

Action

町田市立薬師中学校
第2学年
令和7年12月25日
第33号

冬休みの過ごし方



2年生の冬休みは「受験生」への足音が聞こえ始める、非常に大切な時期です。「中だるみ」しがちな時期ですが、ここで少し意識を変えるだけで3学期や高校受験への備えがグッと楽になります。有意義に過ごすためのポイントをまとめました。

① 生活リズムをくずさない

冬休みはイベントが多く、生活リズムが乱れがちです。「朝起きる時間」だけは固定しましょう。夜更かししても、朝決まった時間に起きるだけで体内時計の狂いを最小限に抑えられます。また、スマホやゲームのルールを決めましょう。「勉強が終わるまで触らない」「夜10時以降はリビングに置く」など、自分で決めたルールを守ることが大切です。

② 学習の苦手の総点検

2年生の冬休みは、新しいことを詰め込むよりも「これまでの穴を埋める」ことが最優先です。特に数学や英語など、前の単元が次の単元の基礎になっている教科は、ワークの解き直しを徹底しましょう。もし今の勉強が難しく感じるなら、思い切って中1の復習をしてみましょう。実は中2のつまずきの原因は中1にあることが多いです。

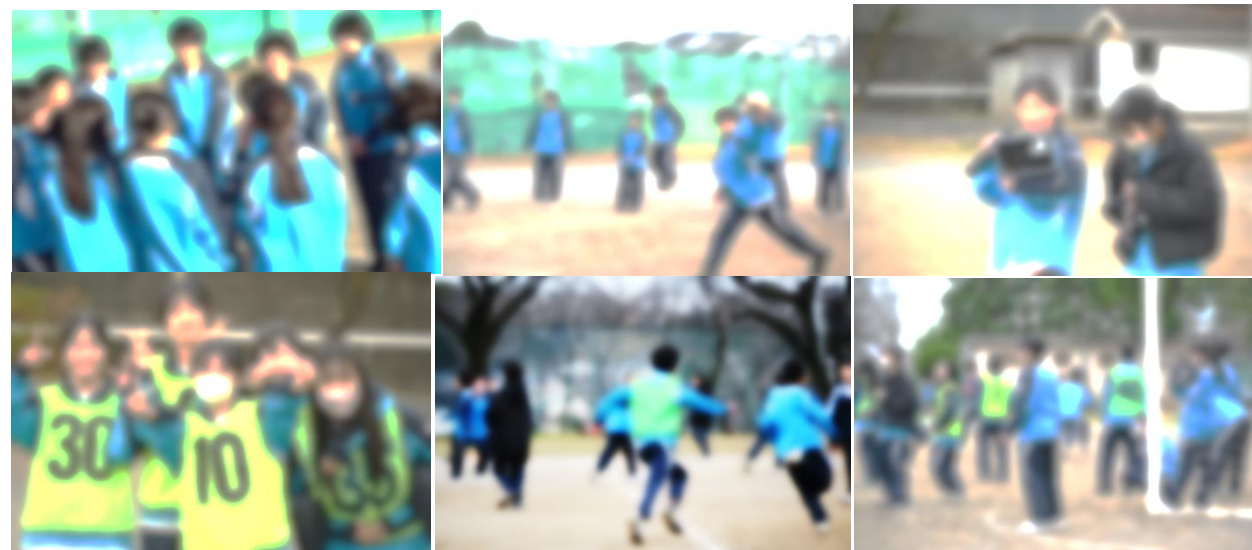
おすすめのスケジュール例（1日のイメージ）

時間帯	内容	ポイント
午前	宿題 or 苦手教科の勉強	脳が元気なうちに頭を使う教科を
午後	自由時間	趣味や運動でリフレッシュ
夕食後	暗記もの（英単語・漢字）	寝る前に覚えると記憶に定着しやすい

この冬休みを「ただの休み」にするか「ステップアップの期間」にするかで、来年春のスタートダッシュが変わります。上記の内容を参考に、ぜひ有意義な冬休みを過ごしてください。

学年レクを行いました

月曜日の6時間目に学級委員会が企画・運営の学年レク『王様ドッチボール・ドロケイ』が行われました。王様を当てたら勝ちという王様ドッチボールでは、白熱した試合や、まさかの開始早々に王様が当てられてしまうという試合もあり、笑いありハプニングありのドッチボールとなりました。後半のドロケイは、15人+教員がケイサツ、それ以外がドロボウとなり、ドロボウは隠してあるお宝を見つけ出したら勝ちというルールで行いました。ケイサツの連携プレーで徐々にドロボウを追い詰めていたはずが、隙をつかれて捕まっていたドロボウの脱獄を許すなど、いくら追い詰めても脱獄が繰り返される一進一退の攻防が繰り広げられました。生徒たちは元気に走り回っていましたが、教員陣はもうへとへとでした。そんな学年レクもたった4人の学級委員だけでの運営は大変だったと思います。お疲れさまでした。



新学期の予定

1月8日（木）

8:50～	始業式
9:30～	学年集会 @視聴覚室
10:30～	学活（提出物回収）
11:40	生徒完全下校
15:30～	再登校可能



【持ち物チェックリスト】

- ☐ 冬休みのしおり
- ☐ 通知表
- ☐ 上履き（名前を書くこと）
- ☐ 体育館履き