



吉川市立吉川中学校
2020年4月開校

春夏秋冬

「考える 蓄える 伝える生徒」



生徒数	3月1日現在
1年生	187名
2年生	147名
3年生	73名
合計	407名

〒342-0038
住所 吉川市美南 5-17-1
電話 048-984-7565

3月号

自分らしい「1年のまとめ」を

校長 前田 稔

朝、登校したばかりの生徒に「『1年のまとめをしましょう』と先生に言われたら何をしますか」と突然聞きました。少し考えて「勉強です。まずは社会から」や「2年生の復習と3年生への準備です」と答えてくれたのは2年生。中学生は授業が大切です。学習のまとめ、実に立派です。水道で手を洗っていた生徒は「教室や自分の部屋の掃除です」と。片付けなさいと言われて掃除するのと、1年間のまとめと心に置きながら掃除するのでは意味が違うなあと感心しました。またある生徒は「思い出を集める」と返してくれました。1年間の出来事を振り返り大切に収めておきたいという思いが伝わります。

この時期になると、学校では、「1年間のまとめ」という言葉が聞かれます。先生も生徒に投げかけたり、3学期の決意として生徒の発表の中にも使われます。学習が大切な中学生ですから、1年間の学習内容を総復習することは素晴らしい「1年間のまとめ」になります。「大きなケガや病気がなく健康的な学校生活を送った」「昨年より読書の量が格段に増えた」「テスト前の学習時間が随分増えた」「引っ込み思案の私が実行委員となり最後までやり切った」「友達に優しい一言をかけてあげられた」「地域の方に朝のあいさつをするようになった」等々、生活行動面の振り返りも「1年間のまとめ」といえると思います。達成できた課題や残った課題を整理することも含めて「『自分らしい』1年のまとめ」ができれば最高です。

そして最後に3年生。3年生にとっては「中学校生活のまとめ」です。卒業まであとわずか。最後の最後まで気持ちを切らずに中学校生活を遂げてもらいたいと強く思っています。「進路先が決まったから残りの日々は・・・」とか「遅刻したって・・・」と、3年間共に過ごした人たちが悲しくなるような言動をとってしまう卒業生に以前に接したことがありました。正直なところ寂しかったです。進路が一段落して、いつも傍にいた友人とゆったりと、そしてしっかりと中学校生活の思い出を振り返る時間は、ほんの少しです。過ごした時間を大切なものにするために、集大成となる生活を送ってもらいたいと願っています。

3月の予定

日	曜	行事予定	日	曜	行事予定
1	月	火曜日授業	17	水	
2	火	月曜日授業 専門委員会	18	木	金曜日授業
3	水		19	金	木曜日授業 ふれあいデー
4	木	金曜日授業	20	土	
5	金	木曜日授業	21	日	
6	土		22	月	
7	日		23	火	給食終了日
8	月		24	水	3時間授業
9	火		25	木	3時間授業
10	水		26	金	終業式並びに終了式
11	木	3年生給食最終日	27	土	春休み
12	金	4時間授業(午後、卒業式準備)	28	日	(4月7日まで)
13	土		29	月	
14	日		30	火	
15	月	卒業証書授与式 1,2年生臨時休業	31	水	
16	火				

※新型コロナウイルス感染状況により、行事予定が変更になることもあります。

※学校の電話対応時間につきましても原則、8:00~18:00までの対応となりました。

3年生、公立受検準備はOK

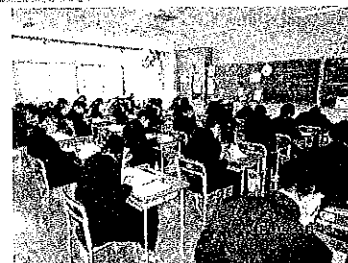


2月12日(金)埼玉県公立高校を受検する49名は事前の注意事項を確認しました。

志願先変更、受検時に認められている服装、体調不良時の流れなどコロナ禍の中、例年とは異なる対応もあり、受検生たちは真剣な態度で説明を聞いていました。がんばれ、受検生!

開校年度、最後の定期テスト

2月24、25日の2日間、吉川中学校開校年度、最後の定期テストを実施しました。コロナ禍の中、吉川中学校の生徒は日々変化する状況の中でも、しっかりと学校生活を送ってくれました。このような中で1年間を送ることができたのは、保護者・地域の方々のご理解・ご支援があったからこそと感謝しております。



1年間、ありがとうございました。

やくどろ

【吉川中学校】版

吉川市教育委員会

吉川市小中学校体力向上推進委員会

～吉川市内小・中学校・体力向上の取り組み～

吉川市では、引き続き「投力」に課題が残るものの、各校の実態に合わせた体力向上への継続的な取り組みの成果が着実に上がってきています。本年度も、新型コロナウイルス感染症対策を行なう中で、各校の創意工夫を生かした体力向上の取り組みを行ないました。

◆自校の取り組み

- 体力向上に向けた学校としての取り組み
 - ・3年間を見通した、系統的な年間指導計画の構成。
 - ・コロナ対策を行った上での効果的な授業の実践。
 - （例）3分間縄跳び、3分間走の実施
 - ・学年末に体力テストを実施することで、自己の体力に目標を持って次年度につなげようとしています。
 - 新型コロナウイルス感染症対策への取り組み
 - ・検温や消毒、密の解消を原則とした体育授業の実施。
 - ・年間指導計画や学校行事の再構成を実施。
- 学習発表会では、授業内で行ったダンスを発表しました。大縄大会では、各クラス3グループに分け、跳ぶ人数を減らし密にならないよう配慮しました。待機席も距離を確保し、応援等発声を控えるようにしました。

◆成果と課題

今できることを考え、安全に配慮しながら体力向上に向けた取り組みを実践することができました。特に学習発表会のダンスでは、運動が苦手な生徒も意欲的に取り組み、輝く場を設定することができ、クラス・学年で協力して行い、楽しく運動し、体力向上に努めることができました。また自分のペースで3分間走、3分間縄跳びを行うことにより、着実な体力の向上を図ることができました。

3学期末には体力テストを行い、次年度の意識づけをしていく予定です。今後も適切な対応を進める中で、生徒の体力を伸ばしていきます。



今後も感染症対策を確実にいながら、「児童生徒の発達段階を踏まえ、運動の特性に応じた楽しさや喜びを味わう体育授業の充実」や、「運動習慣の確立を始め、運動好きな児童生徒の育成を視点とした体力向上への取り組み」を引き続き推進していきます。

『子どもロコモ』 NO.5

～ロコモ対策からの投力向上～

定期健康診断に運動器検診が加わって5年目になりました。

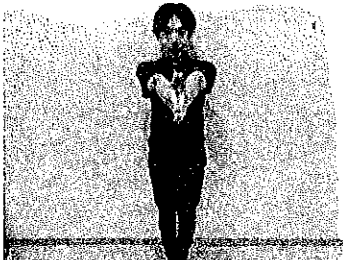

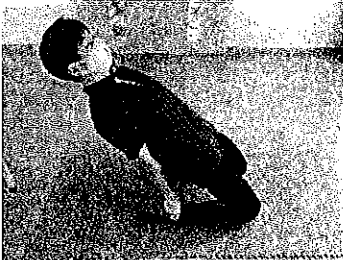

いいじま整骨院 飯島啓史先生ご指導のもと、1月に吉川市立関小学校で行われた講習会の内容から、例年吉川市の課題とされている投力向上にもつながるストレッチをご紹介します。



飯島啓史先生

保健調査票の「子どもロコモ（運動器機能不全）」チェックは、検査項目が「できる・できない」ではなく、自分の体をきちんと動かしているのか・支えられているのか・姿勢はよいのかを見ています。

《 投力アップにつながるストレッチ 》

パリストティックストレッチ (反動を利用)	コアトレーニング (体幹を高める)	スタティックストレッチ (反動なし・ゆっくり呼吸)
【ハンドクラップ】 胸の筋力アップ ①両手を肩の高さで合わせる  ②勢いよく両手を広げる  ③広げた勢いを利用して①に戻す(①～③を15回×1)	【ラクダのポーズ】 身体の軸を安定 ①膝立をする  ②骨盤を前に突き出し、身体をしならせる (15秒×2) <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-top: 10px;"> ★デスクワークなどで前傾姿勢になっている場合は、難しいそうです。 猫背や肩こりの改善にもつながります。 </div>	【ソラシックローテーション】 ひねりを強化 ①横向きにねる  ②天井側の足を90度上げる ③両腕で前ならえをする ④天井側の腕を開いていく (20秒×3) <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-top: 10px;"> ★投力向上には、体のひねりによる反動も重要なポイントになってきます。 </div>

今年度は、新型コロナウイルス感染症拡大防止のために自粛生活が続き、室内で過ごす時間が多くなりました。それに伴いゲームやスマートフォンの使用も長時間となり、子どもたちの体や姿勢にゆがみなどの影響が出ている場合が考えられます。今回紹介したストレッチは、投力向上のためだけでなく体のゆがみや姿勢の改善、さらには子どもロコモ予防の対策にもつながります。新年度の運動器検査実施の前に、ぜひご家庭で取り組んでいただき、お子さんと一緒に体の状態を実感してみてください。