

臨時休業中の生徒心得（教務課）



1 不要な外出を避け、感染予防をしよう。

不要不急の外出は控えてください。そして、3つの密（密集・密接・密閉）の状況を作らないようにしましょう。

2 何をすべきか、何ができるかを考え、実行しよう。

家で何ができるかを考えましょう。この時間を有効に使い、さらに成長しましょう。英語でこのような表現を見かけることがあります、It's never too early or too late to develop good study habits.（良い学習習慣を身につけるのに早すぎることも遅すぎることもありません。）

これをはじめのためのヒントをいくつか紹介します。

・着替える

パジャマのままでいないようにしましょう。着替えて、勉強の準備をしましょう。そうしなければ、そのまま昼まで布団やベッドの中で過ごすことになるでしょう。

・勉強場所を決める

勉強場所を決めましょう。その場所を快適にすることは大切ですが、寝てしまうようなことがないようにしましょう。

・ルーティンを作る

学校での1日を再現する方法を考えましょう。これをするによって、心理的に勉強する準備がしやすくなるでしょう。

・to-do リストを作り、時間制限を設定する

何をするかを書き、それを完了する期限と時間を決めましょう。設定した時間がきたら、そのまま続けるべきか、次のことをするべきかを判断しよう。

・休憩時間を決める

休憩をとることは大事です。

これらのヒントを参考に、自分をさらに成長させましょう。

これ以外にも

・新聞やニュースを見る

・読書をする

・大学・専門学校・企業の研究

・どのように自分をアピールし、自分の考えを相手に伝えるかをまとめ・練習する
などがあります。

様々なことにアンテナを張り、自分を磨いていきましょう。