

# SUNRISE

<SUNRISE = 太陽が昇る「日の出」と、三中(SUN)の雰囲気がいよいよ上がって(RISE)いくようにとの思いを込めて…>

堺市立三国丘中学校 生徒指導通信 生徒指導部発行 No. 40 2026. 2. 12

## 3年生、私学入試ご苦労様でした。。。

2/10・11と2日間にわたった高校入試、ご苦労様でした。すでに結果が出ている人もいますが、悔いなくできましたか？緊張していつも通りにはいかなかった人も多いのでは・・・？いずれにせよ、その時のベストを尽くすことができればOKだと思います。結果はすごく大事だと思いますが、結果だけがすべてではありません。うまくいかなかった人も、必ず頑張った結果はどこかで発揮されます。諦めず、自分の頑張りを突き通してください。

私学入試が終わり、1つ心配なことがあります。それは、この入試で受験が終了する人がたくさんいるということです。良いことなのですが・・・。何が言いたいのかわかりますよね。年によって変わりますが、このあと専願組がダラケにダラケ、いろんなことがいい加減になる傾向があります。そして、その雰囲気がこれから頑張る人の足を引っ張ることに繋がるのが少なくありません。

典型的な例は、**遅刻**です。朝がダラしくなると、いつも言うようにすべてのリズムがおかしくなります。今まで頑張ってきた3年生ですから、心配ないと思いますが、油断はできません。

公立に向けて頑張る仲間を応援し、気持ちよく勉強できる環境をつくってあげてください。そして、もう少しで終わる中学校生活を振り返り、残りの時間を大切に過ごしてほしいと思います。

**私学入試よく頑張りました！！ご苦労様でした！！**

## 学年最後のテスト！Do Our Best！

来週水曜日からは、1・2年生の学年末テストが控えています。今年度最後の定期テストです。今年度の学習を身につけて、次の学年へ進んでくださいね。特に2年生、来年の今頃は私立受験ですよ？1年後の自分がどうなっていたいのか考えながら勉強しましょう。いつもより勉強に身が入るはずですよ。

「誰でも、今すぐにでもできる学習方法」を3つ紹介しておきます。今の自分の学習スタイルと比べて、どうでしょうか・・・？

「ながら」勉強をしない

テレビ見ながら・ご飯を食べながら・スマホを触りながら…こんな調子では、全く集中できていません。

「優先順位を決めて」勉強する

思いつきで勉強しても、絶対苦手なことは後回しになってしまいます。提出物の量・締め切り日を考えたり、テストの順番を考えたり、計画を立てることが大事です。これを「タイムマネジメント」といい、将来仕事に就くときにも、大変役立ちます。

「早寝早起き朝ごはん」

「朝5時まで勉強した！」なんて声も聞こえてきますが、一種の達成感があっても、身体や頭にはよくないです。基本的な生活習慣を崩さないことが第一。早く起きてご飯をしっかり食べることも、大事なことです。

しっかりとした準備と、万全の体調で、学年最後のテストを乗り切ってもらいたいと思います。力を抜くことなく、頑張れ三中生！