

せっ
切さ
磋たく
琢ま
磨

大阪市立築港中学校
42 期生 学年だより
2020. 5.25 第 121 号
※臨時休業中 特別号

開幕へ ウォーミングアップを

出口の見えなかった休業期間がやっと終わりそうです。いざ開幕するとわかると気が重くなる人もいるかもしれませんが、受験生であるみなさんにとって朗報であることは間違いありません。

今週は火曜・木曜・金曜が登校日で、3 時間の授業です。ここでしっかりと開幕に向けてのウォーミングアップをしましょう。

今週の予定 ※登校時間は、8 時 25 分まで！健康観察表も忘れずに！

日付	クラス	1 限	2 限	3 限
5 月 26 日(火)	A	英語	理科	家庭科
	B	理科	家庭科	英語
5 月 28 日(木)	A	数学	学活	理科
	B	理科	数学	学活
5 月 29 日(金)	A	数学	英語	理科
	B	理科	数学	英語

いざ開幕すると、がんばらないといけないのになぜか、がんばれない・やる気が出ないという『精神的なスランプ』に陥る人もいると思います。

元プロ野球選手・監督の落合博満さんは、『精神的なスランプからは、なかなか抜け出すことができない。』と言いました。そしてその理由は『根本的な原因は、食事や睡眠のような基本的なことにあるのに、それ以外のところから原因を探してしまうからだ。』と言っています。プロスポーツの厳しい環境にいた人でも生活が乱れると『精神的なスランプ』になるということです。みなさん、今週で生活リズムを取り戻しましょう。

