

# Serendipity (セレンディピティ)

1年学年だより

2017. 2. 10  
石川県立小松明峰高等学校  
第1学年発行 No. 21

## 習慣化

本校のみならず加賀地区の高校では、1月終盤から2月序盤にかけてインフルエンザが猛威をふるい、多数の生徒が出席停止になりました。今は随分と落ち着きましたが、引き続き予防の徹底をお願いします。

先日何気なく観た某局の高校生用のテレビ番組の中で、「リビングに学習机を置く」という提案がなされていました。「小学生がリビングで宿題をする」というのは近年当たり前になっていますが、高校生までもがリビングに学習机をおくことや、ダイニングテーブルで学習することを提案されるのかと驚きがありましたが、「学習に取り掛かるハードルが下がること」、また「親の目もあるので、怠け防止にもなること」が理由でした。

高校入学時に家庭学習が確立している生徒が少ないのは、家で学習を始めるきっかけというもののハードルの高さの証明なのかもしれません。



学校では、毎朝生徒たちが前日の学習時間を記録しています。これには学習時間を数字として記録するだけでなく、学習時間の把握がしやすいようにと、時間の帯(おび)に帰宅時間と、学習実施時間を塗りつぶす作業を設けています。家庭学習の習慣がうまくついてきている生徒は開始時間がほぼ固定されていることが一目でわかりますし、また帰宅時間から開始時間の間が短いのも特徴です。

学習開始時間を固定できているということは、家庭学習が習慣化できているということになります。習慣化されていれば、先ほどの学習机をどこに置くかの話のように、学習に向かう心理的ハードルは随分下がっている状態だと思います。「お腹がすいてご飯を食べるように、勉強したくなり勉強を始めることができる」とまではならないでしょうが、「勉強のやる気が出ない」ということで悩んでいるのであれば、少し習慣化を意識してみてもいいでしょうか。

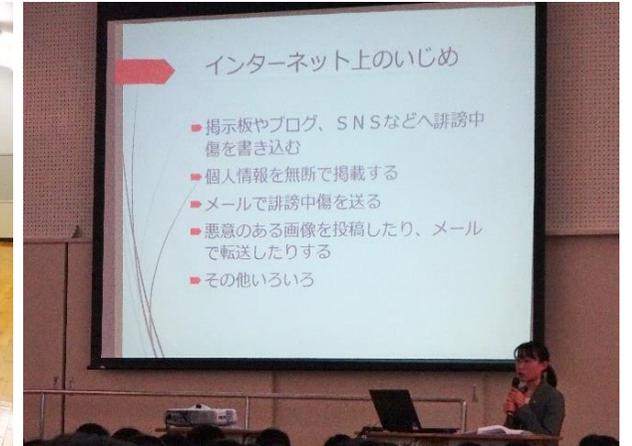
また学習開始時間固定と併せて、起床時間、就寝時間を意識して固定することもお勧めします。規則正しい生活が保たれており、無理のないものでなければ長く続けることはできませんから。

1年生と比べさらに難しくなる2年生の学習内容に向けて、自身の学習(生活)習慣を見直し、今できる最高の学習態勢を整えましょう。(伊藤)

## ◎アルバム

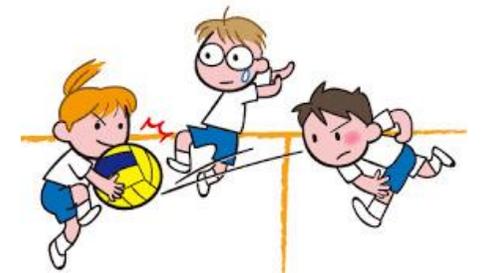
### 【人権講話】

1月20日(金)7限 LH 人権講話 講師；弁護士法人出口法律事務所 飴山恵美氏  
何気ないネット利用からいじめの加害者にもなり、被害者にもなり、傍観者にもなりうることを例にあげ、高校生として自覚をもって人権を考えて欲しいと訴えかけていました。



### 【ミニ球技大会】

2月3日(金)7限 LH 1年生ミニ球技大会としてクラス対抗ドッジボール大会を実施しました。1時間という短い時間の中でのものでしたが、室長が中心となって進行してくれたおかげで、予選リーグ・決勝トーナメントの計22試合を無事にこなすことができました。進行係りの皆さんご苦労様でした。笑顔あり、涙ありの1時間となりました。結果は次の通りです。



	優勝	準優勝	第3位
男子	12H	17H	13H
女子	15H	12H	13H

3月23日(木)に球技大会が行われます。競技種目はバスケットボールと卓球です。今年度最後のクラス対抗行事になります。クラス一丸となって頑張ってください。



※2月22日(水)から学年末考査が行われます。考査2週間前をきりました。試験範囲を確認し、しっかりと準備して臨んでください。