学校生活を送る中でも、授業時間はしっかりと切り替え、真剣な態度で取り組んでいる生徒が多く見られます。ただ、小学校よりも授業の進み方が速いので「え、もうこの単元終わったの？」と、思うように進められなかったワークの問題を見て、少し驚いている生徒もいました。

そこで、学年委員会企画の一環として、明日から「ゴリ勉タイム」を開始します。これは、毎週水曜日（水曜日にできない週は他の曜日）の昼休みに、全員が自分の席で静かに学習するという取組です。名称は、卒業した先輩たちのものを引き継いでおり、「ゴリゴリ勉強する」という意味です。落ち着いて机に向かい、予習や復習に励む時間を作りたいと思います。6 月には中間考査もありますので、是非頑張ってください。

### ☆☆☆効果的な学習で学力up☆☆☆

次の項目は、科学的検証結果に基づき推奨されている、学習や生活の習慣です。御家庭でも、話題にしていただければ幸いです。

- 学習中は携帯電話の電源をOFFにする。
  - ⇒ メールなどの通知音でも集中力が阻害される。  
携帯電話を操作しながら3時間学習するよりも、集中して1時間学習する方が効果が上がる。
- 睡眠は7時間以上とる。⇒ 脳が整理され、長文問題や応用問題にも挑みやすくなる。
- 調べ物には辞書を使う。⇒ 脳の前頭前野（思考や、判断して行動する機能を司る）が働く。
- 隙間時間に読書をする。⇒ 脳が活性化する。記憶力や集中力が向上する。  
短時間であっても、習慣化させることが大切。

### 靴ひもについてのお願い

校内で使用している上靴ですが、靴ひもを結ばない状態で歩いている生徒を時々見かけます。危険なので、その都度声掛けをしていますが、なかなか結べない生徒もいます。

御家庭でも、結び方を確認していただくと助かります。よろしくお願いいたします。



2 組 総合的な学習の時間「p4c」