

園田東中だより

令和2年5月号
～ 夢一途 ～
地域の東中をめざして



自分の心に打ち克とう

- 早寝・早起き・朝ご飯で1日を元気に過ごそう。
- 1日の生活を計画的に過ごそう。
- 自学自習を忘れず実行しよう。
- 「後で」と思う弱い心に負けずに、直ぐに実行しよう。

～ 毎日の生活を頑張ろう ～

新型コロナウイルス感染防止のため、今年度は学校での勉強ができずに1ヶ月が過ぎてしまいました。各教科から、課題は出されていますが、なかなか1人で勉強することは難しいことです。このような状況の時こそ、自分の心に負けないで生活リズムをただすため、学習計画表を作成してスケジュールに沿った勉強をしましょう。スケジュールを作成するときには、人の脳は午前中に活発に活動しますので、例えば、9時～12時までに5教科の勉強を行い、午後は、他の教科の学習を行うように計画を立案して継続的に行ってください。

また、オンライン学習が可能な生徒は、尼崎市教育総合センターのホームページに、1年生から3年生までの5教科オンライン授業がありますので予習・復習に活用してください。(参考になります。)勉強の遅れやクラブ活動など、心配なことがあると思いますが、学校が開催されれば、学習の遅れについては教育計画を組み直し、授業を行い補習学習や放課後学習(月・水)でも対応しますので安心して家庭生活を過ごしてください。

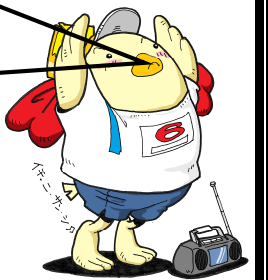
みんなが元気いっぱいに登校してくれる日を教職員一同心待ちにしています。

臨時休校中の1日の生活(例) ～ 朝型の生活を心がけよう ～

6時～7時	起床・朝食
9時～12時	(国語・数学・英語・理科・社会)の勉強
12時～13時	昼食
13時～15時	(音楽・家庭・技術・美術・体育)の勉強
15時～16時	休憩
16時～18時	お手伝い・趣味・補充学習
18時～20時	夕食・お風呂
20時～22時	自由時間

～ 健康を維持するために免疫力を高める生活をしましょう。 ～

- 早起きをして朝日を浴びる。
- 腹式呼吸で大きく息を吸って、しっかり吐く。
- 10分から20分の昼寝をする。
- 朝ご飯を食べる。
- ヨーグルトやきのこ類を食べる。
- 寝る1時間前にスマホやパソコンを止める。
- 簡単な体操やトレーニングをする。



～ 保護者の皆様へ ～

5月7日～31日まで臨時休校が延長されることが決定しました。学習面等ご心配なことがおありと思いますが、子どもたちを認め見守りながら1日1日の生活をお過ごし頂けますようお願い致します。また、学校再開後も生徒や保護者の方々の安全を考え今年度行われる学校行事において、中止や延期があると考えられますのでご理解ご協力の程をお願い致します。

～ 中止・延期の行事 ～

- [中止] 参観授業・1年宿泊学習・研究授業・全国学力テスト・PTA総会
尼崎市公立高校合同説明会・体育大会
- [延期] 修学旅行・教育実習・保健行事
(今後の状況により、更なる変更有り)

～ 学習課題配布・回収について ～

各学年の教師が、ご家庭を訪問して学習課題を配布・回収致します。

第1回目 5月7日(木)・8日(金)

第2回目 5月18日(月)・19日(火)

