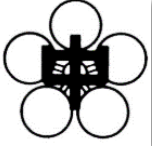


<校訓>白梅の においゆたかに 明るく強く 毎日必ず 一歩前進



輝く未来へ

教育目標「自ら学び 創造する生徒」「豊かな心で 思いやりのある生徒」「ねばり強く 健康な生徒」

板橋区立加賀中学校
学校だより
令和元年度 第 12号
令和元年 10月10日
校長 水谷 智子

東京都児童・生徒体力・運動能力、生活・運動習慣等調査の結果から

6月に行われたスポーツテストの結果がまとまりました。個人の結果は個票で返却されますので、各自確認し、必要な補強運動を行っていきましょう。

本校生徒全体の様子を見ると、上体起こしや長座体前屈、反復横跳び、立ち幅跳び等の項目で、都の平均を大きく上回っています。一方で、ハンドボール投げや握力が若干弱いようです。

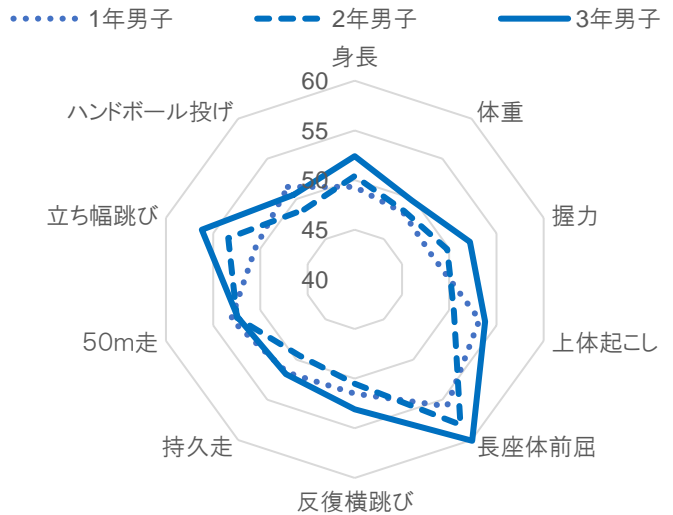
この結果は日頃の運動習慣にもよりますが、体育の授業の成果を反映したのもでもあります。本校では、昨年度反復横跳びや長座体前屈について都の平均を下回っていました。それを受けて、授業の中で柔軟性を高める補強運動を取り入れた結果、今年度は大幅に改善しました。“継続は力なり”です。また、現3・2年生は昨年度よりも全体的に運動能力が伸びており、体育の授業や部活動を通して体力が向上している様子が伺えます。

部活動については、昨年度より適切な休養日等を設定することになり、平日2時間程度、週休日は3時間程度の練習になりました。スポーツ医・科学の見地からも、トレーニング効果を得るために休養を適切にとることが必要であること、また、過度の練習がスポーツ障害・外傷のリスクを高め、必ずしも体力・運動能力の向上につながらないことが指摘されています。

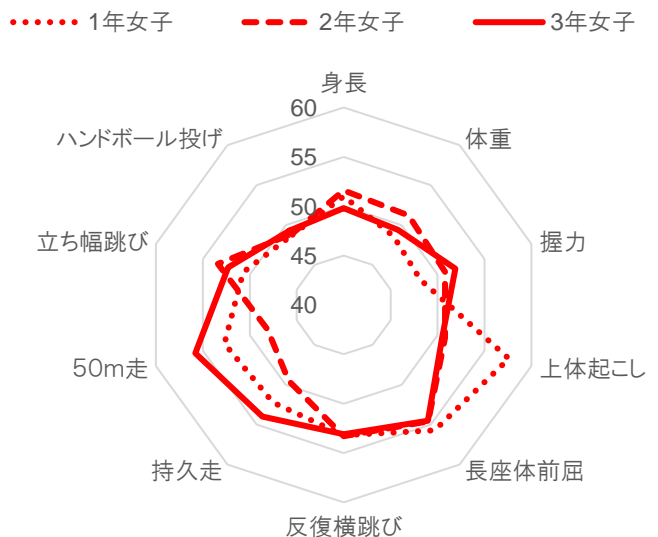
今後も、競技種目の特性等を踏まえた科学的トレーニングを積極的に導入し、休養を適切にとりつつ、短時間で効果的な練習を行っていきたいと思います。

伸び盛りの子どもたちが、運動、食事、休養および睡眠のバランスのとれた生活を送り、心身ともに健全に成長していけるよう、学校・家庭・地域で連携して、子どもたちの育ちを支えていきましょう。

◎男子(都平均を50としたときの偏差値)



◎女子(都平均を50としたときの偏差値)



◎学びを生活に生かす

1学期に2年生の家庭科の授業で「献立を考えよう」という学習がありました。各班で、加賀中の給食の献立を考えました。考えるポイントとしては、①主食、主菜、副菜、汁またはその代わりになるものが揃っている、②6つの食品群すべての食材がバランス良く取り入れられている、③3種類のお皿を使い、上手に盛り付けられる（皿や作業工程）、の3点です。特に家庭での献立との違いは③でしょうか。武田栄養士からは、「旬の食材を使い、テーマに沿ってよく考えていた、ネーミングも面白く工夫されている」ということで、2学期の給食献立に採用された班もあります。学んだことを生活に生かすことができると、学習に対する目的意識が高まります。また、友達の考えた献立だと思えば、いつもの給食がより一層おいしく感じられると思います。これからも、生徒の学びを生かせるよう、様々な機会を捉えていきたいと思っております。（11月12月の献立にも登場します）

実施日	考案班	メンバー	テーマ	献立
9/10	2の4 7班	K・S・M	秋	サンマの混ぜご飯 カボチャの味噌汁 野菜サラダ 冷凍リゾット
9/12	2の2 9班	H・T・K・N	お月見	栗ご飯 魚の林檎焼き 里芋の味噌汁 お月見団子
9/18	2の2 2班	K・K・O・K	運動会	練習おつかいライス 快走サラダ 勝とう！ヨーグルト
10/4	2の1 5班	K・K・T・G	秋	サツマイモご飯 鮭の林檎焼き 秋のつくね汁 梨
10/25	2の1 7班	K・T・O	白梅祭ファイト	加賀梅ご飯 鮭のマヨネーズ焼き きんぴら 具たくさん味噌汁
10/31	2の4 1班	S・F・F	いたずらあやうそ	スパゲティミートソース レインボーサラダ パンツキパイ

◎生徒会役員選挙

10月4日（金）に生徒会役員選挙が行われ、次の6名が新生徒会役員に選出されました。選挙運動期間中、また、当日の立会演説会では、どの候補者も「加賀中をより良くしたい」と力強く語ってくれました。新しい生徒会本部役員と共に、加賀中生全員が気持ちを一つにして、生徒会活動を盛り上げ、楽しく笑顔あふれる加賀中学校を創りましょう。

〔会長〕2年 I.K. 〔役員〕1年 I.H.
 〔副会長〕2年 S.A. 〔役員〕1年 S.T.
 〔副会長〕2年 F.S. 〔役員〕1年 O.K.

◎白梅学びのエリア研修会

10月16日（水）に金沢小学校で、第2回白梅学びのエリア研修会が行われます。13:40～14:25の金沢小学校の5校時の授業が公開されますので、お時間のある方はご参観ください。

その後、教員は研究協議会を行い、今年度の研究テーマである「小中9年間を見通した「総合的な学習の時間」を核としたカリキュラム・マネジメント」について、研究を深めます。

また、10月29日～11月1日には、学びのエリアのあいさつ運動も行います。加賀中生が、金沢小と加賀小に行き、小学校の児童会や教職員と連携して行うものです。地域全体であいさつ運動を推進していきたいと思っております。

◎学校公開について

10月19日に行われる学校公開では、3校時に3年生対象の進路説明会が行われます。生徒と保護者が同席での説明会です。（別紙案内配布済）

また、今年度より、学年や教科での作品等の展示は、白梅祭の日には行わず、各学校公開日に行っています。今回の各学年フロアの展示は以下の通りです。授業参観の折に、廊下等の展示もご覧いただければと思います。

- <1年> 社会：世界の国調べ
学年：運動会写真
- <2年> 総合：上級学校訪問レポート
学年：運動会写真
- <3年> 英語：Message to
1st and 2nd Graders
(大切なことを後輩に伝えよう)
数学：夏休みレポート
理科：天体についての調べ学習

中間テストが終わり、白梅祭準備期間に入りました。これから、毎日に秋が深まっていく中で、学校全体に歌声が響き、心豊かになる“芸術の秋”です。今月26日（土）には、白梅祭を開催します。皆様お誘い合わせの上、ご来校ください。

