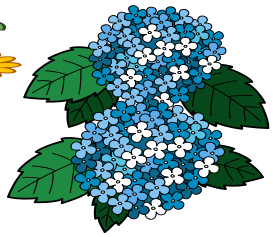


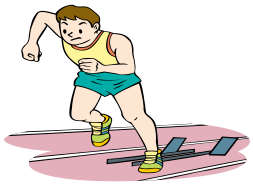
生駒市立鹿ノ台中学校　　第３号

校長室だより

令和６年６月５日

１学期も折り返し地点にさしかかりましたが、学校生活のリズムはみなさんの体や心にしっかり定着していますか？「まだ2か月しか経っていない」と思う人もいれば、「この2か月は一瞬だった」と思う人もいるかも知れません。

誰にも同じように与えられた「時」を有効に過ごすコツはいろいろあります。ちょっとしたことですが、次のようなことも意識してみてはどうでしょうか。



50m 走で「よーい」はなぜ必要？

５月はスポーツテストの時期なので、体育の時間、グラウンドから「よーい、ドン!」という元気なかけ声が校長室まで届いていました。陸上競技でスターターが「位置について」と言った後で「よーい」と当たり前のように声をかけますが、これはとても大事なことです。なぜなら、何の声もかからずに「ドン!」と言われても0.01秒を争う 50m 走ではタイムロスが大きいからです。ピストルの音にあたる「ドン!」の瞬間に最大瞬発力でスタートするためには、そのための準備が必要です。準備ができていない状態では、「ドン!」と言われてから短時間で準備し、そこからのスタートです。たとえ、短時間でもその分の時間がかかり、タイムロスとなるのです。

さて、どんな動作、どんな行為についても、準備というものは必要です。ジャンプするためには、膝を折って、腰をかがめなければなりません。ラケットでボールを打つには、テイクバックをしなければなりません。あることをしようと思ったら、そのための準備の動作が必ず必要になるのです。この準備を怠ると、よいスタートが切れませんし、よいジャンプもできません。「よい結果を得たい」と思ったら、「よい準備をすること」が大切なのです。

ところが、私たちはこの準備をうっかり忘れたり、面倒くさくなってやらなかったりすることがあります。当然、準備ができていませんから、最良の結果も出にくいのです。

以前、勤めていた学校で、出張で不在の先生の代わりに自習する生徒の様子を見ていると、こんな生徒がいました。まず、教科書とワークと筆箱を出します。筆箱からシャープペンシルを取り出します。そしてワークを始めます。そのうち、わからない単語が出てきたのか、ワークをやめて、机の中から辞書を取り出し、辞書を引いてワークに書いています。また少ししたら、筆箱を開けて蛍光ペンを取り出し、ワークの大事なところに蛍光ペンで印をつけています。次にノートを机の中から出し、ノートに大事なところを写しています。その途中で筆箱を開けて赤いボールペンを取り出し、赤ボールペンで大事なところを書いています。

この生徒はちゃんと自習をしています。ただ、自習を始める前に、辞書も蛍光ペンもノートも赤ペンも机の上に準備してあったら、さらには、机の上でそれらを置く場所を決めておけば、もっとスムーズに集中しながら勉強できたことでしょう。ちょっとしたことですが、この繰り返しが積み重なってしまうのは、なんともったいないことです。

勉強以外のどんなことにもスタートの準備は必要です。「何かを始めるときには、まず、よい準備から」をいつも心がけてみてください。その「よい準備」が「よい心の準備」にもつながり、「よい結果」につながると信じて。

保護者の皆さまへ

先日は、授業参観に多くの保護者の皆様にお越しいただき、誠にありがとうございました。また、3年生の修学旅行の際には、ご家庭のご協力をいただき、無事終えることができましたことに深く感謝申し上げます。１学期も折り返し地点を過ぎようとしています。ご家庭でも、お子様との対話の時間をできるだけ多く持っていただき、小さなことでもその努力している姿を認め、自信を持たせていただけますと幸いです。 本校の教育活動が定着し、ひとりひとりの生徒が健やかに成長できますよう、保護者の皆様のご協力をお願いいたします。

※「学校生活の様子」を本校ホームページ>学校生活の様子>X より随時アップしています。