

山崎中学校だより

令和6年7月19日 7月号

町田市立山崎中学校

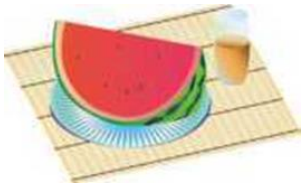
校長 栗原 建次

〒195-0074 町田市山崎町1445

TEL 042-793-1021

<http://www.machida-ky.ed.jp/j-yamasaki/>

「Daily Yamasaki」毎日更新中



「夏休みを制し、自分自身に残るものを」

校長 栗原 建次



明日から夏休みに入ります。7月に入り、連日のように「熱中症警戒アラート」が発表されることが続きました。熱中症を予防するための情報に耳を傾け、屋外での活動には注意して、水分補給を小まめにとって健康・安全に過ごして欲しいと思います。夏休みの部活動等では高温のため急遽、部活動を中止にする対応をとることもあります。顧問の先生の指示をよく聞いて活動してください。

また、長い夏休みの期間には、先生方に相談したいこともあると思います。先生方もお休みすることがありますので、相談したいときには日直の先生が窓口となります。困ったときには一人で抱えず連絡してください。

さて、本日は、「夏休み」の過ごし方について皆さんと共有したいと思います。

「夏休み」という言葉には、胸をわくわくさせる響きがあります。約40日の休みが続くのですから当然だと思います。私自身も、かつて長い夏休みを楽しみにしていたことを思い出します。さらに、私が子供の頃に感じたことは、夏休みの始めの「わくわく感」が、終わりの頃になると「後悔」で締めくられることが何度もあったことです。生徒の皆さんはどのように感じたことはないでしょうか。

宿題を計画的に取り組もうとした夏休みの初めですが、徐々に計画が変更され、「宿題が終わっていない。あれも終わっていない。」とあたふたと過ごす夏休みの後半の記憶です。社会の白地図では、本当は、地域の位置関係や川の長さ等を、文章とは違う形で理解しながら色を塗り分けて取り組むべきところを、ただ色を塗るだけで、世界の国々の位置関係も川の長さも全然頭には入っていない。身につかない勉強をして、ただ宿題を提出するためだけに取り組んでいました。「もっと計画的に」「やるんだったら身につくように」等と、「後悔」の思いで一杯になったことを思い出します。

そして夏休みが終わり、学校が始まると「あーあ。今年も何もしないまま夏休みが終わってしまった」と、また自分の取り組みに後悔の思いが押し寄せてくるのです。この原因は明らかです。生徒の皆さんもそう思いませんか。

夏休みの初めの頃は、しっかりと早起きしていたのに、そのうちルーズになり宿題や学習の計画を1日、また1日と引き延ばし、途中「これじゃだめだ」と思いながらも罪悪感より、楽しみや楽をしたいという思いが勝っていくようになる。私の「心の弱さ」にあったのです。現在の私はこういった弱さを克服する

ことができたかという「まだまだ格闘中」というのが正直なところです。

さて、ここで皆さんにアドバイスです。後悔のない夏休みにするためにはどうしたら良いかということです。



1つ目は、「早寝・早起き・朝ご飯」「継続は力なり」を実践することです。目標を定め、計画的に実行していくことは1番、成果につながります。しかし、その実行力や、根気はすぐに身につくものではなく、何度も失敗しながら徐々に身につくものだと思うのです。

失敗が成功につながるよう、1週間毎に振り返るなどして自身の取り組みを修正して前進してください。

2つ目に、目標の持ち方をぜひ考えてみてください。宿題も受験勉強にも、もちろん取り組んで欲しいと思いますが、後悔しない夏休みのためには「夏休みだからこそできる、強く心に残ることに取り組んでみること」。自分の意志で決めた「目標」を持って欲しいと思います。

例えば、3年生は「夏を制する者は受験を制する」言われるように、自身の今後を考えれば、取り組むべく目標が明確です。しかし、受験勉強に打ち込むことに意欲を持たない生徒もあるかもしれません。

そんな時には、取り組む意義や理由を自分なりに考え、納得して取り組んで欲しいと思います。自分を説得・納得させるためには「自己との対話」も必要です。一人になって考える時間も作ってください。

さらに、計画通りに進めることができないときには、「最大の敵は自分自身」という言葉を頭の中に浮かべ考えてみてください。「遊びたいとか、休みたいとか。」感じた時には、目標を思い出して自分を律して生活することの必要を考えてみてください。

3つ目は、3年生に限らず、全校生徒の皆さんにお話しします。

目標の持ち方は、自ら行動して結果を振り返ったときに、達成感を体感できる目標を設定することをお勧めします。

例えば、「学校の部活動に休まず参加し自身の継続力を高め・良いチームを作る」「毎朝(夕)、涼しいときに、ランニングをして体力をつける。」「毎日100回腹筋をして腹筋を割る」「週に一冊読破し考えを広げ深める」「朝食を自分で作り、食事作りのスキルを高めたり家族に提供したりして家族の笑顔に貢献する」等はいかがでしょうか。

また、「富士山頂を目指す」「自転車で江の島まで行く」等、達成感を味わう冒険も、皆さんの「やれば(成長)できる」という主体性を大きく成長させてくれるものだと思います。しかし、実施に当たっては、猛暑への対応や体力作り等の準備も考え、ご家庭の方と相談することが必要です。

目標を掲げるときには実施可能なことを考えて、万全な準備をして挑戦してください。そして、成し遂げた何か一つのことがあれば、その夏休みは充実したものとなり、後悔どころか何年経っても「あのときできた」と心に残ることと思います。ぜひ何かにチャレンジして、健康で有意義な夏休みを過ごしてください。2学期始業式で、自分なりに夏休みを制し、自分自身に残るものを獲得した生徒の皆さんの一回り大きく成長した姿に再会できることを先生方と楽しみにしています。



出前授業



3年生の進路学習の一環として6月27日（木）5、6校時に上級学校の先生方にお越しいただき、出前授業を実施しました。

各学校の特色に触れながら、上級学校での授業を再現していただき貴重な体験をすることができました。進路選択に向けて、具体的なイメージを持つことができ、新たな興味や関心を高める充実した時間となりました。



校外英語学習

2年生は、7月4日（木）に立川市にある体験型英語学習施設「TGG東京グローバルゲートウェイ」へ行ってきました。ここでは、日本にいながら海外の雰囲気と未来を感じさせる空間の中で、英語を体験し学ぶことができる施設として2023年1月にオープンしました。実践的な英会話などみんなで楽しく学び、行き帰りの班行動も含めて協力しながら、たくさんのお話を体験してきました。



敬称略

活動の成果

●陸上部●

【東京都中学校地域別
陸上競技大会】

★3年女子100m

第7位

S M

13秒17

●テニス部●

【町田市民ソフトテニス春季大会】

★男子個人戦三位 T・Sペア

★女子個人戦準優勝 I・Sペア

【町田市ジュニアソフトテニス個人戦】

★女子準優勝 I・Sペア

【町田市ソフトテニス夏季大会】

★男子個人戦 第三位 T・Iペア

★女子団体戦 準優勝

お知らせ

●引き取り訓練●

9月2日(月) 11:15~11:45に『引き取り訓練』を今年も実施いたします。非常事態(大地震・台風・天候急変・事件など)が発生した際に、生徒を安全に帰宅させるために学校までお迎えに来ていただくことを想定した訓練です。詳しくは、別紙にてご確認くださいご協力のほどよろしくお願いいたします。

●健康観察カード●

熱中症予防の一環として、夏休みの登校時(部活動・学習教室など)に「健康観察カード」を担当の先生に提出することになっています。毎朝検温をして自分の健康の状態を記入して健康管理に努めてほしいと思います。

保護者の皆様へ

本日無事1学期が終了いたしました。保護者の皆様には、いつも学校の教育活動にご理解とご協力をいただき、様々な場面において支えていただきましたこと心より感謝申し上げます。

今年度は、5月に体育祭と3年生の修学旅行が続き忙しいながらも充実した日々を送った子どもたちの成長の姿をたくさん見ることができた1学期だったことをうれしく思っております。

引き続き夏休みも、計画的に有意義な時間を過ごしてほしいと思います。また、病気やケガとともに事故も増える季節です。水辺での活動にも十分注意をしてください。そして、熱中症対策を万全にして健康で豊かな経験をたくさんしながら良い夏休みを過ごしてください。9月2日には、元気な笑顔が見られることを楽しみにしています。

☆9月の主な予定☆

日	月	火	水	木	金	土
8/25	8/26	8/27	8/28	8/29	8/30	8/31 夏季休業日終
9/1	2 始業式 引取訓練 (11:15~) 安全指導	3 給食始 あいさつ キャンペーン	4 あいさつ キャンペーン	5 あいさつ キャンペーン 一斉委員会	6 あいさつ キャンペーン 中央委員会	7
8	9 学校公開日	10 学校公開日	11 4時間授業 学校公開日 生徒会役員 選挙	12 学校公開日 道徳授業地区 公開講座	13 学校公開日 中P連交流会 通学区域保 護者説明会	14 4時間授業 学校公開日 土曜授業 通学区域保 護者説明会
15	16 敬老の日	17	18 4時間授業 (小中合同 研修会)	19	20	21
22 秋分の日	23 振替休業日	24 中間考査 給食なし	25 中間考査 給食なし	26 議案書討議	27 1年校外学 習	28
29	30 一斉委員会	10/1	10/2	10/3	10/4	10/5 CIハイツ夏祭り

●8月10日(土)から8月15日(木)までは、学校閉庁日となっております。お電話が繋がりませんので、ご用の際はこの期間を避けていただきますようお願いいたします。