

つれづれ

平成29年2月9日(木)

リズムを整える



先日来、インフルエンザが原因で、臨時下校や学年・学級休業をおこなってきました。本日は、久しぶりに全学年がそろって通常授業ができましたね。

まだまだ、寒い日が続きますが、睡眠・休養・栄養に留意し、元気に学校生活が送れるようにしましょう。

午前中、皆さんの授業を受けているようすを見ました。どの学年も、しっかりと授業に参加できている人が多かったように感じました。とりわけ3年生については、明日が私立高等学校の入試ということもあり、緊張感が漂っていたように思います。とてもよいことだと思いました。

さて、この時期は体調を悪くする人も多く、生活のリズムも崩れやすい時期です。個々のリズムが崩れると、不思議にそれが集団に影響することもあるかもしれません。

例えば、体調不良者が多いクラスでは、授業の最初や最後のあいさつに元気がなかったり、授業中のめりはりが何となくなったりします。そのような状態が続けば、クラスのリズムがおかしくなり、やがては学年のリズムにも大きな影響を与えることになります。

つまり、個人の体調や生活のリズムが、所属する集団に影響を与えることもあるのです。

そこで、大切にしてほしいことがあります。時間を守ること。大きな声で笑顔であいさつをすること。掃除をきちんとすること。この3つは、よい生活リズムを保つための大切な要素なのです。しっかり実践してください。

最後に、明日、私立高等学校を受験する3年生がたくさんいますね。ここまできたら、じたばたしても仕方ありません。自分を信じて、心を落ち着けて頑張ってきてください。健闘を祈ります。

<保護者の皆様へ>

学校ホームページで、日々の教育活動のようすを公開しています。どうぞ、本校ホームページを閲覧してください。

【大阪市教育委員会 天下茶屋中学校】で検索



QR code

天下茶屋中学校HP → <http://swa.city-osaka.ed.jp/swas/index.php?id=j762750>