ロッキー通信 No.4

「プライオン　思いを力に！」

学校教育目標：「豊かに育つ生徒」
～「挑戦」と「創造」～
校　　訓：「求学・親和・創造」

R7.4.18(金)発行　文責　校長　六山　和弘

令和７年度の変更点について紹介とご説明をいたします

◎日課を下記のように変更しました
※年間を通して、基本この日程で固定します。

日　課　表

	月	火	水	木	金	５校時（清掃なし）
８：００までに登校（８：０５から活動が始められるように）						
８：０５～８：１５	フッ化物洗口	清掃	清掃	清掃	職朝	集会など
８：２０～８：３０	ひまわりタイム（第１・３週） 朝　読　書（第２・４週）					
短学活	８：３０ ～ ８：４０					
１校時	８：５０ ～ ９：４０					
２校時	９：５０ ～ １０：４０					
３校時	１０：５０ ～ １１：４０					
４校時	１１：５０ ～ １２：４０					
準　備	１２：４０ ～ １２：５５					
給　食	１２：５５ ～ １３：１０					
片づけ	１３：１０ ～ １３：１５					
昼休み	１３：１５ ～ １４：００ （リフレッシュタイム：１３：４５ ～ １４：００）					
５校時	１４：１０ ～ １５：００					
６校時	１５：１０ ～ １６：００					
短学活	１６：０５ ～ １６：１５					１５：０５～１５：１５
諸活動 会議等	１６：１５ ～ １６：３０					（会議等） １５：２０～１６：３０

※体育大会までは活動優先でこれでいきます

体育大会特別日課（４月中旬から体育大会終了まで）

	月	火	水	木	金	５校時（清掃なし）
８：００までに登校（８：０５から活動が始められるように）						
短学活	８：０５ ～ ８：１５					
１校時	８：２５ ～ ９：１５					
２校時	９：２５ ～ １０：１５					
３校時	１０：２５ ～ １１：１５					
４校時	１１：２５ ～ １２：１５					
準　備	１２：１５ ～ １２：３０					
給　食	１２：３０ ～ １２：４５					
片づけ	１２：４５ ～ １２：５０					
昼休み	１２：５０ ～ １３：３５ （リフレッシュタイム：１３：２０ ～ １３：３５）					
５校時	１３：４５ ～ １４：３５					
６校時	１４：４５ ～ １５：３５					
短学活	１５：４０ ～ １５：５０					１４：４０～１４：５０
諸活動 会議等	１５：５０ ～ １６：３０					（会議等） １４：５５～１６：３０

（１）日課変更の理由について（主な理由は、以下の２つ）

①「生徒ファースト」の視点から、変化がない、安定した時間（日課）の中で生活させることで、身体を時間に慣れさせたり、見通しをもって行動したりすることができるようにしたかったから。

② 転出された小川養護教諭の転任あいさつにあった以下の言葉を大切にしたかったから。
「一日一日の時間の中に命がある。命を無駄にしないということは、時間を無駄にしないこと」生徒の皆さんには、時間を大切にする人になってほしいと切に願っています。

（２）上記日課表の色付き部分についてご説明します

①ひまわりタイム
これは、「AIドリル（eライブラリ）」をつかった朝学習の時間です。
AIが個人個人の苦手問題等を判断して出題してくれます。
積極的に取り組んで苦手を克服しましょう。
楽しく学習できるような仕掛けも考えていきます。

②朝読書
今までも取り組んできた読書の時間です。
しかし、それだけではなく、読む力、書く力も鍛えることができるような仕掛けも考えていきます。

③昼休み時間内のリフレッシュタイム

これは、簡単に言うと「仮眠タイム」です。
昨年度、私たちは睡眠について講演会で学びました。中央小学校で６年生だった、現中学１年生の皆さんも覚えているはずです。脳を休ませることが大事なのです。
体育大会が終了したあたりから、本格的に導入していきたいと考えています。
ねらいである効果は、以下の通りです。

仮眠時間	主な効果	仮眠時間	主な効果
５分間	・頭がスッキリする ・眠気解消、軽い疲労回復 ・集中力の回復	１５分間	・脳内の情報整理 ・リラックス効果 ・睡眠負債の一時解消
１０分間	・脳の活性化 ・作業効率や集中力の向上 ・気力の回復	２０分間	・強力な疲労回復効果 ・作業効率と注意力の大幅向上 ・これを超えると深い睡眠に入るリスク

（３）これまでの状況について

４月になって新年度がスタートしてから約２週間が経過しました。
生徒の皆さんには、特に説明もしないままに新しい日課での生活が始まっています。
そのような中に、各学級担当の先生方からは以下のような話が挙がってきています。
「朝からの清掃活動が、効果的である。」
「静かな中で活動が始まり、掃除によって身体も目覚めるのか、その後の活動に活気が生まれている」
「１年生では、遅刻も見られずしっかりと生活できている」

生徒たちの対応能力に、私も驚きと喜びを感じています。４月１８日（金）までは、２・３年生は、全国学力検査や県学力検査で、心も脳も身体も疲れる毎日が続きます。
もちろん、１年生も中学校の授業が始まっており同様だと思います。
しかし、今週が過ぎれば、日課が体育大会特別日課に突入します。
体育大会までは、気力、体力ともに消耗が激しくなってくると思いますが、皆さんの対応能力に期待します。
そして、特別日課には、「掃除」の時間が設定されていません。
皆さんが、適切に考えて行動できるかがカギです。ハチドリの話の中にあったような、自分たちにできることを考えて行動してくれることに期待しています。
どうぞ、よろしくお願いします。

寓話から学んでみよう！始業式の話に続く第２弾

「ロバを売りに行く親子」というお話。
ある親子がロバを引いて歩いていました。すると誰かから「ロバに乗れば良いのに」と言われ、息子をロバに乗せました。
しばらく歩いていると、今度は別の人に「子どもが楽をするなんて」と言われ、今度は父親がロバに乗り、息子が歩きました。
そうすると今度は、「子どもを歩かせるのはかわいそう」と言われたので、２人でロバに乗り　ました。
そうしていると、別の誰かに「重くてロバがかわいそう」と言われました。
２人は、持っていた棒にロバの足をくくりつけて担ぎました。
すると、それを嫌がったロバが暴れ、橋から川に落ちてしまいました、というお話です。

この話は、いったいどんなことを教えてくれるのでしょうか？
この話は、「人の意見ばかり聞いて主体性なく行動すると、結局はうまくいかない」という教訓を示しています。

生徒の皆さんに身に付けてほしい力がまさに主体性です。
そして、世の中が求めているのが、まさに主体的に行動できる人なのです。
皆さんには、学校でのさまざまな活動や行事などをとおして、ぜひとも自ら考え、判断して行動することができるようになってほしいと切に願っています。
そのためには、何かをするときの目的や目標をしっかり理解すること。
この４月、いいスタートを切ってくれた皆さんに期待は高まるばかりです。
先生方と一緒に、さらに伸びていきましょう。
よろしくお願いします。