

3学期がスタートしました。

3学期がスタートしました。始業式があり、そこから入試もあり学校としては慌ただしい様子ではあったのですが、生徒たちも元気な姿で登校してくれています。その中で、3年生の生徒は、大学入学共通テストを受け自分の進路に向けて頑張っています。また1、2年生は年末に行った勉強会の意識を持ち、授業でも集中した姿を見せてくれています。3学期は次の学年に向けた準備として大切な学期となります。学校生活の中から良い習慣を身につけ、自分の目標が実現できるよう、頑張っていきましょう。

国際教養コースの様子



Chill chill サブリ

新年を迎え、三日坊主にならず、良い習慣を手に入れるためにどうすれば良いか。人間の意志は長続きしないものです。始めは強い思いで意識していても、次第に意志は薄れてしまいます。そのため自然とできる仕組みをつくるのが大切です。ポイントは目標設定を低く設定し、達成感を感じられるようにする。時間と場所を固定し、余計に考える時間を減らす。さらにできるのであれば、人を巻き込んで行えば長期的に継続しやすくなります。

このような取り組みが学校でも多く見られます。個々で目標を設定し取り組む姿、部活が休みの時に放課後残って学習する様子。寮では仲間と時間を合わせて学習するなど生徒たちは自分たちで良い習慣を手に入れ頑張ってくれています。