

## 臨時休校期間をいかに過ごすか！ Part2

R2. 5. 7 (木) 3学年

新型コロナウイルスの感染拡大に伴う緊急事態宣言が延長され、臨時休校期間も5月末日まで延長されました。3年生の皆さん、いかに過ごしているのでしょうか。4月6日の始業式に配付した「臨時休校期間をいかに過ごすか！」を念頭に規則正しい生活を送っていますか。この間、インターハイ中止の報道がありました。野球部も他の文化系部活動も実質、3年生は引退ということになると思います。ここまで、部活動に一生懸命取り組んできて、最後の大会を目指してきた人たちに何と言葉をかけてよいかわかりません。1つだけ言えるのは、ここまでの努力や経験は絶対に無駄ではないということです。全てあなたのパワーとなって、苦しいときにあなたを後押ししてくれるはずですよ。

愚痴ったり、ふて腐れたり、投げやりになっていても何も変わりません。「ピンチはチャンス」という言葉がありますが、ピンチの時、そこには大きなチャンスが隠れています。たっぷり与えられた時間を家の中で生活しなければならない、という状況も、過ごし方によっては君たちにとって大きなチャンスにする事が出来ます。しかし、強制力が伴わない状況の中で、ゲーム三昧の生活を続けるのか、高い意識を持ってしっかり机に向かうのか、すべては本人の自覚にかかっています。そして、その結果は、学校再開後、確実に表れてきます。

1日の過ごし方例（24時間のスケジュール） 勉強時間8時間、自由時間8時間、睡眠時間8時間

7:00	起床・食事・自由時間
8:55～9:45	1時間目
9:55～10:45	2時間目
10:55～11:45	3時間目
11:55～12:45	4時間目（昼休み 45分）
13:30～14:20	5時間目
14:30～15:20	6時間目
15:30～16:20	7時間目
16:20～20:00	運動・趣味・食事・風呂・自由時間
20:00～20:50	8時間目
21:00～21:50	9時間目
22:00～23:00	自由時間
23:00～7:00	睡眠

以上のように、6時間目までは学校と同じスケジュールに従って動き、7～9時間目を自分で管理することが出来れば、1日約8時間の学習を継続できます。自分で時間を管理することができない人は参考にして下さい。

休校期間中、登校してきた生徒から次のような質問を受けました。

### Q. 夏休みは短縮されるんですか？

5日、県教育委員会から、授業日数を確保するため、7月21日(火曜日)から31日(金曜日)までの夏季休業日を、授業日として活用することとします、との発表がありました。

### Q. 文化祭は実施されますか？中止ですか？

新型コロナウイルスの感染状況の推移にもよりますが、すでに9月の文化祭中止の決定をしている学校もあります。文化祭を実施するためには準備も必要です。授業時間の確保もあり、他の行事を含め中止になることもあります。

進路や受験に不安を持っていたり、相談したいことがある場合には、是非、担任の先生に連絡して下さい。

**長い臨時休業を終えて学校が再開したとき、大きく成長した君たちに会えるのを楽しみにしています。広い意味で、コロナに負けるな西高生！！**