武　一　中

令和４年７月２０日
武蔵野市立第一中学校
学校だよりＲ４－６号

URL:http://dai1-jh.musashino-city.ed.jp/

令和４年の夏休み

校　長　　中嶋　建一郎

明日から夏休みが始まります。夏休みには、やらなければならないこともありますが、自由な時間があります。その自由な時間をどう使うかは、皆さん次第です。

皆さんの１学期の間の優先順位は、①やらなければならないこと、②やったほうがいいこと、③やらなくてもいいこと、だったと思います。①のやらなければならないことは、授業、宿題、部活動、習い事、手伝いなどです。②のやったほうがいいことは、読書、宿題ではない勉強、ボランティア活動、自分の力を高めることなどです。③のやらなくてもいいことは、興味のあること、趣味の内容などです。

夏休みは、普段あまり行うことができなかった②のやった方がいいことや③のやらなくてもいいことに時間を使うことができます。私は、この②や③を行うことが皆さんの「自分らしさ」をつくりあげることにつながると思っています。是非十分な時間をとってみてください。

そしてもうひとつ考えてほしいことがあります。それは、この夏休みに自分の中で一番力をいれて行ったことをはっきりとさせることです。それは、勉強でも部活動でも家の手伝いでも何でもいいです。でも、「2022 年、令和４年の夏休みはこれをやった！」と自分の中で思い出せるようなものを作ってほしいのです。やらなければいけないことも多くあるでしょうから、その中で力を入れることをはっきりさせても良いです。例えば勉強なら、苦手な数学の復習を徹底して行ったとか、英検に向けて問題集を３回繰り返して勉強したなどです。読書だとしたら本を 20 冊読んだとか、趣味の内容なら毎日欠かさず２時間行ったなどです。この夏休みを振り返った時に「今年はこれをやった」と言えるものを残しましょう。

そのためにオススメするのは、目標を決めること、計画を立てること、記録することです。目標は、夏休みの期間内にできる範囲で考えてみましょう。早く達成できた場合や、達成が難しい場合は途中で変更もありです。計画は、普段の授業に時間割があるように、いつ何を行うのかを決めておくことで見通しがもてます。また自分を甘やかさない方法でもあります。記録は、目標に向けてどこまできているのかの確認や達成感を味わうことができます。出来具合を確認し、軌道修正もできます。

明日からの夏休みを有効に過ごし、一回り成長した皆さんに会えるのを楽しみにしています。

（２０日（水）終業式より）