

刻石流水

京都府立東宇治高等学校

第1学年 学年通信

第 8 号

令和7年1月23日

～受けた恩義は心の石に刻み、施したことは水に流す～

1 年生の皆さん、今年もよろしくお願いいたします。3年生は受験との戦いの真っ只中です。「まだまだ先だ」と考えてしまいがちですが、受験勉強にフライングはありません。思い立ったが吉日。勉強しなきゃ、頑張らなきゃと思った日を大事にしてほしいと思います。中間考査、進研総合学力テストも近づいています。でもどうしても「やる気でないなあ」という人のためにモチベーションの上げ方、保ち方について書こうと思います。参考にしてみてください。

1 具体的な目標を立てる

「次のテストの数学では70点取る!!」だけでは惜しい。もっと具体的に考えてみましょう。テスト範囲を確認し、自分の実力を考えて「～点取れそう!」と予想を立ててみましょう。そうすると「もっと問題集やらなきゃ!」や「このテストは十分点数が取れそうだから他の教科に時間を回そう」となるはず。一度冷静に客観的に自分のことを分析してみると面白いですよ。

2 頑張った自分にご褒美をあげる

今日の勉強3時間頑張ったからアイス!テストで目標の点数超えたから欲しかった服買う!…などの何かを対価に目標に向けて頑張るという方法です。こういう時に出てくる活力やエネルギーって凄まじいなあ…と感じます。

3 物事を逆算して考える

皆さんは10年後、何をしているでしょうか?その時は2035年。皆さんが26歳になる年です。社会人になり、少しずつ働くことに慣れてきた頃という感じでしょうか。結婚して家族が増えている人もいるかもしれませんね。ちょっと想像しづらいですね。

では5年後は何をしているでしょうか?学生として何か好きなこと、興味のあることについて学んでいるでしょうか。就職して社会人として活躍しているでしょうか。

では3年後、皆さんはどんな進路を選んでいるでしょうか?(皆さんが19歳の年)自分が行きたいと思っていた大学、専門学校に進学、就職したい会社に就職できているでしょうか?では、今のままの自分でその進路に進むことはできるでしょうか?なりたいたい自分になれていそうですか?

1月17日に卒業生の講演を行った時に「早めに希望進路をバシッと決めること」「早く

に目標が定まると実現するために必要なことが見えてくること」を先輩方は伝えてくれました。3年生からではなく、日々の学習を1年生のうちから頑張り続けることが大事です！
「本当になりたい自分」へ向けて努力することはカッコいいことです！！

どれか一つでも参考になれば幸いです。

モチベーションは上がるものではなく自分で上げるもの！！

以下が3学期中間考査の試験日程です。

	1月30日（木）	1月31日（金）
8:40～8:50	SHR	SHR
1限 9:00～9:50	現代の国語 言語文化	数学Ⅰ
2限 10:05～10:55	論理・表現	LHR

「定期テスト受験上の注意」

- ・机の中には何も残さないこと。前日の1月29日（水）には、私物をすべて持って帰ります。下駄箱に教材を入れないこと。
- ・テスト開始後15分以上の遅刻は、教室に入ることができません。
- ・やむを得ない事情により受験できない場合は、必ず事前（9:00 まで）に保護者等を通じて学校へ電話連絡し、なるべく早く定期考査欠席届を受け取って、すみやかに手続きする。
- ・携帯電話、スマートフォン、スマートウォッチなどは、電源を切り、カバンの中に入れておくこと。
- ・不正行為があった場合は、その科目を0点とし、指導措置の対象とする。

当面の行事予定

27日（月）	考査前大掃除・短縮授業
30日（木）～31日（金）	中間考査
2月 3日（月）	進研総合学力テスト
5日（水）	PTA 授業参観・進路講演会・短縮授業
6日（木）	短縮授業
7日（金）	漢検
12日（水）	短縮授業
14日（金）	午前中短縮授業 完全下校 13:15
15日（土）～16日（日）	校内立ち入り禁止
17日（月）	前期選抜のため登校禁止
18日（火）	午後授業（12:30まで登校禁止）
20日（木）	短縮授業
25日（火）	短縮授業
27日（木）	金曜校時・短縮授業・大掃除
28日（金）	卒業式

