

挑戦

大宮小&済美小&大宮中 夢のタスキを9年間つなぎます！

なでしこ

東京都杉並区立大宮中学校 学校だより

令和元年7月20日 第5号(19-16)

発行責任者：校長 関田 誠

『なでしこの 色鮮やかに 明るく強く 優しい心で 毎日挑戦』

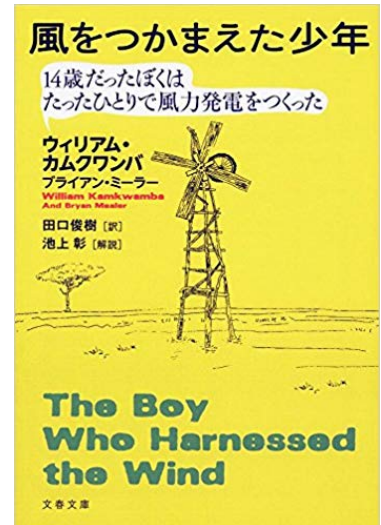
7/20(土)終業式校長式辞

『風をつかまえた少年』の話

～この夏に自分の風をつかまえろ！～

いよいよ明日から夏休みです。何を伝えようか。一学期の反省も悪くない。でも、皆さんが過ごした一学期はそれぞれ違います。それをひとくくりにまとめることに意味を感じません。それよりも、これからみなさんが過ごす夏休みに、エールを送ろうと決めました。

8月2日に公開される一本の映画を紹介します。アフリカのマラウイに住んでいる14歳のカムクワンバ少年が起こした奇跡の実話映画です。少年が書いた本には、『アフリカの最貧国、マラウイを襲った大干ばつによる食料危機。食べていくために、学費が払えず、僕は中学校に行けなくなった。勉強がしたい、本が読みたい。NPOが作った図書室に通う僕が出会った一冊の本。『USING ENERGY』。風車があれば電気をつくれる。暗闇と空腹から解放される。マラウイでは、風は神様が与えてくれる数少ないもののひとつだ。』とあります。面白そうですか？今から『風をつかまえた少年』の映画の90秒の予告編を一緒に観ましょう。【(注)保護者の方は、ネットでググるとご視聴いただけます。この映画は井出隆安教育長からの推薦映画です。】



どうですか？これは21世紀の実話です。日本の中学生との環境の違いは驚異です。カムクワンバ少年は、過酷な環境で学校に通えなくなる中で、なぜ学ぼうとしたのか？答えは、皆さんが映画を観て、本を読んで考えて欲しい。私の考える少年の学びの動機は、『生きるため』、『より良く生きるために学ぶ』。さらに『周りの人の役に立てるために学ぶ』。少年が畑を耕すことも、人の役に立つ生きるための手段です。でも少年は、図書館で出会った本によって、家族や村の人が到底理解できない世界が見えた。これが『自ら学ぶパワー』。

大宮中の皆さんには、自分史上、最高に充実した夏休みを送ってほしい。私たちの国は豊かで便利な恵まれた国。楽しいこと、暇つぶしも無数にある。知らないうちに、皆さんが学ぶ気持ちは、学校や塾にやらされている感がありませんか？本当の学びとは、昨日の自分が見える世界と違った世界が見えるようになる、より良く生きるためのもの。一、二年生の皆さんは、学校の授業だけにとらわれず、ぜひ自分の内から学ぶ意思が湧いてくる夏にしてほしい。図書館に通う、映画を観る、人との出会いを大切にしましょう。三年生は、受験の準備の正念場の夏。高校に行きたい人は？高校は皆さんがより良く生きるための『手段』であって、高校に入ること自体が『目的』ではありません。『手段』と『目的』を混同しない。何をやるために行くのか？何が自分をワクワクさせるのか？これが『高校に行く目的』です。

カムクワンバ少年は自作の風車で風をつかまえると同時に、自分の未来もつかまえました。大宮中の皆さんが、自分の『風』、つまり『学ぶ目的』をつかむことを願っています。152名の皆さん全員と、笑顔で9月2日に再会しましょう！ 😊

大宮中校区（大宮小、済美小）との『小中連携事業』

7

3 (水)

小中合同研修会



大宮中学校で、『特別の教科道徳』について、本校、大宮小、済美小の教員が一同に集い、研修会を開きました。5校時に道徳の授業を実施して、その後研究協議を行いました。『考え、議論する』道徳授業のありかたや、道徳の評価についての考え方を研修しました。大宮中学校でも、年間35時間の道徳授業を実施し評価も実施します。小学校と異なるところは、通知表の道徳の評価は、三学期末の通知表に年間一回の記述評価を実施するところです。

7

12 (金)

小学6年生 授業・部活見学

大宮・済美小6年生が、授業と部活動を見学に来ました。数えてみると110人ほど。
(全員来て欲しい！私は祈りを念で送っておきました)



この日は授業中の先生を訪問して、様々な授業に興味津々の表情で見学していました。授業中の中学生も嬉しそう。その後、特活室で生徒会本部役員が、大宮中の紹介プレゼンを行い、学校の様子や生徒が楽しく生活していることをアピールしていました。最後に小学生お目当ての部活動見学です。あいにくの雨でソフトテニスやサッカーは室内の活動で小学生を誘っていました。

6

19 (水)

何してるの？



答えはトンボのヤゴ救出。大宮小の3年生が来校しました。今年は36匹しか捕獲できなかったとか。

多い年には1000匹以上救えるそうです。



7

9 (火) ~ 11 (木)

職場体験 2年生が頑張りました！

【お世話になった事業所一覧】

高井戸警察、杉並消防署、杉並区役所、高千穂大学図書館、自衛隊、堀ノ内こども園、堀ノ内保育園、大宮保育園、大宮ふれあいの家、コスモス生活園、サミット 和泉店、サミット 妙法寺前店、ユニクロ 荻窪店、ファミリーマート杉並永福店、小美野米店、おおの整骨院、ひがしやま動物病院、不二家レストラン、すき家 西永福店、大宮八幡宮 様

今年もありがとうございました。



こんな宿題出してます。9/1に保護者のサインとコメントをお願いします！

『DOノートおっちゃん甲子園』開催！

～『Dream of Otchu 大宮中の夢』 DOノートの工夫を極めよう！～

ついに来た夏休み！今年度から大宮中の『夏休みのしおり』はDOノートです。DOノートの活用法を極めるために、『DOノート甲子園』を全校で開催します。夏休み中のいずれかの一週間を、『生活習慣レベルアップWeek』として、『勝負ページ』を制作します。各自工夫した記入で、生活習慣向上に役立てよう。二学期に優れた作品を表彰します。

3年生は、無計画に受験勉強に立ち向かわず、DOノート片手に、『見通し⇒実行⇒振り返り』を毎週行うことで、心を燃やし頭の芯は冷静な42日間としてほしい。焦り厳禁！

1・2年生は、これまでの学習の復習、宿題、部活の練習・大会、習い事、遊び、旅行等の見通しを立て、良い生活習慣を身に付けて42日間を過ごそう。先に大きな石を入れる！

※熱中症や体調不良は睡眠や栄養摂取が大きく影響します。生活を整える心構えを！

【DOノートおっちゃん甲子園とは？】

① 毎日の宿題⇒DOノートを夏休みのしおりとして一日10分。勝負ページの制作。

4つの基本ルール《毎日10分間Plan（計画）⇒Do（実行）⇒See（振り返り）》

- **P**…週頭『一週間の目標・学習時間の目標』。毎日『やることリスト』記入。
- **D**…『起床・就寝』、『学習（自主、塾、講習会等）』、『高校見学、部活の練習や試合、習い事』、『遊び、旅行、TV、スマホやゲーム』等、『記号』『絵』『線』『枠』をマイルールで記入。※風呂や食事などの表記は原則不要。
- **S**…日記と週末『振り返り』を記入。
- 後ろの付録の『読書記録』『勉強時間累積表《7・8月分》』を活用。

② 『ドリームカバー』制作⇒現在デコ表紙で飾っている人は、一旦リセットします。心機一転、自分の夢や目標を育てる表紙を自作しノート愛が深まる表紙に仕上げる。

③ 9/1 最終日⇒保護者のサインとコメントを最終週の左下《メモ欄》に書いてもらう。

④ 9/2 始業式の学活⇒提出。『勝負ページ』に、配られた付箋を貼って『DOノートおっちゃん甲子園』にエントリーします。

DOノートおっちゃん甲子園 審査のポイント

- 『42日間の大きな目標』があるか？
 - 『夢や目標の実現』に向け挑戦しているか？
 - 『記入方法』に工夫があるか？
 - 『振り返り』ができているか？
- ※ 『DOノート大賞・優秀賞』『ドリームカバー賞』等の表彰をします。

『自分史上、最高に充実した意思ある成長の夏休みにしよう！

夏休みにしかできない大きな目標を立てて挑戦しよう！

どこに行くにもDOノート忍ばせ毎日10分間を習慣にしよう！』

6/10(月)朝会校長講話

『心と体を整える8時間の睡眠』の話

皆さんの人生で、誰でも例外なく一番長く時間を使う行為は何ですか？そうです。人生の約1/3に当たる『睡眠』ですね。今朝は睡眠について三つ話します。

1点目は昼間の活動の充実の鍵は適切な睡眠にある。私たちが大切にすべき生活習慣の『基本』は、適切な睡眠習慣を身に付けることです。先日、睡眠に関する国別の調査を目にして驚いたのですが、何と日本は調査国でワースト1・2を争う睡眠時間の少ない国（もう一国はお隣の韓国です）。日本人は子どもから大人まで、睡眠に重きを置かず一生を過ごしている…？それで何とかなっていれば良いのですが、子どもの不登校や大人のうつ病の増加、自殺率が睡眠と関係があると考えたら怖いですね。そこで睡眠クイズ！『子どもの年齢別に必要な睡眠はどれくらい？』 正解は【3歳～5歳児】は10～13時間、【6～13歳児】は9～11時間、【ティーンエイジ（14～17歳）】は8～10時間。個人差はありますが、医学的にはこれ以上短くても、逆に長すぎても成長ホルモンの分泌に悪い影響があり、子どもの脳や身体の成長が大きく阻害されます。

2点目は、起床から一日が始まるのではなく、一日は就寝から始まっているという考え方です。例えば、（明日の朝は大事な大会（試験）、今夜は早めに寝よう！）。私たちは本当は睡眠の大切さに気付いています。でも普段は都合良く『一日は睡眠から始まる』ことを忘れます。TV・ゲームやスマホの誘惑や受験生だから毎日気合いで6時間睡眠など、理由をつけて寝るのが遅くなりがちです。

3点目は、今回期末考査前の睡眠から自分のクセを探る。考査前は深夜まで机に向かった人は多いですね？DO ノートを見て分かりました。「エらい！！」と半分誉めます。（半分？残りの半分は？）。定期考査前に普段以上に集中して緊張して机に向かうのは良い習慣です。しかし、こんな人はいませんか？『試験範囲表が配られないと、やる気スイッチが入らないクセがある。結果、追い込まれてから、やるべき事の多さに気付いて、良く言えば猛烈に集中して、悪く言えば大慌てのつじつま合わせでパニック人』。これを改善したい人はどうすればいいですか？ヒントは二つ。一つは基本のキです。普段から授業を大切に、予習復習を丁寧に行うことで、理解度を深めて、覚えるべき事を毎日定着させる習慣に変える。もう一つは、定期考査の8～9週間サイクルに気付けば、それを頭に置いて、DO ノートを計画的な学びに活用する。実は、都内の公立中学校には、大胆にも去年から定期考査を全廃した学校があります。その学校の先生は、「中学校は定期考査がないと本気で学ばない生徒を育てているのではないか？」という反省からの廃止だそうです。定期考査がないから、生徒は毎日が授業の見通しと振り返りの繰り返しです。皆さんはこの『自ら学ぶ日常』に対応できますか？ちなみに、その中学校もフォーサイトノートを使い始めたそうです。睡眠から余談になりました。夏休みを前に、自分の習慣をいろいろ研究してみてください。😊

