

## 定期考査直前!“自分なりの学習方法”

秋雨が続いて低温高湿の気候で体調を崩しやすい時期に重なり、感染症が流行りだしています。季節の変わりめは、普段からのバランスのとれた栄養(食事)・適切な時刻に就寝(睡眠・休養)・適度な身体活動(運動)といった適切な生活習慣を実践すると同時に、こまめな洗い・うがいと、清潔なハンカチ・タオルを使用し、感染予防対策するように努めましょう。

さて、明日からシルバーウィークの連休明けには、二学期中間考査が2日間あります。週末には、部活動や習い事の大会や練習などがある生徒もいます。限られている時間をどのように使うのか、有効的に活用しましょう。また、一学期の定期考査の反省を生かして、「いつまでに?何を?どのように?」といった計画的に取り組むことが大切です。前回「できなかった。分からなかった。間に合わなかった。」という反省がある人は確認しながら学習を進めましょう。一方で、“自分なりの学習習慣・学習方法を確立している人”は、そのペースで進めながら<sup>プラスワン</sup>「+1」の学習に取り組みましょう。

### 学校生活の様子～0 時間目・少人数授業編～

二学期の“0 時間目”は、ほとんどの生徒が8時20分(早い人は15分)から、タブレットを立ち上げ、①自分の課題を見つけ ②その課題を解決するために取り組み ③間違った問題を繰り返しやるといった学習面における **3Kの実践**に取り組んでいます。



少人数授業(数学)では、自己の課題解決を深めたり、仲間と教え合ったりと、学習環境を充実させましょう。「分からないことを、分からないままにしない」ようにしましょう。



## 保健体育 球技;ハンドボール出前授業 9/17



9/17(木) 保健体育授業で学習している球技:ハンドボールの出前授業がありました。HC 調布ジュニアユース監督の羽田泰子氏を講師にお招きし、同チームのコーチや日本大学ハンドボール部の学生に、シュートやパスなどの技術や、ファウルの種類やゲームの進め方などを教えていただきました。授業では体験することのできないスピード感、跳躍力を間近で見ることができ、パス回しで重要な動き方や、シュートの動作について専門的なアドバイスをいただきました。

