南中学校さわやか相談室だより

ゴールデンウイークは良いリフレッシュ休暇となったでしょうか。部活動や勉強が忙しかった人、行楽を楽しんだ人、なかには生活のリズムが崩れてしまった人もいるかもしれません。さあ、５月は始まっています。「あーあ」ではなく、「よーし」と気合を入れてスタートしましょう。きっと、やる気がでるはずです。また、不安な気持ちは我慢せずにぜひ相談してください。相談室では、皆さんが、充実した学校生活をおくれるようにいつも応援しています。誰かに話すことで、気持ちが楽になることがあります。気軽に声をかけてください。

記憶には、憶えやすい記憶と憶えにくい記憶があります。定期テスト対策は万全を期していると思いますが、学習した内容が、なかなか覚えられなかったり、憶えてもすぐ忘れてしまったりすることもあるのではないでしょうか。やみくもに、暗記するのはあまり効率的な方法ではないかもしれません。

ー理科の例からー

中緯度帯には偏西風が吹いている

- 日米間の飛行時間は復路が長い
- 黄砂が中国からやって来る
- 日本に上陸した台風は東寄りに進路を変える
- 日本列島の天気は西から東に変わる

●身近な事例と関連づけることで、知識の構造化を図ることが可能になります。知識の構造化を図ることで、何度も繰り返す必要がなくなるのです。学習の意味の理解が大切だということです。年号の語呂合わせやカテゴリー別に分類して憶えるのもおすすめです。試してみてください。

《さわやか相談室利用案内》

●開室時間　　月・金　　９：００～１５：００
　　火・水・木　　９：００～１６：００
　　(時間は変更になる場合があります)

●利用できる方　　南中学校の生徒・保護者
　　舟戸小学校、本町小学校の児童・保護者

●電話番号　　０４８－２２２－３５４１(直通)

〇スクールカウンセラー　櫻井　由史（隔週の火曜日　１０：００～１５：５０）
　☆1 学期来校日：5/14(火)・ 5/28(火)・6/11(火)・6/25(火)・7/9(火)
　☆スクールカウンセラー面談、来室相談をご希望の方は、事前にご連絡をお願いします。

〇すこやか相談員　　石黒　智子

〇サポート相談員　　松村　順子

☆生徒の皆さんは、休み時間、昼休みに利用できます。直接、来室してください。