



一中だより

令和6年度 第9号 令和6年9月2日(月)

実り多き2学期になるよう頑張りましょう

7月20日に始まった44日間の夏休みも終わり、2学期がスタートしました。「今年の夏休みは長いなあ」と1学期末には思っておりましたが、終わってしまうと例年どおり「あっ」という間の感があります。朝、登校してきた生徒各々のはつらつとした顔や元気な声を久しぶりに見聞きして、嬉しくもその一方で身の引き締まる思いをあらためて感じました。



夏休みの間に大きな事故等の緊急的な連絡がなく、生徒全員が安全に留意して毎日を過ごせたであろうことを嬉しく思うとともに感謝申し上げます。

さて、今年の夏休みは伊勢崎市の規則変更に伴う長期化に併せて週休日の関係から昨年度よりもさらに5日間長くなり、その分、時間的に余裕をもって過ごせた貴重な日々だったと思います。しかし、暑さがますます厳しくなり、様々な面において自制せざるを得ないことも多かったと思います。そのような中であって、体験的な活動や趣味・特技を生かした活動などに励み、見聞を深め広げることができたでしょうか？規則正しい生活リズムで過ごす日々が送れたでしょうか？遅くまでテレビやスマホに見入ってしまったたりゲームに夢中になってしまったたりして、寝不足や夜更かしから体調を崩すことはなかったでしょうか？3年生については進路に関わった自己実現に向けて着実に歩みを重ねられたでしょうか？

2学期のスタートにあたっては、言い古された感ではありますが、まずは**基本的な生活リズムとして『早寝・早起き・朝ごはん』の再度の確認・徹底**について、ご家庭のご協力をお願いします。

いよいよ、1年間の中で最も長くそして実り多き2学期が始まりました。2学期も、感染症や熱中症の未然防止に配慮しながら教育活動を展開していきたいと思っております。体育大会や学習発表会等の行事については、各自の健康状態の把握に細心の注意を払いつつ活動内容を精査して、充実したものになるよう実施したいと考えております。(但し、状況によっては延期・中止したり内容を変更したりする場合もあることをお含みください。)行事へ参加するにあたっては、楽しみながらも努力を積み重ねることで、着実に成長して欲しいと願っております。最終的な結果や成果のみにとらわれることなく、一生懸命に取り組むことで**成就感・達成感を味わい、ひたむきに頑張ることや努力することの価値や意味を実感してもらいたい**と思っております。また、各行事では友達と協力して活動する機会がたくさんあります。目標を共有するとともに達成を目指して一致団結する中で、友と力を合わせる大切さを知り、さらには友をいたわり思いやる心、友に感謝する気持ちを身に付けてほしいと願っております。そのために、学校では**2学期も生徒を『信じ』、行為や気持ちを『認め』、頑張りや努力を生徒自身が実感できるよう具体的に『褒める』**ことに努めていきたいと考えています。



保護者ならびに地域の皆様方におかれましては、今学期も、本校の教育活動に関わりまして1学期同様のご理解とご協力そしてご支援をよろしく
お願いいたします。

今年も地域社会へ貢献してくれました

今年の夏休みも公民館からの依頼を受けて、「粘土教室」〈南公民館主催〉・「貯金箱作り教室」〈茂呂公民館主催〉・「絵画教室」〈同左〉に美術部の生徒有志が、「おもしろ科学教室」〈南公民館〉に科学部の生徒有志が、「ポップミュージックでバレエダンス」〈茂呂公民館主催〉にダンス部の生徒有志が、それぞれ講師補助等としてボランティアで参加してくれました。(今秋の茂呂地区住民運動会へは陸上部の生徒有志が協力予定です。)参加した生徒は、各教室に参加した小学生へ個別に助言したり作品づくりの手助けをしたりと懇切丁寧に対応していました。伝えたいことが小学生へ上手く伝わらず教える難しさを感じたり小学生からお礼を言われるなど感謝される充実感を感じたり…異年齢と交わる体験を通して、参加した生徒は様々なことを学びとして得たことと思います。地域の一員として所属感を感得しながら役割を果たすといった学期中の生活では難しいことも夏休みだからこそできたことは、長期休業の価値ある意義と思います。



ボランティア活動に参加してくれた美術部・科学部・ダンス部有志の皆さん、お疲れ様でした。そして、一中の代表として地域に貢献していただき、ありがとうございました。

体幹を整える運動の大切さを学びました

運動部では総体を終えて3年生が引退し、1・2年生が活動を引き継ぎ始めました。そのような時期の8月22日に参加希望の各運動部代表者(1・2年生)を対象にして「育成世代の成長講座」を実施しました。

市内で開業している整骨院の先生を講師としてお招きし、まず最初に座学で「生涯にわたって適切な運動を行う大切さ」を学び、その後に「姿勢がよくなる魔法のストレッチ」の実習を行い、よい姿勢を保ったり大きなケガを未然防止したりするなど体幹を整える(鍛える)方法を体験しました。ストレッチ運動を通して肩甲骨・股関節・骨盤周辺をほぐしたり内もも・もも裏・お尻の筋肉を伸ばしたりしました。「痛い」「なかなか思い通り動かない」などの声が多く生徒の口から聞こえましたが、その分実施した効果は感じられました。



体の柔軟性を高めることによって、小さなケガを防いだり大きなケガをしてしまうところを小さなケガで済ませたりすることができます。関節や筋肉は適度に動かしていないと硬直して、全身がカチコチ(!)になってしまうそうです。中学生といった発達途上の時期から自分に合ったストレッチを日常的に行い、柔軟性を高めて大きなケガを防げる体をつくりあげたいものですね。

保護者の皆様におかれましては、6月以降、今夏の中体連総体や各種コンクール・コンテスト、部展などにおいて、応援や送迎等での支援・協力をいただき、誠にありがとうございました。おかげさまで生徒たちは持てる力を十分に発揮して、精一杯頑張ることができたと思います。今後も、よろしく願いいたします。