



安来市立伯太中学校だより

Challenge! 考え行動する伯中生

独立 協力 技術

学校教育目標「**自己を見つめ、他者と協働し、未来を拓く生徒の育成**」

令和5年8月25日号



リモート始業式 & 県大会・中国大会報告会



夏休みのボランティア活動



安来市中学校生徒会サミット

2学期は「自律」を強化

2学期がスタートしました。暑さ指数が「**嚴重警戒**」のレベルになりましたので、昨日の始業式と県大会報告会はリモートで行いました。

始業式では、はじめに各学級の元気な様子がわかるよう全校のみんなに向けて手を振ってもらい、7月の全校生徒対象アンケート結果を共有しました。課題となった項目は次の通りです。

- ◆ TV、ゲーム、インターネットなどを娯楽目的で使う時間に気を付けている…回答生徒の 66.7%
- ◆ 勉強するときは、何に取り組むか計画を立てている…66.7%
- ◆ 取り組んでみたいことや目標がある…74.5%
- ◆ 毎日家庭学習をしている…48.5%
- ◆ 授業などで自分の考え・意見・質問を人に伝えることができている…73.7%
- ◆ 「2学期に向けた目標や、頑張りたいこと」の項目で、学習に関する内容を挙げていた人の割合は46.4%でした（3年生は54.7%でした）。

今学期は、「**自律**」（自分で考えて自分自身をコントロールする）の力を高めることにいっそう重点を置き、全校で取り組んでいくことを呼びかけました。

3年生には、大きな行事の取組を通して**自律の経験を積み重ねながら、進学先で通用する力をしっかりとつけること、2年生には**集団の中での自己の役割を果たすとともに、他者と協働して課題を解決する力を高めていくこと、1年生には身近な社会・集団の中での自己の在り方を考えるなど、少し離れたところから自分を見つめることができるようになることを求めました。****

始業式の話の後半では、「**自律的な学び**」について話しました（次ページにつづく）。

「自律的な学び」に

始業式での話の後半です。

夏休み課題は、自分で考えて実行できるよう、課題の内容を大きく変更しました。「わからないところをわかるように」できるよう、AI型教材に取り組んで学習記録に記入するなどの必須の課題と、自分で選択して取り組む課題を用意しました。学力テストに向けたトレーニングが選択できるように複数のワークブックを作成した教科もあります。しかし、自分をコントロールできず、ラクな方へ向かうなど、強い指示や命令がないと学習に取り組めない状態になっている人を見受けられます。

自分をコントロールしながら学ぶ、自律的な学びができるようにしていく必要があります。

【授業では】

● **アウトプットを増やそう**

わかったことや考えたこと、疑問点などを声に出して言ったり、人に伝えたり書いたりすることで定着度が上がる

● **疑問点やわからなかったことを大切に**

メモしたり、教科書にしるしを付いたりしておき、復習に生かそう

【家庭では】

● **取り組む内容を決めよう**

下校までに「何を、どのように」取り組むか、生活ノート『新しい一日』に記入しよう

● **短時間でも毎日学習に取り組もう**

学習開始時刻を固定化し、時間になったら取り組むやる気は後からついてくることもある

【テストの取り扱い】

● **「診断→トレーニング→次の診断→…」というサイクルを大切に**

試合ばかりしていても力はつかないのと同様に、テストと十分な練習をセットで考える

● **「解き直し」をマストにしていこう**

復習のタイミング

→その日、翌日、一週間後、一ヶ月後

【学習会】

● **質問したいことや、わからなかった問題を準備して参加する**

【自学】

● **デジタル学習の定着を高めるためにアウトプットを**

Qubena をやりながら、わからないことや疑問に思うことを書き出す、覚えておきたいポイントをまとめるなど、自学ノートを活用しよう

● **テストに向けたトレーニングに**

プレテスト、小テスト、単元テスト、期末テスト、学力テストに向けた練習に自学ノートを活用しよう

● **テストの解き直しに**

苦手な問題を書き出し、取り組む。解き方などがわからない場合は、教科担当の先生にノートを提出したり、直接たずねたりしよう

自学ノートは教科担当の先生に提出すると、質問に答えてもらえたり、「主体的に学習に取り組む態度」の評価につながります。

始業式では、スライドを画面共有しながら今学期の重点について話しました。自律的な学びができる工夫が他にもあれば、ぜひ実行するとともに、それを友だちにもシェアしてください。アイデアを出し合って、伯太中の学びをよりよいものにしていきましょう。

R5 生徒会サミットで

8月10日、市内中学校の代表生徒（生徒会役員）が各校の生徒会活動について報告し合い、活動を進める上での課題等について協議しました。

議題1の実践報告では、伯太中はスローガン「進取果敢」の説明と、1学期の取組（対面式、あいさつ運動、保体集会、体育祭色決め集会、生徒会新聞）について報告しました。

議題2の生徒会活動を進める上での悩みや課題については、5グループに分かれて協議しました。本校役員は、他校の発表や意見で参考となる内容をしっかりと書き留めていました。

今後の伯中生徒会の活性化と、伯中生の学校生活への主体的な態度の育成に向け、引き続きリードを期待しています。



県大会・中国大会

- 男子バレーボール：7/21-23 松江市総合体育館
1回戦（対西郷南中）2-1、2回戦（対松江四中）1-2 惜敗
- 女子ソフトテニス：7/22-23 安来運動公園庭球場
個人の部・・・1回戦（対都万中）0-4、1回戦（対青陵中）2-4
団体の部・・・1回戦（対浜田二中）0-3
- 吹奏楽：8/6 10:17 県芸術文化センターグラントワ
演奏曲「ペガサスの夢」「伯爵夫人マリツアセレクション」銀賞
- 水泳（社会体育）：7/22-23 島根県立プール
個人メドレー400m第2位、個人メドレー200m第3位
（中国大会出場）8/5-6 児島地区公園水泳場
男子400m個人メドレー：予選9位
男子200m個人メドレー：予選12位



夏のボランティア活動

7月26日、伯太中央交流センターわかさ会館の清掃ボランティア活動を行いました。

活動の内容により4つのグループに分かれ、当日立候補したリーダー生徒の頼もしいリードにより、それぞれの活動が進んでいきました。

活動では、各自がそれぞれ「ここもやった方がいい」と気付いた箇所を清掃したり、他の人の手伝いにまわったりするなど、臨機応変かつ自律的な姿が見られました。生徒の感想（一部）を紹介します。

- 他学年と交流し、協力できてよかった。
- 自分たちで工夫して取り組めた。もう少し時間があってもよかった。
- これからも地域の方のためにいろいろなボランティア活動に参加したい。

自分の活動によって何かを変えたり、社会をよりよくしたりできるという実感がもてる経験を重ねていけるよう、今後も他者貢献の活動を推進していきます。次回は生徒発の活動を行います。貢献プロジェクトをぜひ発案してください。

8/20 PTA 環境美化活動で、校庭周辺と体育館ギャラリーが綺麗になりました。ありがとうございました。

新学期、自分の力を高めよう

今が伸びどき！

1学期の学習はどうだった？ 向上した？

ほぼ予定通りに進めた人、
満足いく結果が残せた人は・・・



良いペースを保ち、
生活リズムを維持しよう！



テストまでに十分準備できなかった人、
思うような結果が出なかった人は・・・



① 時間の使い方を見直そう



② 勉強方法を見直そう



③ 取り組む内容を決めよう

『新しい一日』に
記入！

- ・進行形の復習
Qubena→自学ノート
- ・方程式の利用
単元テストの直し

デジタルデバイスを使いすぎると？

- デジタルデバイスを使い続けていると、不要な疲れやストレスが溜まる！
- 勉強の休憩でTVやゲーム、SNSを使う
→脳は休めていない
- 脳が「過労」になると睡眠の質が低下！
→自律神経の働きが乱れ、体調を崩す



タブレット勉強のコツ = 「アウトプット」を忘れない

- タブレットで視聴した内容を、声に出して言う、思いだしてノートにまとめる
- タブレットで解いた問題のうち、できなかったものをノートに書き出す→後で調べる、人に尋ねる
- 画面を見ずに休憩し、「デフォルトモードネットワーク」を動かせる



↓
(脳内の情報が整理され、
考える力が発揮される状態)

「デジタルデトックス」で脳機能回復

- いらないアプリを削除
- スマホなしで食事を味わう
- 使いすぎているアプリの使用を休止
- スマホを持たずに外出
- 起床後&就寝前にスマホを見ない
- SNSは発信だけにする
- スマホの電源OFFの時間を増やす
(日本デジタルデトックス協会)