

SUCSEED



結果にはすべて原因がある

「結果にはすべて原因がある。」イタリアの天文学者であるガリレオ・ガリレイの言葉です。ガリレオは望遠鏡を使った革新的な天体観測によって月面のクレーターや太陽の黒点を発見し、地動説の証拠を提示したことで有名です。

10月9・10日に中間テスト、20・21日に学力テストがありました。それぞれのテストが返され、みなさんは結果に一喜一憂したと思います。今回の2つのテストが良い結果の生徒も悪い結果の生徒も、上で紹介した言葉を思い返してほしいと思います。どんな結果が出ても、その原因があるはずです。日々の授業や宿題の取り組み方、テスト期間の過ごし方などを今一度振り返ってみましょう。

11月18・19日には学力テスト、26～28日には期末テストが行われます。「〇〇をしたから結果が出た！」と言えるように今までとは違う努力をしましょう。

・2学期中間テスト各教科の平均点

国語	数学	社会	理科	英語	5教科合計
75.2点	56.2点	76.7点	55.2点	61.8点	325.1点

・学習時間調査の結果

	平日の 家庭学習時間	週末の 家庭学習時間	目標時間	達成できた生徒数の 割合(平日)	達成できた生徒数の 割合(週末)
3年1組	116 分	154 分	90分以上 (1日)	73%	68%
3年2組	109 分	131 分		71%	62%

・10月学力テスト各教科の平均点

国語	数学	社会	理科	英語	5教科合計
49.4点	39.7点	49.2点	46.4点	50.6点	235.3点

～テストの様子～



高校説明会が行われました！

10月31日に進路日程および高校説明会が行われました。門前高校・日本航空高校石川・輪島高校の先生方から各高校の魅力を発表していただき、希望していない高校の説明でも、自分の進路の参考になっている姿が見られました。どの高校もみなさんがやりたいことを応援してくれる学校だったのではないのでしょうか。

12月24・25日に行われる3者面談では、志望校を決定してもらうことになります。「なりたい自分」に向かって、良い選択ができるように、各家庭でもよく相談しておきましょう。

当日は30名を超える多くの保護者の参加をいただきありがとうございました。お子様の進路について聞きたいことがある場合はいつでも学校にご相談ください。

～高校説明会の様子～



～3年生の日常～



避難訓練では、3年生が中心となって、1・2年生と一緒にDIG（図上訓練）に取り組みました！

鍛えなければ、育たない

今回皆さんに伝えたいことは『鍛えることの大切さ』についてです。

トレーニングや練習はつらいですが、それをしないとその能力は伸びません。これは運動に限ったことではなく、脳にとっても同じことが言えます。

トレーニングや勉強、人間関係の問題など、私たちの日々の生活には様々な“ストレス”があります。ストレスは嫌なものですが、実はこのストレスを乗り越える経験から、技術や知識、コミュニケーションなどの様々な能力が伸びるのです。ストレスのない生活は、実は持てる能力を著しく劣化させることでもあるのです。

例えば、筋力トレーニングを頑張った時に生じる筋肉痛はストレスになりますが、これはトレーニングによって筋肉細胞が破壊され、その壊れた細胞を身体が修復しようとする際の痛みです。しかも、身体は「再び壊れないために」壊れる以前よりも強く、太く修復するそうです。ボディビルダーがムキムキになるのはその繰り返しをしているからです。

同様のことは脳にも言えます。難しい問題にあたると脳は大変疲れ、ストレスとなりますが、このことで脳同士の神経細胞（シナプス）をより多くつなげて、問題を解決できる能力や記憶力を以前よりもアップしようと努めます。

このように、ストレスは鍛えることにつながります。鍛えられないと能力は向上しません。こたつに入っている筋肉は育たないし、答えを写しているシナプスはつながらないのです。