

学年だより

第26号

令和5年11月11日(土)

生活リズムを整えよう

11月なのに夏のように暑かったり、かと思えば朝晩はめっきり寒かったり。ニュースによると過去の11月の最高気温を更新しているようです。安定しない天候に体調を崩していませんか。来週はいよいよ期末考査です。生活リズムを整えて万全の態勢で実力を発揮して欲しいと思います。

子ども睡眠健診プロジェクトを行いました



東京大学大学院医学系研究所システムズ薬理学教室とのコラボで10月31日から7日まで行った睡眠プロジェクト。先生達も参加したので結果が楽しみです。睡眠の質を上げることはパフォーマンスの質が上がるにつながります。以前に講義を受けましたね。試験だからといって睡眠時間を削って勉強する!なんてことはやめましょう。脳の働きが低下するのでとても効率が悪いそうです。せっかく頑張って勉強するなら、成果を出すためにも早寝、早起きを心がけましょう。

♪ 合唱コンクールの振り返りより ♪

- ・自分たちより2、3年生の方が各パートで声が出ていて聞き取りやすかった。曲のイメージを想像させるような声の大きさやリズム、音程が出ていてすごかった。
- ・今年の合唱コンクールではパートリーダーとなり、自分のパートの人達をまとめました。今まであまりリーダーをやったことがなく、不安なことも多かったけど練習を重ねるにつれ十分に働けるようになり、満足して終わらせられました。今後は積極的にリーダーの役目を引き受けたいと思った。
- ・初めてだったけどみんなと協力して歌えて良かったです。ハモった時に音がきれいで驚きました。吹奏楽部の演奏もとても良かったです。流行している曲を演奏し、手拍子や合いの手を入れて最後までとても楽しかったのもまた、演奏して欲しいです。

- ・初めての合唱コンクールで分からない部分がたくさんあったり、小学校では言われなかったクレッシェンドやブレス、強弱をつけたりと知っていた曲でも細かい部分に注目するととても難しく感じました。来年は今回学んだことを生かし、金賞をとりたいです。
- ・私は合唱コンクールを通して合唱はとても楽しいことだなと感じました。練習して声が出せるようになったり、良い合唱が出来た時はとても嬉しかったです。
- ・合唱コンクールに限らずもっと積極的に行動したいなと思いました。

音という材料を使って歌の世界観を構築することへの思考と工夫、またクラスのみならず協力して表現を完成させることでたくさんの学びを得たのではないのでしょうか。どのクラスも精いっぱい歌う姿が素敵でした。

さあ、来週は試験です



「何からやればいいかわからない」「間に合わない～」と焦っている人はいませんか。勉強に近道はありません。以下の項目をチェックしてみましょう。

- 提出物の用意は進んでいますか。
- 漢字や単語、各教科の重要語句などの暗記は終わっていますか。
- 範囲表をよく読み、勉強するところに漏れのないようにしましょう。
- 間違えた、出来なかった問題と解答にはマーカーで線を引くなどしてわかりやすくしましょう。見直すときに一目でわかって便利です。

『100点は無理かもしれん。でもMAXなら出せるやろ』



みんなガンバレ! ~松本人志さんの言葉より~

📅 来週の予定 📅

日にち	予定
13日(月)	地域未来塾 16:00-18:00
14日(火)	地域未来塾 16:00-18:00
15日(水)	2学期期末考査 給食なし
16日(木)	2学期期末考査 給食なし
17日(金)	2学期期末考査 給食あり 4校時 総合