

# 1 充実した<sup>じゅうじつ</sup>学校生活をめざして

新しい気持ちで、期待に胸をふくらませ、中学校生活がスタートしました。これからの3年間を充実したものにするためには、どのようなことを心がけて生活をしていったらよいのでしょうか。

## 1. 自分の夢や希望を大切にしよう。

豊かで充実した中学校生活を送るためには、夢や希望をもち、学習や様々な活動に積極的に取り組んで、自分自身の可能性を伸ばしていくことが最も大切なことです。



あなたの「中学校生活への夢や希望」を書いてみましょう。

--

## 2. 様々な活動に<sup>ちょうせん</sup>挑戦しよう。

中学校には、教科の学習はもちろん、生徒会活動、体育祭・文化祭・学習発表会といった学校行事、部活動など、様々な活動の場面があります。そのような場面で、仲間とともに活動することで信頼関係を深めることができるでしょう。

また、力を合わせて一つの目標を成し遂げたときの達成感や喜びは、次の目標に向かって挑戦しようとする新たな気持ちを生み出します。様々な活動に取り組むことで得られる経験は、自分の成長につながる貴重なものとなり、中学校生活の大切な思い出になることでしょう。

あなたも、失敗を恐れず、様々な活動に積極的に挑戦してみましょう。仲間や先生、家族などの多くの人があなたを支え、協力してくれるはずです。



中学校で「こんな活動に挑戦してみたい」と思うことを書いてみましょう。

家庭や地域の中で	学校生活の中で

### 3. 思いやりの心を大切にし、仲間とともに生活しよう。

学校では、それぞれ違った個性をもった人が生活をともしています。多くの人の考え方を  
知することは、これから社会の一員として自立するあなたにとって、とても大切なことです。

まず自分自身を知り、自分のよいところを見つけましょう。そして、人と人とのふれあいを大切にする人間関係を、自分からつくっていきましょう。そのためには、周りの人のよいところも  
見つけ、互いを理解し、認め合い、協力しながら生活していくことが大切です。個性を尊重し、  
互いに思いやる心を大切にするので、あなた自身の個性を一層伸ばすことができるはずですよ。

### 4. 基本的な生活習慣を身に付けよう。

「基本的な生活習慣」とは、何でしょうか。簡単に言うと、「よりよい生活を送るために必要  
であり、身に付けておくもの」のことです。「基本的な生活習慣」は、自分自身で意識して、毎  
日の生活の中でしっかり身に付けていくことが大切です。次の項目は家庭・地域や学校生活で大切  
な項目です。



次の項目をチェックしてみましょう♪（身に付いていれば、□にレ点を！）

#### ◎家庭や地域の中で

- 毎日規則正しい生活を送る。
- 家の手伝いを進んで行う。
- 社会のルールやマナーを守る。
- 

#### ◎学校生活の中で

- 時間を守って行動する。
- 忘れ物をしないようにする。
- 自分の役割を自覚し、積極的に取り組む。
- 学校のルールや約束を守る。
- 

しっかりできて  
いない項目は、こ  
れから努力しまし  
よう。

また、このほか  
にも考えられる項  
目があれば書いて  
みましょう。



あなたの考えを家族の人たちに話し、アドバイスをもらいましょう。

家族からのアドバイスとあなたの感想を書きましょう。

## 《2年生になって》

### 新たな気持ちで様々な活動に挑戦しよう。

中学校生活も2年目となり中堅の学年として中学校生活のターニングポイントとなる節目の学年になりました。何事にもやる気に満ちあふれ、先輩になる喜びを感じた人もいるでしょう。学校生活にも慣れ、学習、定期テストはもちろん、生徒会活動、体育祭・文化祭・学習発表会といった学校行事、部活動などの様々な活動を経験してきました。

今日感じた新鮮な気持ちを大切にしながら、新たな気持ちで様々な活動に挑戦したいと思うことを書いてみましょう。また、家族の人たちにあなたの考えを読んでもらい、アドバイスをもらいましょう。



新たな気持ちで「こんな活動に挑戦してみたい」と思うことを書いてみましょう。

家庭や地域の中で	学校生活の中で



あなたの考えを家族の人たちに話し、アドバイスをもらいましょう。

家族からのアドバイスとあなたの感想を書きましょう。

## 《3年生になって》

### 新たな気持ちで様々な活動に挑戦しよう。

いよいよ3年生となりました。生徒会活動、体育祭・文化祭・学習発表会といった学校行事、部活動などの様々な活動のリーダーシップをとる立場となります。そして、中学校生活最後の年となります。ひとつひとつの活動を大切に、思い出に残る素敵なものにしていきたいですね。

また、今年度は進路選択<sup>せんたく</sup>の年となります。授業での学習はもちろん、自分に合った家庭学習が充実<sup>じゅうじつ</sup>できるよう工夫して時間を使いましょう。

家庭や地域・学校生活の各々の場面で、中学校生活で挑戦しておきたいと思うことを書きましょう。また、家族の人たちにあなたの考えを読んでもらい、アドバイスをもらいましょう。



最後の中学校生活で「挑戦しておきたい」と思うことを書いてみましょう。

家庭や地域の中で	学校生活の中で



あなたの考えを家族の人たちに話し、アドバイスをもらいましょう。

家族からのアドバイスとあなたの感想を書きましょう。