

## 7月22日（水）終業式

おはようございます。

いよいよ夏休みを迎えます。諸君等にとって夏休みに大切なことは、生活リズムを崩さないということです。朝はできるだけ学校に登校しているときと同じ時間にきっちり起きるようにしなさい。そして夜は自分のパターンとして最も遅い時間でも、今学校へ来ている時間に合わせて必ず寝るようにしなさい。この生活リズムをきっちり守れるかどうか、これが、夏休みを本当に有意義なものにできるかどうかのポイントなのです。分かりやすく言うと午前9時以降に起きたりすることのないようにする。あるいは、午前1時以降に寝るようなことは絶対にないようにするのです。そのように自分の生活をきっちりコントロールするのです。それが、さまざまな経験をしていくうえで、あるいは大学の入学試験に向けて自分を少しずつ鍛え上げていくうえで、非常に大切なことだと思います。

日曜日にちょっとゆっくり起きるといことは、たまにはあると思います。しかし夏休みは、いわば毎日が日曜日なのです。夏休みにたまの日曜日と同じ生活をすれば、そちらの方が自分の生活リズムになってしまいます。新学期になり新たに元の生活リズムに戻すことになればたいへんな負荷がかかってしまいます。なおかつ9月は季節の変わり目になります。体調を壊してしまい、それを冬まで持っていかななくてはならないということになってしまっは最悪です。そのために、必ず朝はきっちり起きる。できたら今起きている時間に起きて一日をスタートさせるという生活習慣を守ってもらいたいと言うわけです。

次に、夏休みにできることは、やはり勉強の復習でしょう。特に苦手科目、苦手分野の克服ですね。いつも言うことですが、苦手分野、苦手教科の克服の学習は、苦手教科をいきなり得意教科に変えようということではありません。基本的に苦手分野、苦手教科は、まず苦手意識があるために実は標準的な問題さえもできてないことが多いのです。それが苦手になっている原因である可能性が高いわけです。

そういう意味でまずは標準的な問題に前向きに臨んで、標準の学力をきっちりつけるようにすることが大切です。これが苦手教科、苦手分野の克服ということです。実際に大学入学試験で、みんなができる問題はすべてできたけれども、誰でもできないような難しい問題はできなかったという場合、必ずと言っていいくらい合格しているものです。

逆に落ちるのはなぜかという、みんなができるような問題を落とすからなのですね。だから特に高校3年生は、標準の問題をきっちりとできるような学力をつけてもらいたい。そして、苦手科目を克服できるときの感じは徐々にという感じではありません。どれだけやっても克服できない、自分は頭

が悪いのではないかというような意識があって、苦手意識が長い間しみついているわけですから。しかし努力を続けていると、ある日突然、ああ全部この問題が解決したという時期がくるものなのです。ですから、頑張っても、頑張ってもうまくいかないと感じているときというのは、実は壁のそばまでたどり着いているはずなのです。たとえば、万里の長城も遠くから見ていたら、そこに壁があるかどうかわかりません。しかし、近くまでくると、その壁を感じるができるというようなものなのです。だから辛抱して取り組みれば、ある日突然できるようなるものです。粘り強くやれるかどうか、これが苦手教科を克服するひとつポイントです。

また、必ずプランニングシートも作るようにしなさい。それを面談等で先生方に見ていただいて修正を加えて、その計画どおりに夏休みを過ごし、有意義ものになるように祈っています。

最後に、夏休みは自分がどうやって自分を律していくかということの練習です。日頃は学校の先生からその都度さまざまなこと言ってもらって、生活をしていますが、夏休みは自分で自分をどのように律していけるか、自分でどういうふうに自分の生活を作っていけるか、そういう訓練の期間です。よくよく自覚して充実した夏休みをすごしてもらいたい。終業式のお話をこれで終わります。

( 学校長 )