挑戦 友愛 真理

# 豊岡中だより

第２号

磐田市立豊岡中学校　令和４年５月24日発行

## 「意識すると」（５月11日（水）会礼）

校長　鈴木　由佳子



皆さんは、占いや運勢を信じる方ですか。私は、あまり信じる方ではありませんが、生年月日や性別を入力するとラッキーナンバーやラッキーカラーが判定されるあるインターネットサイトがあったので、調べてみました。結果は、ラッキーナンバーは「1」、ラッキーカラーは「黄色」でした。すると、不思議なことに、身の回りにある数字の「1」や「黄色」が自然に目に入るようになりました。皆さんには、そのような経験はありませんか。これを、「カラーバス効果」というそうです。「ある一つのことを意識すると、それに関係するいろいろな情報が無意識に自分の手元にたくさん集まるようになる」という現象のことです。

私は、以前「観音山少年自然の家」に勤務するようになって、「自然」に意識が向くようになりました。すると、それまでも目にしていたはずの草花や虫、耳にしていたはずの鳥の鳴き声に敏感になり、「この鳴き声は何の鳥だろう」と、分からないことを知りたいと思うようになりました。そして、観音山の自然から、「見ているのに、実は見えていないものがたくさんある」ことを教えてもらいました。

話を変えます。皆さんは、筋トレが好きですか。「嫌だなあ。」と思いながら、何とか回数をこなすために筋トレをする。こういう経験が私にはあります。これに比べて、「このトレーニングはどんな意味を持っているのか」「どの筋肉が鍛えられるのか」「その筋肉が鍛えられると、どんな力が付くのか」という、そのトレーニングの意味や強化したい場所を意識して筋トレをすると、トレーニング効果はぐっと高まるそうです。野球のピッチングフォームやバッティングフォームの改善などでも同じことがいえます。これを「意識性の原則」というそうです。私たちの「意識」は、とても大きな力を持っているのです。

もう一つ例を挙げます。私たちが、日ごろ何気なく発している言葉。この言葉を意識して使っていますか。相手を思いやる言葉遣いをすると、相手からも優しい言葉が帰ってきます。人を傷つける言葉は自分を傷つけ、人を勇気づける言葉は自分を勇気づけてくれます。きっと、みなさんは経験していると思います。

自分が意識して発する言葉によって、自分自身の成長や自分を取り囲む環境が大きく変わっていきます。言葉は帰ってくるからこそ、意識して大切にしたいものですね。言葉を意識して、成功している人は、「言葉の影響力」をしっかりと認識しています。例えば、「1日、500回、素振りをする」という目標を立てたら、友達に声に出して宣言したり、目標を紙に書いたりして、言葉の力で自分自身をコントロールしていきます。目標を決めたら、言葉を駆使して、ゴールへ向かうように自分を仕向ける、言葉に意識を吹き込むのです。そうすることで、目標やゴールが日常的に意識され、「何がなんでも達成する！！」と自分を奮い立たせるようになり、実現できてしまう。そんな気がしませんか。逆に、ちょっと中途半端に、「1日、500回、素振りをしようと思う」という言葉だと、「まあ、今日はいいかな。また明日・・・」と、先延ばしになってしまいがちです。漫画の主人公の有名なセリフに、「海賊王に俺はなる！」というものがあります。「海賊王に俺はなりたい！」という言葉に比べて力強く、言葉に説得力があると思いませんか。

言葉を意識することの影響力は、とても大きいです。大げさかもしれませんが、言葉を意識するとあなたの人生が変わるかもしれません。

意識をすると行動が変わる
意識をすると見えるものが変わる
意識すると人生が変わる

皆さんは、何を意識して生活していますか。これから、何を意識して生活していきますか。少し意識を高めることで、皆さんの何かが変わっていくことを期待して、今日の話をしました。

**「令和４年度教育課程編成のポイント」**を紹介します。

## １　「主体性」と「たくましさ」を育む教育活動の推進

・本校生徒の課題＝「主体性」と「たくましさ」の獲得に向け、**学びの主体である生徒の「個性尊重」と「深い生徒理解」を基盤とした生徒のよさと意欲を引き出し伸ばす教育活動の推進**
・**潤いと活力のある学校**を目指した学校経営を推進

## ２　「確かな学力」と「学びの主体性」が身に付く授業づくり（授業改善）について

・「学びの主体性」が身に付く授業改善の追究と「主体的・対話的で深い学び」の実現
・総合的な学習の時間における **ESD の視点に基づいた探究的な学習カリキュラムの構築と実践**
・**GIGA スクール構想を推進による個別最適化された学び**や子供の創造性を育む学びの実現
・単元テストや家庭学習サービスソフト（ｅライブラリ）等のツールを効果的な活用

## ３　生徒の安全・健康について

・教職員を対象に AED 及び人工呼吸法講習会を実施
・疾病・アレルギー等の生徒の体質状況に合わせた校内対応の全職員での共通理解・共通実践
・磐田警察署より講師を招聘した交通安全講習会の実施
・熱中症等の対策の実施（体育大会の開催を熱中症予防の観点で９月から５月に変更）
・コロナ感染防止対策（検温・手指消毒・マスク着用の指導や有物の消毒作業を徹底等）
・**生徒の健康観察アプリ（LEVER）**の導入による確実な健康管理

## ４　生徒一人一人を大事にし、高め合う教育の推進について

・年間２回、ハイパーQU 検査と**レジリエンス調査の実施**と活用
・年３回の教育相談と三者面談の機会、学習 week の設定
・学級での生徒の一人一役（所属感や自己有用感の向上）
・**５月開催となる体育大会に向けた取組の充実**（よりよい人間関係の構築・たくましさの育成）
・PDCA サイクルを活用した**豊岡版学級力向上実践**、自治的活動の質の向上やたくましさの育成

## ５　学府一貫教育を生かした教育活動について

・年３回の学府合同研修会や各部会の充実、よりよい学府一貫教育を実践
・新設した**学府内の組織を機能化**、学府における道徳教育の成果の学習指導や生活指導への活用

## ６　教職員の働き方（意識）改革を目指した取組について

・本校に残すべき文化と形を変えて残す文化の精査。
・「働き方改革関連法」に基づいた**時間外勤務原則月 45 時間以内を目指した実践**（月６×）

## ７　教育相談・面談について

・生徒と教師との教育相談の機会を学期ごと年間３回設定⇒丁寧な対応
・１、２学期の学期末に三者面談（生徒・保護者・教員）の設定。3 年生は２学期半ば（10 月上旬）にも三者面談を設定、進路決定のサポート充実

## ８　学校行事について

・体育大会…5 月 27 日（金）予備日：31 日（火）
・総合的な学習の時間体験学習…7 月 7 日（木），9 月 15 日（木）
・合唱コンクール…10 月 27 日（木）

## ９　地域人材の活用について

・コミュニティースクール推進事業の活用（**CSD との連携強化**）
・総合的な学習の時間や進路講座等における講師や体験場所の確保**･･･金３の総合推進連絡会設置**
・花壇管理ボランティア、中庭・築山整備ボランティア

## 10　部活動について

・生徒の自主的・自発的な活動を適切にフォローと生徒の心理面を考慮した肯定的な指導
・生徒間の人間関係形成、リーダー育成等の集団作り、体罰や暴言の禁止の徹底
・けがのリスク等を考慮した定められた休養日（平日１日以上、土日１日以上の週２日以上）を確保
・短時間（**平日では２時間程度、学校の休業日は３時間程度**）で効果が得られる活動内容の工夫
・休養日の過ごし方の充実（地域の活動への参加・参画を呼びかけ）
・地域や保護者などとの積極的な連携、外部の指導者の効果的な活用

Email：toyooka-j@city-iwata.ed.jp　TEL：62－2085　FAX：62－5962　文責：小金澤克仁(教頭)