



## 期末テストを

## 全力で！ 粘り強く！

1学期の期末テストが、下記の日程で実施されます。中間テストの振り返りを活かし、しっかり計画を立て取り組むとともに、提出物などは期日を守って提出するようにして下さい。また、今回の期末テストが1学期の評価・評定に大きく影響します。全力で粘り強く取り組んでください。



### 〔期末テスト日程〕

	29日(水)	30日(木)	1日(金)
1限目	授業	音楽(1・2年) 保健体育(3年)	英語
2限目	授業	数学	国語
3限目	保健体育(1・2年) 音楽(3年)	理科	授業
4限目	社会	技術(1・3年) 家庭(2年)	授業

※1・2年生の保健体育と音楽の日程が当初の予定より変更となっていますので気をつけてください。

※6月22日(水)から部活動停止期間となります。

※29日(水)は給食後13:30に、30日(木)は給食後13:10に下校予定です。

※1日(金)は、テスト終了後、授業を6時間目まで行います。

### 《試験までの基礎・重要点の整理期の勉強は》

教科書で必ず次の2点をおさえよう！

1. 定期テストでは多くが教科書から出題されます。どこが重要かを考えながら、最低3回は読むようにしましょう。
2. 教科書の太字部分や囲み、図、写真、先生が授業中に強調した部分をとくにマークしましょう。ノートやワークシートを参考に……。重要部分を整理して覚えることが第一です。教科によっては、プリント類が重視されることもあります。

### 《試験までの問題練習期の勉強は》

次の点をよく知って、練習問題に挑戦する。

1. 教科書の小単元や章末にある練習問題などと似た問題がよく出ます。これらは自力で解けるようにしておきましょう。

2. ワークやプリント、問題集を使った練習問題は、数多くこなすことも重要ですが、弱点箇所(できない部分)を発見する役割もあります。ミスした問題はくり返し練習し、二度と間違えないようにしておきましょう。ちなみに、練習問題の場合、やさしいものから難しいものへと進むのが鉄則です。

### 《試験前日の総仕上げ期の勉強は》

次の2点に注意しながら、翌日のテスト教科すべての範囲にじっくり目を通そう。

1. 教科書やノート、プリントにもう一度目を通し、覚えているか最後の確認をする。
2. 練習問題でミスした問題に、教科書や参考書なしで再挑戦してみる。もし答えを間違えるようだったら、もう一度教科書のその部分に戻って、解き方をしっかり確認する。

これから7月に向け、気温や湿度も上がり本格的に梅雨らしい気候になると思われます。新型コロナウイルス感染症防止とともに熱中症予防にも気をつけ学校生活を送りましょう

## 熱中症にも気をつけましょう！

梅雨に入り、蒸し暑い日が続いています。暑くなると心配されるのが「熱中症」です。熱中症は、高温多湿などで体内の水分や塩分(ナトリウムなど)のバランスが崩れたり、体内の調整機能が破綻するなどして発症する障害の総称です。熱中症の発症は、梅雨の合間に突然気温が上昇した日や、梅雨明けの蒸し暑い日など、身体が暑さに慣れていない時に起こりやすいと言われています。また、室内でも起こる可能性があります。特に、運動時の注意としては、次のことが考えられます。

- こまめに水分を補給しましょう。たくさんの汗をかく場合は、0.1~0.2%程度の食塩水(1リットルの水に1~2gの食塩)が適当です。
- 暑さに徐々に身体を慣らしましょう。
- 個人の条件や体調を考えて活動しましょう。
- 服装に気をつける。吸湿性や通気性の良い素材を着用し、直射日光は帽子で防ぎましょう。
- 具合が悪く感じたら、早めに運動を中止しましょう。