



有明中学校
公孫樹 (シンボルツリー-いちょう)
平成29年5月1日

～**あ**いさつ **り**っし **あ**そび **け**んこう～

腰を立てて頭を支える(立腰)

校長 新田 薫

授業参観で各教室を回っていると、生徒の姿勢にちょっと違和感がありました。背骨がぐにやりとしている子が意外と多いのです。脚を組んだり、背もたれにふんぞり返ったり。頭を体で支え切れていないのです。

頭の重さは、体重のほぼ10%だそうです。体重50kgの人の頭は、5kgということになります。そこで、砲丸投げの砲丸(5kg)を1年生の子どもたちに持ってもらいました。「お、重い!」。自分の頭の重さを実感できたようです。これが胴体の上にもいつも載っているというのすごいです。次に棒の先に重りを付けて背骨と頭に見立てた簡単な模型を示しました。重さで棒が曲がります。曲がらないようにするにはどうすればよいか。それは、まっすぐ立てることです。

人類が、他の動物と大きく違うところは、直立して二本足歩行することです。脳を背骨で支えることで、大きな脳を乗せることができ、全動物中で最も知能が発達したといわれています。

武道では正しい姿勢を求められます。姿勢が正しくないと、体の中心がぶれて正しく矢をいたり、正しく竹刀の打ち込みができないからです。武道に限らず、正しいフォームで競技できるかどうかはこの後の上達に差が出ます。

授業中の正しい姿勢は、どのようにして保てばよいか。それは「腰を立てる」こと(立腰)が大事です。腰骨で上体を支えるのです。

①脚を組まない、②猫背にならない ③背もたれにもたれない
正しい姿勢を保つことで、授業に集中できるようになりました。

立腰のメリット

①やる気が起こる ②集中力が出る ③持続力がつく ④頭がさえる ⑤勉強が楽しくなる ⑥成績が良くなる ⑦行動が俊敏になる ⑧バランス感覚が鋭くなる ⑨内臓の働きがよくなる ⑩スタイルが良くなる

P T A 総会・授業参観 (14日)

「いじめ問題を考える週間」の一環として、全学級で道徳の授業参観を設定しました。内容は以下の通りです。

- 1 A…本当の友達とは
- 1 B…いじめについて考えよう
- 2 A…いじめはどうして起こるのか
- 3 A…いじめを許さない
- 3 B…ラインいじめについて

その後、学級PTA、PTA総会、PTA歓迎会が行われました。歓迎会に参加してくださった多くの方々ありがとうございました。今後とも学校と家庭が連携し、有明中学校の子どもたちを育てていきましょう。よろしくお願いします。



2 A 道徳



P T A 歓迎会

志布志の日 (4 2 4)

「しぶしの日」は、平成19年4月24日に「志のまち」宣言をしたことにちなんで制定されたものです。そこで、本校では4月17日(月)志布志市郷土読み物資料～志のこころ～「野井倉開田の開発に尽くす」と、有明中学校校歌3番を活用しました。以下、感想です。

2 A 野口華福

ここには、郷土の先人のがんばった出来事がまとめられています。先人たちが野井倉に水を引いたことによって、今の有明が豊かになって、すごいなと思いました。現在の自分は、そんな先人に支えられて生きていることを改めて思いました。また先人が積極的に新しい物事へ取り組んでいこうという姿勢がすごくいいなと思ったので、私も見習っていきなさいと思いました。

1 A 村田 愛美

今豊かな土地があるのは、郷土の先人のおかげだということがわかった。だからいつも感謝の気持ちを込めて給食やご飯を食べたい。現在の自分を見ると、まだまだ感謝の気持ちが足りなかったり、人のために何かしようとしていなかったりしている。だからこれから私はいつも感謝の気持ちを持って少しでも人のためにしようと思う。昔、野井倉に水を引こうとがんばった人たちがいるのだから、今の豊かな有明がある。だから、その人たちに毎日感謝し、日々を過ごしていきたいと思う。そしてその頑張った人たちのように、人に少しでも役に立てるように毎日努力していきたい。これからの自分は、毎日人に感謝し、人のために努力するという目標をがんばって毎日をすごしていきたい。

頑張っています! N R T・全国学力学習状況調査

N R T (標準学力検査) …1年生は小学校高学年内容、2・3年生は前学年内容で実施しました。

全国学力学習状況調査…全国的な生徒の学力や学習状況を把握・分析し、今後の改善に役立てることを目的として3年生に国語・数学で行われました。昨年度末の鹿児島学習定着度調査で成果が出ました。今回はどうだったでしょうか。各教科、復習等に役立てていきましょう。



N R T (1年)



全国学力 (3年)

避難訓練 (11日)

目的や避難経路について担任が説明した後、実際に東日本大震災にあった宮城県の中학생作文を読み、避難訓練を行いました。何事も真剣に取り組むことが大切です。

交通安全教室 (13日)

自転車通学生が74%を占める有明中学校。自転車は被害にも加害にもなりうる、危険を予測してみよう等、志布志警察署の方が説明してくださいました。「自分の命は自分で守る」登下校は十分注意しましょう。



おめでとう

[お釈迦祭り弓道大会] 優勝 大平胡音②
[100文字で書く私の志]
入選 安崎 泰③ 祝田理沙③

5月行事予定

9日(火)～11日(木) 修学旅行(2年) 職場体験学習(3年)
13日(土) 土曜授業
17日(水) 地区陸上大会
21日(日) P T A美化作業
25日(木) 実力テスト(3年)
26日(金) 生徒会遠足(弁当持参)
31日(水) 芸術鑑賞会事前指導(3・4時間目:全校生徒)