

“二学期が始まった頃の「2学期に頑張りたいこと」生活面編”

4 組

「手伝いをする。」「あいさつ、返事は自分からする。」「身だしなみをきちんとし、コロナ対策もしっかりと行う。(気を抜くことが無いように)」「自分の体調に気を付けて生活する。」「自分で決めたことを継続する。」

2 組

「生活リズムを崩さず、健康に過ごす。」「早く寝る。」「生活習慣を崩さず生活をし、目上の人やその場にあった言葉遣いをしていけるようにする。」「オールしないようにする。」「生活リズムを整える。早寝早起きを心掛ける。」「休みの日も毎日早起きする。」「規則正しく、自分の中での決まりを大切に作る。」

3 組

「自分から起きる。毎日お手伝いする。」「夏休みにほぼ毎日できた家の手伝いを継続する。1日7時間以上寝る。」「早起きを頑張りたい。」

1 組

「あいさつと返事を相手に聞こえる声でする。」「健康に気を付けて生活する。」「早く寝る！」「規則正しい生活を送れるようにする。計画を立てられるようにしたい。」「寝る時間が少ないので、早寝早起きを目標に意識したいです。」

5 組

「休みなく、遅刻なく登校する。」「毎日早く起きます。毎日運動をします。」「忘れ物をしない。体調を崩さない。」「土日でも生活リズムを崩さないようにする。」「何もしないという時間が無いように、自分から進んで動くこと。早寝早起きを毎日して、体調管理をする。」

*「初心忘るべからず」です。今でもこの時の気持ちを持ち続けているのでしょうか？

よのなかルール 13 <「メシを食べる大人になる！よのなかルールブック」高濱正伸監修>

「ひとつのことでいいから最後までやりとげる。」

たったひとつのことでも、やりきれば、
きみのなかに自信がうまれる。
その自信は、もっと大きな目標にいどむ
土台になるよ。

