

# 1年学年通信 2月号

石川県立金沢錦丘高等学校

1年学年団

高校に入学して、間もなく1年が過ぎようとしています。先日、LHの時間を使って皆さんが書いた「1年間の記録」には、この約10ヶ月を振り返り、「～できるようになった」「成長した」という言葉とともに、「挑戦した」「努力した」といった言葉が書かれていました。挑戦してうまくいった場合もあるでしょう。努力しても結果に出なかった、挑戦したけれどうまくいかなかったという場合もあるかもしれません。でも、いいのです！ いろんな経験が皆さんを確実に成長させてくれます。発明家のトーマス・エジソンはこう言いました。

“I have not failed. I've just found 10,000 ways that won't work.  
(私は失敗したことはない。ただ、1万通りのうまくいかない方法を見つけただけだ。)”



## ～2・3月の予定～

| 日  | 月                                      | 火                                                 | 水                         | 木                    | 金                                  | 土                  |
|----|----------------------------------------|---------------------------------------------------|---------------------------|----------------------|------------------------------------|--------------------|
|    |                                        | 2/1 <b>50分授業</b><br>思春期講座<br>(6・7限)               | 2 <b>50分授業</b>            | 3 <b>50分授業</b>       | 4                                  | 5<br>駿台模試<br>(希望者) |
| 6  | 7 <b>50分授業</b>                         | 8 <b>50分授業</b>                                    | 9 <b>50分授業</b><br>★試験1週間前 | 10 <b>50分授業</b>      | 11<br>[建国記念の日]                     | 12                 |
| 13 | 14 <b>50分授業</b><br>次年度前期生徒会<br>役員立候補受付 | 15 <b>50分授業</b>                                   | 16<br>学年末試験①              | 17<br>学年末試験②         | 18<br>学年末試験③                       | 19                 |
| 20 | 21<br>学年末試験④                           | 22<br>学年末試験⑤                                      | 23<br>[天皇誕生日]             | 24                   | 25                                 | 26                 |
| 27 | 28                                     | 3/1<br>特別時間割                                      | 2<br>卒業式<br>(1、2年休み)      | 3<br>授業(1～4限)        | 4<br>授業(1～5限)<br>清掃・机移動<br>除雪[11H] | 5                  |
| 6  | 7<br>生徒登校禁止                            | 8<br>学検①                                          | 9<br>学検②                  | 10<br>生徒代休           | 11<br>球技大会<br>除雪[13H]              | 12                 |
| 13 | 14<br>卒業生と語る会<br>除雪[14H]               | 15<br>除雪[15H]                                     | 16<br>授業(1～6限)<br>除雪[16H] | 17<br>除雪[17H]        | 18<br>除雪[18H]                      | 19                 |
| 20 | 21<br>[春分の日]                           | 22<br>教材販売<br>個人写真撮影<br>次年度前期生徒会<br>役員選挙<br>表彰伝達式 | 23<br>予備入学<br>(午前特別時間割)   | 24<br>大掃除<br>終業式・離任式 | 25                                 | 26                 |

## 学年末試験に向けて

2月16日(水)から1年生最後の定期試験が始まります。これで1年間の成績が確定します。

準備はいいですか? 「うーん」と思ったあなた! まず、何をしなければならないか、そのためにどれくらいの時間が必要なのかを考え、フォーサイトに予定を立てましょう。試験は12科目ありますよ。最大限に取り組んでも1日でできることは限られています。「明日から」ではなく「今日から」。さあ、動き始めましょう。

### すぐやる人は、挑戦できるチャンスが増える

単純に、最初の行動を早くすれば早くするほどトライする回数が増えます。そして、もしトライが失敗だったとしても、それを取り戻す方法をいくらでも講じることが可能になります。

早い段階で、A という方法は間違っている、A ではうまくいかないことがわかれば、すぐに「じゃあ、B にしてみよう」という再トライができます。しかも時間に余裕があればCでもDでもチャレンジできます。

…略…

結局、目の前のタスクや作業を先延ばししたところで、やるべきことが消えてなくなるわけではありません。ただ、「今、この瞬間だけ」見なかったことにしているだけ。本当にやるべきことならば、いつかは手をつけなければならないのです。

それならば先延ばしにしてギリギリの一発勝負より、すぐ取り組んで何度もチャレンジしながらタスクを精査していくほうが確実にクオリティの高い仕事になります。

(世界文化社『先延ばしする人は早死にする』)

## スマホとの付き合い方～Digital Detox のすすめ～

### ●携帯・スマホを2時間以上使用している生徒の割合

51.45%(前期)⇒60.06%(後期)

### ●興味・関心(複数回答)

|     | 1位      | 2位  | 3位          | 4位       | 5位    |
|-----|---------|-----|-------------|----------|-------|
| 6月  | 動画・音楽視聴 | 部活動 | ゲーム         | SNS      | 将来・進路 |
| 11月 | 動画・音楽視聴 | ゲーム | 進路・将来 / 部活動 | 身なり・おしゃれ |       |

「学習・健康・生活に関するアンケート」の結果(1年生)より

2年前の1年生が2時間以上携帯やスマホを使用している割合は39.81%でした。コロナ禍ということもあり、使い方も変わってきているのでしょうか。

授業でも扱った「デジタルデトックス」 スマホやパソコンなどのデジタル機器を意識的に使わず、精神的・肉体的な疲労をリフレッシュする習慣を意味します。『睡眠の質の向上』『目や脳の疲れの解消』などの身体的効果と『ストレスが減る』『安心感が増す』など心理的な効果も期待できます。使わない時間を自分で決めて、目の届かない場所にスマホを置いてみませんか。新しい発見があるかもしれません。

