

# 12月・選択の時

12月になりました。『師走』と言いますが、先生だけではなく、いろいろな人が走り回る時期ですね。11月は第1回総合テスト・期末テスト、進路希望調査、担任の先生との面談と進路に関することが目白押しでした。3年生の中でも、自分が目指す進路に向けて必死で努力をしている人も増えてきました。顔つきが違うのでよくわかります。授業への集中度、意欲の高さ、休み時間の落ち着いた雰囲気など、周囲に流されることなく、自らを律して行動できています。それに比べて、落ち着かない行動をしていたり、勉強に集中して取り組んでいなかったりする人もいます。この差は一体どこから生まれるのでしょうか？一つは“将来展望”を持っているかどうかということ。もう一つは“不安”への対処法を持っているかどうかということでしょう。

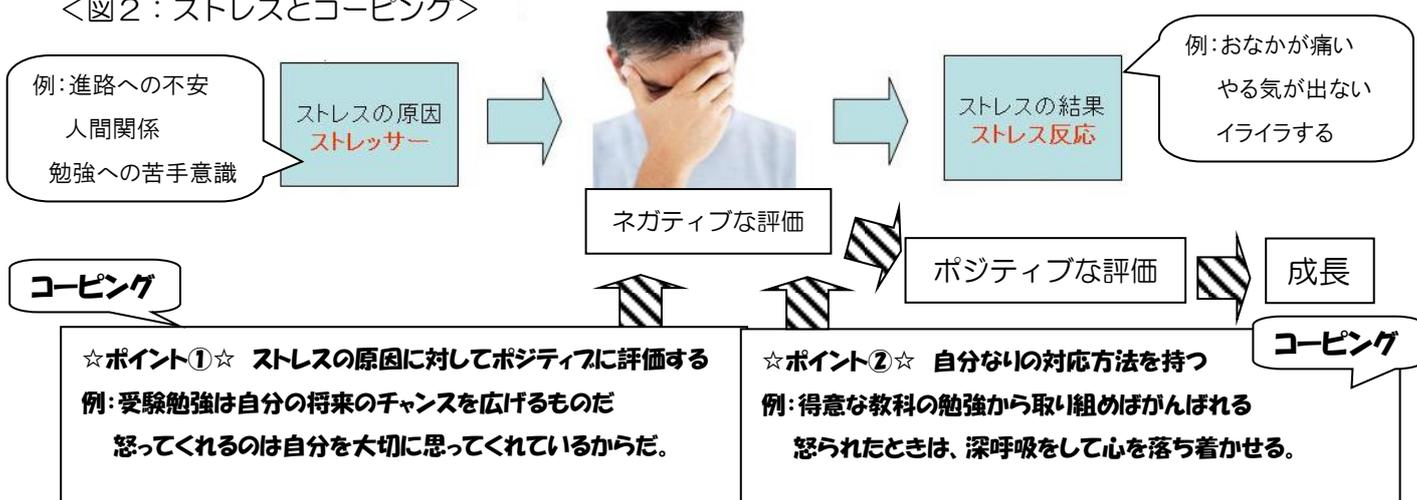
“将来展望”とは“自分がこの先どうしたいのか、どうなりたいかのイメージがある”ことを指します。イメージができれば、そのイメージに近づくためにどうしなければいけないか考えることができます。そうすれば、考えたことと与えられている時間をもとに計画を立てることができます。その結果、今何をしなければいけないのかを自分で判断して行動することができます(図1)。

<図1>



次に“不安”についてです。“不安”のない中学3年生はいません。多少なりともみんな不安を持っています。ではその不安をどうするのか。不安を成長につなげられる人と、そうではない人とがいます。その違いはどこから生まれるのでしょうか？一つは不安と“向き合っているか”です。まず自分には不安があり、なぜ不安になっているのかを考え、受け止めていますか？もう一つは不安の捉え方の問題です。捉え方を変えればよいストレスにすることができます。これをコーピングと言います。(図2)

<図2：ストレスとコーピング>



<今後の進路スケジュール>

日 程	スケジュール（一般入試）
12月 6日（月）	第2回総合テスト
12月13日（月）	推薦希望書提出〆切
12月15日（水）～17日（金）	三者懇談 私立受験校決定
12月24日（金）	終業式 私立・国立一般入試願書配布
1月11日（火）	始業式 私立・国立一般入試願書提出〆切
1月12日（水）	第3回総合テスト
2月 1日（火）	私立一般入試
2月8日（火）・9日（水）	三者懇談 公立受験校決定（希望者）

○三者懇談に向けて○

12月15日（水）～17日（金）に三者懇談を行います。この懇談では、生徒・保護者・担任の3人で、皆さんの進路について相談し、受験校を決定していくことが目的です。三者懇談前にご家庭でしっかりと相談する時間をつくり、『自分がどの学校を受験したいのか』『なぜ、その学校を選んだのか』『その学校でどんな学校生活を送りたいのか』『高校卒業後はどうしたいのか』など自分の思いを伝えておきましょう。また、理想だけで話をするのではなく、私立、公立をそれぞれどのように受験するのか考え、具体案を持って三者懇談に臨んでほしいと思います。

最後に、担任の先生はあくまでアドバイザーです。受験校の最終決定は生徒・保護者の皆さんです。自分の考えをしっかりと持ち、悔いのない受験を目指しましょう。

12月4日～10日は人権週間です。

12月の予定

- 1日（水） NGTデー（12～2月）部活動 17:30 完全下校
- 3日（金） 月曜日課
- 4日（土） 人権週間（10日まで）
- 6日（月） 第2回総合テスト（①国②理③英④社⑤数）  
6限：金⑥の授業
- 7日（火） 月曜日課
- 8日（水） 後期学校評価保護者アンケート配信
- 10日（金） 火①②⑤⑥③④ 遅刻〇の日
- 15日（水） 三者懇談 水①②③④ B日課 掃除なし
- 16日（木） 三者懇談 木③④⑤⑥ B日課 掃除なし
- 17日（金） 三者懇談 金①②③④ B日課 掃除なし
- 20日（月） 遅刻〇の日
- 21日（火） 生徒会委員会
- 22日（水） 金曜日課
- 24日（金） 水①②③④ 5限：終業式・表彰伝達・大掃除  
家庭学習の日
- 25日（土） 冬休み（1月10日まで）

