



菊陵中だより

北九州市立菊陵中学校
平成30年7月19日発行
第4号 文責 善家 三知代

■菊陵 Kick off Meeting(キックオフミーティング)



昨年までは、「菊陵中サミット」を行って、代表生徒による生徒会活動の方針等を決めていましたが、今年は生徒から発信型の生徒による総会を行いました。

今年は生徒会長があいさつの中で言ったように「明るく活気ある学校になるように、自分でできることから頑張る」をテーマに各学級から提言を行いました。1年生は学級目標を、2・3年生は学級目標と学級からの提言を行いました。発表方法は各学級で工夫を凝らし、しっかりアピールできました。

各学級で意見を出し合って決めた学級目標や提言を紹介します。

【1年1組の学級目標】

いっぱい ワらって サわやか

きょうも1日 NO.1

※担任の岩崎先生の名前にちなんでいます。

【1年2組の学級目標】

フイフォーオール オールフォーフイ
~2018~

K…協力と D…努力で J…実力に!

【2年1組からの提言】

- 「チャイム号令」…チャイムや先生が入ってこられた瞬間に号令をかけ、みんなであいさつし、気持ちを整えて授業を受ける。
- 号令は「気を付け」でなく「立腰」にする。

【2年2組からの提言】

- 花を植える。
- 読書の時間を増やす。

【3年1組からの提言】

- 立ち止まって 挨拶する。
- 体育大会期間中、グラウンド整備をする。

【3年2組からの提言】

- 挨拶…目を合わせ、元気よく、立ち止まって。
- 雰囲気…マイナス発言をせず、授業に集中しやすい雰囲気を作る。
- 考える…クラスについての考えを取り入れる。

【4組 学級目標】

- 集中力 UP!
- 協調力 UP!
- 学力 UP!

【5組 学級目標】

- 笑顔と思いやりのある学級
- 課題に集中して取り組む学級

3年生は早速「立ち止まって挨拶する」ことにチャレンジ中です。立ち止まって挨拶するタイミングに苦戦しているようですが、みんなで意識し、早く慣れるよう頑張っています。3学期には全学級で目標や提言が実行できたか振り返ります。みんなで一步一步前進していきましょう。

■ 立腰のすすめ

1学期の全校集会で「立腰（りつよう）」について話をしました。立腰とは腰骨を立てて、背筋を伸ばして座る姿勢のこと。心をシャキッとさせるには、身体をシャキッとさせることが大切です。授業中、足を投げ出していたり、逆に机に突っ伏してノートをとったりする生徒を見かけます。少し意識することでよい効果が生まれます。2年1組は学級提言に早速取り入れています。

＜姿勢をよくしよう＞

- ①両足を床に付ける
- ②お尻をうんと後ろにつきだす
- ③腰骨をぐっと前に突き出す
- ④顎を引き、肩の力を抜く
- ⑤顔を上に引っ張られている気持で



＜姿勢をよくすると＞

- ・内臓が押さえつけられずにゆったり働く。
- ・腹式呼吸をするので血の中の酸素量が多くなり、疲れが取れやすい。
- ・背骨にたくさんある神経のゆがみが直されて正しく働く。



＜姿勢をよくするとこうなる＞

- | | | |
|-----------------|------------|--------------------|
| ①やる気が起こる | ②集中力がつく | ③持続力がつく |
| ④頭脳明晰になる（頭がさえる） | ⑤行動が機敏になる | ⑥精神や身体のバランス感覚が鋭くなる |
| ⑦内臓の働きがよくなる | ⑧スタイルがよくなる | |

■大雨災害について



奇しくも一年前と同時期、7月3日（火）は台風のため、6日（金）は大雨のため、市内の公立小中学校は休校となりました。各ご家庭に学校配信メール「いっせいくん」を2度送り、「登校」としていたものを「休校」に変更したため、一部のご家庭にはご心配とご迷惑をおかけしました。

小倉北区でも道路が冠水したり、家屋が浸水したり等の被害があったようです。日中、仕事や学校などで家族が別々のところにいることが多いのが現状です。それぞれが確実に自分の命を守れるよう、配布しています「防災時連絡カード」を活用し、日頃から「防災」について家庭で話し合っておきましょう。

「いっせいくん」に登録ご希望の方、アドレスを変更された方は教頭までご連絡ください。

■8・9月主要行事

8月13日（月）～17日（金） ※学校閉庁日

25日（土） 小倉北区中P連球技大会

9月 3日（月） 始業式

4日（火） 課題テスト

12日（水） 体育大会予行練習

13日（木） 15日（土）の代休

15日（土） 全体練習・会場準備

16日（日） 第72回体育大会

18日（火） 16日（日）の代休

19日（水） 部活動休養日

27日（木） 学力診断テスト（3年生）

※学校閉庁日について…昨日プリントでもお知らせしましたが、上記期間中は、部活動やひまわり学習塾等は休みとなり、職員室・事務室も電話対応等はない「学校閉庁日」となります。ご理解とご協力よろしくお願いします