

37回生学年通信 [第5号]

2020.4.20

学年主任より

先日の「心の健康アンケート」の結果を集約して、やはり不安を抱えている人が少なくないと感じました。社会的制限を受ける状況下（行動制限など）では、ストレス反応が起こることは当たり前のようです。まずは、不安を抱えることは緊急事態においては誰にでも起こりうる自然の反応であることを理解してください。

「恐怖や不安感 怒りやイライラ感 抑うつ感や意欲の低下 不眠や食欲低下」などの症状が長引いたり、心配なときには必ず家族や学校の先生、信頼できる大人に相談するようにしてください。また文部科学省が相談窓口を設置しているのでそちらで電話相談してもよいと思います。
(24時間子供 SOS ダイアル 0120-0-78310)

また、学習に対する不安を抱えている人も少なくないようです。アンケートには記載しなかった人でも少なからず学習に不安を抱えているのではないのでしょうか。いつもなら学校で授業が行われており、学習内容でつまずいてしまっても周りに友達や先生など質問できる人がいますが、この状況下ではそうもいきません。

自分で学習する時間が長い今だからこそ、自分なりの「勉強スタイルの確立」を図ってみてはどうですか？

勉強方法は人それぞれで、「この方法なら必ず結果が出る」といったものではありません。どの方法が自分に適しているのかはいろいろと試してみないと分かりません。受験まで残りわずかな3年生のときに、効果のある勉強方法を試行錯誤して身につけようとしているのでは遅いと思いません。これから学年通信を通して各教科の学習方法のアドバイスを記載していきます。参考にして自分なりの勉強方法を今のうちに確立してしまいましょう！

=訂正=

学年通信第4号の修学旅行の日時が間違っていました。正しくは11月11日(水)～11月13日(金)です。

この時期におすすめしたい英語学習

第2学年 英語科より

2月末から休校となり、全く授業の出来ない日々が続いていますが、きちんと学習に取り組んでいますか。いろいろな教科から課題は与えられていると思いますが、**そろそろネタがなくなってきたころでしょう**。英語科からは、そんなみなさんに、自主的にできる英語学習についてお伝えします。

1. 単語帳を活用して語彙力アップ！

『システム英単語 Basic』を各自のペースでどんどん進めてください。英単語を効率よく身に付けるためには、**①音と一緒に覚えること、②何度も何度も繰り返すこと、③単語とフレーズと一緒に覚えること**、が重要です。早い時期に学習を始め、自分に合った学習方法を確立してください。

2. 文法の基礎固め！

『Dual Scope 総合英語』(参考書)をよく読み、自分でノートにまとめてみましょう。さらに理解が深まると思います。ある程度理解が進んできたら、1年生のときに授業や課題で取り扱った問題(教科書・ワーク・参考書の章末問題)を解きなおきましょう。自分の苦手なところを洗い出して、何度も繰り返し取り組むことが大切です。

3. リスニング力強化！

リスニングも自己学習がとても大切です。手軽に使えるアプリとしては「英語リスニング」や「NHKゴガク 語学講座」、CNNやBBCといった海外のニュース番組のアプリなどがおすすめです。スクリプトが表示されるものであれば、聞こえた音声に続けて発音する「シャドウイング」練習ができると、より一層の効果が期待できます。

また、お気に入りの映画があれば、吹き替えでなく英語のまま観てみるのも良いでしょう。字幕なしで言っていることが理解できたら、それはそれは楽しいですよ！

まとめ！

英語はあくまで言語=人とコミュニケーションをとる道具です。道具は使い方を覚えることも重要ですが、なにより「使うこと」が大切です。そして、使わない期間が長くなればなるほど、使い方を忘れます。**毎日、少しずつ構いません。英語に触れる時間を作ってください。**できれば、インプット(=覚える)とアウトプット(=覚えたものを使う)の両方できるとなおよいです。お休みが明けたら、英語力が1年生の終わりより伸びているみなさんに会えることを期待しています。