

2015年度

# 冬休みのしおり

## 冬休みの目標

(　)年(　)組(　)番

名前(　　　　　)

大阪市立住吉中学校

3学期の始業式に提出してください。

# 冬休みを迎えるにあたって

校長 村瀬 香織

一年があつという間に過ぎ、新しい年がはじまります。まず今年一年をじっくりとふりかえり、新たな年に向けて、自分自身の希望を持ち、目標を定め、努力してほしいと思います。

この冬休みにはクリスマスやお正月といった、皆さんにとって待ち遠しい楽しみがいっぱいあると思います。有意義な冬休みを過ごすためにも、次の点に心がけて、充実した冬休みを過ごしてください。

来るべき2016年が皆さんにとってすばらしい一年となりますように願っています。

## 1. 家族の一員として、家事の分担もすすんで行おう。

年末は、何かと家族の方も忙しくなると思います。そこで進んで家事を手伝ったり、家族の方の手助けをしていきましょう。家族の一員として、日頃できない協力をし、「家族とのふれあい」の時を持ち、充実した時間を過ごしてください。

## 2. 生活のリズムを大切に、健康に気をつけましょう。

長い冬休み、どうしても生活のリズムが不規則になりがちです。規則正しい生活のリズムをつくり、健康にも注意し、しっかりと自己管理に努めていきましょう。

## 3. 「自学自習を大切に」家庭学習を大切にしていきましょう。

まずは、冬休みの宿題・課題はきちんとやりあげることが大切です。無理のない計画を立て、自分自身の学力の向上に努めましょう。三年生の人は、自分自身の進路をより確かなものとするため、悔いの残らぬよう、努力してください。

## 4. 交通ルールとマナーを守り、交通事故等の防止に気を配りましょう。

## 5. 自らの安全を確保するために、不審な人に注意するとともに、夜間の外出等には特に気をつけましょう。

## 6. 社会生活におけるルールやマナーを守り、住吉中学校の生徒としての自覚を忘れないで、行動しましょう。

# 冬休みを有意義に過ごそう

大阪市立住吉中学校  
生 活 指 導 部

いよいよ冬休みに入ります。どこに遊びに行こうか、お年玉をもらったら何を買おうかなど、君たちはとても楽しみにしていると思います。しかし、休みが終わってしまった後で後悔だけが残らないように、休みが始まる前に次のようなことに気をつけながら計画を立て、楽しく有意義な冬休みを過ごせるようにしましょう。

## 冬休み2週間の計画を立てよう

ダラダラしていると、2週間は、あっという間に過ぎてしまう短い期間です。自分のやりたいことだけでなく、家族の一員として、しなければならないこともしっかり考えて計画を立てましょう。また、毎日の学習計画を立て、実行できるようにしましょう。

## 1年の反省と新しい年の決意を

君たちは、この1年をどのように過ごしてきたのか、自分を振り返って考えてみましょう。そして、新しい年をよい年にするために目標を決めてみましょう。

## 健康的な生活を送ろう

- ① 規則正しい生活を送ろう。起床・就寝・帰宅・勉強等の時間を決め、それを守る努力をしよう。
- ② いつもよりたくさんお金を持つことになります。使い方に気をつけ、ゲームセンター等の繁華街に行くときには、責任の持てる大人と同行しよう。特に、恐喝等の被害にあわないように、危険性の高いところには行かないようにしよう。
- ③ 飲酒や喫煙などをしないで、正しく判断し、正しい行動をしましょう。
- ④ 携帯電話やパソコン等で、コミュニケーションサイト利用によるトラブル、個人情報の流出、架空請求による被害などにあわないように十分注意しよう。
- ⑤ 事故にあわないように注意しよう。交通事故が起りやすい時期です。バイクの運転はもちろん、自転車の2人乗りも絶対にしてはいけません。
- ⑥ 公園や公共の場所では、他人や近隣住民の方に迷惑をかけないようにしよう。

## 登下校・部活動について

- ① 顧問の先生が許可している服装で登下校すること。
- ② 顧問の先生の許可なく自転車で登校したり、買い物をしたりしないこと。
- ③ 教室・部室を使った後は、整理整頓・戸締まりを確認すること。
- ④ 活動終了後は、すみやかに下校すること。

何か気になることがあれば、下記に連絡すること

住吉中学校 〒 6672-3115 住吉警察 〒 6675-1234

# 冬休み活動表

冬休み中の日々の活動記録です。自分で計画を立て、生活リズムを崩さないよう注意しよう。

書き方の例

予 定	勉 強	クラブ活動
家族旅行	国語、3時間	参加した○
帰省	英語、2時間	休んだ×

12月	予 定	勉 強	クラブ活動
26（土）			
27（日）			
28（月）			
29（火）			
30（水）			
31（木）			

1月	予 定	勉 強	クラブ活動
1（金）			
2（土）			
3（日）			
4（月）			
5（火）			
6（水）			
7（木）	始業式		

# 冬休みの宿題一覧表

学年	教科	内 容	提出日
1年	国語	中間・期末テストのやり直し。 チャレンジテスト対策。 故事成語を覚えよう。	始業式
	社会	プリント集	始業式
	数学	プリント4枚+昨年度のチャレンジテスト	始業式
	理科	プリント集	始業式
	英語	プリント集・ワーク p.103,104,106,107,108,109,110,117,118,119,121,122	始業式
	音楽	・器楽P.12~13の楽譜に階名を書く。 ・リコーダーの手入れ	3学期最初の授業
	体育	男子のみプリント1枚	最初の授業
	美術	手のデッサン	3学期最初の授業
2年	国語	・年賀状（寒中見舞い） ・プリント ・本を読もう ・百人一首を覚えよう	始業式
	社会	プリント集	始業式
	数学	プリント集	始業式
	理科	プリント集	始業式
	英語	プリント集（答え合わせをすること） 『スプリング冬』の勉強（1/8にテストを実施）	始業式
	音楽	・器楽P.14~15の楽譜に階名を書く。 ・プリント1枚（まだできていない人） ・リコーダーの手入れ。	3学期最初の授業
	美術	名画を鑑賞しよう	3学期最初の授業
3年	国語	・3年間の総復習問題集（やっていないところ全て） ・年賀状（寒中見舞い）	始業式
	社会	プリント集	始業式
	数学	入試問題7ページ、新・計算の基礎練習帳No.88・90	始業式の8:45まで
	理科	プリント（演習ノートに貼って提出） マイノートp.9~13、16~17	始業式
	英語	3年間の復習 スpiral・ポイント学習を含む1~24・26~28の基本問題 教科書p86のTRY	始業式
	音楽	・アルトリコーダー「愛の挨拶」「木星」の練習（3学期1回目「愛の挨拶」テスト→不合格者のみさらに「木星」テストあり） ・アルトリコーダーの手入れ	3学期最初の授業
	体育	男子のみプリント1枚	最初の授業

記入終了後は塗りつぶしを解除し  
上書き保存でお願いします。

※入力中に席を離れる場合は、上書  
きし  
ファイルを閉じてください。

## 冬休みの反省・感想

3学期が始まる前に自分を見つめて、生活を立て直す必要があるか  
チェックしよう。(冬休みの終わりごろにチェックしてください)

① 朝、なかなか起きられない。

② 夜ふかしをすることが多い。

③ なんとなくからだがだるい。

④ 体力がおちた気がする。

⑤ 友達が変わった。

⑥ 多額のお金を使った。

⑦ 一人でいることが多かった。

⑧ 家族とあまり話さなくなったり。

この冬休みの反省・感想を書いてください。

---

---

---

---

---

---

---

---

---