

# 誠実

誠実 心によらずに生きる = 言行一致

よく考え 助け合って やりぬく

2016.06.06 No.11

北陵中学校生徒指導通信

学校電話 0572-27-6068

中間テスト期間(ネット利用について考える~ノーネット 5days!)



全国学力テストは4月、小学6年と中学3年生に毎年実施されています。国語、算数・数学の2教科で、A問題(基礎学力)とB問題(活用)が出題された。2014年、文科省はテストの際に行ったアンケート結果と成績との相関関係を分析しました。

それによると、中学生は国語、数学のABの両問題とも、**平日にインターネットをする時間を「1時間より少ない」と答えた生徒の平均正答率が最も高く、ネットの利用時間が長くなるにつれて平均正答率が下がり、「1日4時間以上」の生徒の平均正答率が最も低かった**そうです。

小学生も同様の傾向が見られ、最も平均正答率が低かったのは「4時間以上」の児童で、算数Aでは、最も高かった「1時間より少ない」児童の平均正答率とでは11.5ポイントの開きがありました。

**中間テストまで、あと4日！今！学習しないで、どうするの？真剣にテスト勉強に取り組むことはもちろん、改めてネット機器の利用の仕方を保護者と一緒に考えることが、今の君たちには必要ですよ！**

## 【衣替え移行期間終了！季節に合わすだけでなく、自分の体を鍛える！】

「衣替え」とは・・暑さ・寒さの季節の変わり目にその季節にあった衣服に着替える慣習の事です。衣替えの習慣はなんと1000年も前平安時代から始まり、江戸時代になると、だんだんと民衆へ浸透していきます。それが明治時代、明治政府が役人に「洋服」を採用し、6月1日~9月30日が夏服、10月1日から翌年5月31日が冬服と定められ、回数も年2回となり、現在とほぼ同じ形になりました。(諸説あり)

さて、梅雨に入り、どことなく肌寒い朝の日もありますが、ジャージを着ることなく、自分の肌を鍛える！薄着になることで、皮膚は気温の暑さや寒さを敏感に感じやすくなります。このことで、**血管の収縮、拡張といった働きをくり返し、身体の体温調節機能が養われると、自律神経のバランスが発達していきます。**逆に言えば、普段から厚着をしていると、皮膚の感覚器官が鈍くなるため、本来なら寒いときに体を温めようと働いてくれる自律神経の働きも鈍くなってしまいます。このことから、北陵中では薄着を勧めているのです。

