

8月1日（月）勉強

8月になりました。毎日、暑いですね。

勉強はしっかりしていますか。

さて、家での勉強をいきいきと進めるた

めのヒントを、いくつか紹介します。



1 時刻、時間を決める

8時50分から30分間など、毎日同じリズムでやる
とはかどります。学校での授業時刻に合わせて、2学
期につながりますよ。

2 よい姿勢で取り組む

姿勢がいいと集中力も続きます。勉強中、読書中
は、よい姿勢で取り組みましょう。

3 集中できる場所を選ぶ

涼しくて、静かで、よい姿勢でできる場所が家の中に
あるはずです。一番良い場所ががんばりましょう。

4 記録をつける

何をしたか、どれくらいしたか、記録を取っておくと、
次のやる気につながります。

健康第一で、勉強や読書に取り組んで下さい。村越 新