



目標にむかって

認め合う

高め合う

昆中通信

校訓 拓く（英知・創造・愛郷）
自主性に富み生き生きと生活する人間
☆ 学力を身につけた生徒
☆ 意志の強固な生徒
☆ 体力の充実した生徒
☆ 思いやりのある生徒

令和8年9月24日（木）No.6

釧路町立昆布森中学校

実りの秋 ~わかることの喜びに向けて~

校長 岩谷 拓実

毎日の最高気温が20℃付近となり、釧路らしい秋の訪れを感じるようになりました。気温の変化や9月19日から23日までの大型連休による生活リズムの乱れ等、体調の管理に気を付けたいものです。

さて、この時期は今月末の通知表配付や、3年生の受験に関わる学力テストの実施など、学力を大きく伸ばすことを意識してほしいと願っています。そこで、改めて本校の授業における取組について、ご家庭とも再確認したいと思います。今年度、重視していることは「自己選択」「自己決定」です。昔のように、先生が一方的に説明し、指示されたとおりに問題ができればOKという時代とは大きく異なると感じています。以下、項目ごとに示します。

①課題の明示

授業では、「何を理解するのか」「何ができるようになるのか」など、明確なゴールを示すようにしています。課題はできるだけ日常生活と関連付け、生徒が意欲をもって取り組めるよう、工夫しています。

②「自己選択」「自己決定」の場の設定

課題を解決する際、取り組みやすい方法は生徒それぞれに異なります。全ての授業で行えるわけではありませんし、本校の人数では難しい場合もありますが、「友達と話し合って解決する」「一人で教科書やICT端末を使って解決する」「先生に質問して解決する」など、その生徒にあった解決方法の場を「選択」

「決定」できるよう授業の形を工夫しています。教師は生徒とともに考え、課題の解決に向けともに進む「伴走者」であるよう、意識しています。

③振り返りの時間を重視

今日の授業を自分自身で振り返り、「できたところ」とともに、「どの部分がわからなかった」「どの部分で自信がないか」をその授業中に明らかにするよう取り組んでいます。「全く理解できなかったところ」は授業のやり方を改善する教師の役割です。「あまり自信がない」「忘れそう」の部分は、その日、生徒が家に帰って復習する「家庭学習でやるべきこと」として、意識化をはかっています。

「何のために勉強するのか」という生徒の質問はこれまでもずっと聞いてきました。人それぞれ、その意味は異なるでしょう。でも、30年以上の経験で見た「できた」「わかった」時に浮かべる生徒の表情は、つまらなそうだったり嫌そうだったりしたことがあります。みんな「嬉しそう」でした。世の中には、答えが一つではないことや、そもそも完全に解決することが困難なこともたくさんあります。しかし、学校生活で多くの「できた」「わかった」を経験することが、それらの課題の解決に積極的に向かう原動力になると思います。

「頑張る」とときには、「何を」「どういうふうに」頑張るかを明確にし、一歩ずつ前進してください。ご家庭でも、生徒の自主的な頑張りに声掛けをお願いできれば幸いです。

自己選択、自己決定

10月 行事予定

日	曜	行 事 予 定	①=学年
1	木	部 後期開始 知小バスなし	
2	金	部 鶴野支援学校説明会 工業学校説明会	
3	土	釧路高専オープンキャンパス	
4	日		
5	月	部 全校朝会 スクールガードリーダー7:30	
6	火	部 北陽学校説明会	
7	水	部 ALT ③総合B学力テスト ①社会見学	
8	木	部	
9	金	昆中祭前日準備	
10	土	昆中祭 8:40-11:20 12:00 下校	
11	日	武修館オープンスクール 昆小学習発表会	
12	月	スポーツの日	
13	火	振替休業(昆小中) 校長会議	
14	水	部 ALT	
15	木	②職場体験学習	
16	金	部 後期生徒会役員選挙 16:00 下校	
17	土	部	
18	日		
19	月	Q-U 検査 職員会議	
20	火	部	
21	水	部 ALT 生徒会活動 15:15 下校	
22	木	部 教育相談~26日	
23	金	部	
24	土	部 釧路町文化フェスティバル(小中美術・書写展)	
25	日	釧路町文化フェスティバル(小中美術・書写展)	
26	月	部 ALT 英語巡回支援(沿岸3校)	
27	火	指導主事訪問 食育指導 教頭会議	
28	水	部 生徒会活動 16:00 下校	
29	木	部 SC14:05	
30	金	部 後期生徒総会 昆小リンク柵板設置作業	
31	土	部	

生活リズムを見直そう

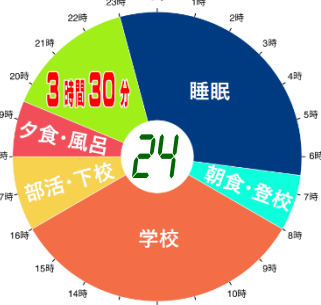
夏休み明けの生活リズムチェックを行いました。

全体の傾向を示すため便宜上、平均値を提示していますが、実態としては個人差が大きい状況です。学習や読書の時間は、一部の生徒の頑張りが全体の数値を底上げしています。一方で、遊びでのメディア使用時間の平均値を引き上げているのも一部の生徒で、多くの生徒は節度をもって使用できています。

早寝・早起き・朝ごはんといった基本的な生活習慣の定着という面では概ね良好です。

1日平均学習時間が、他学年の倍となっている3年生はさすがですが、受検や高校入学後に困らない力の補充として学習時間は十分でしょうか。多くの中学生は右のような1日を過ごします。全国の中学生の約6割が週に数回、塾でも学習しています。1日3時間30分前後の余白時間はどう使いますか？

①その日のうちにすべきことを決め、②優先順位をつけ、③どのくらいの時間が必要か分析し、④時間を作り出す、タイムマネジメントの力が必要です。そしてこれこそ「自己選択・自己決定」が求められます。



1日24時間は全人類に共通。でも、使い方は人それぞれ。

夏休み明け生活リズムチェックの分析

昆中生の実態は…？

○ほとんどの生徒が十分な睡眠時間確保と朝ご飯の習慣が定着しています。ご家庭の指導の賜です。

△スマホ使用が土日を含めた1日平均6時間以上の生徒が複数います。スマホ依存も心配です。人生で一番の成長期の健康を守るため、家庭のルールをご確認ください。

△毎日の目標学習時間は、中1で60分、中2で70分、中3で80分です。達成は2名のみ。がんばれ昆中生！

成長ホルモンが分泌される22:00~2:00の間は熟睡している状況を作るために、下校後から翌朝登校までの時間の使い方を意識しましょう。

	睡眠 分/日	学習 分/日	読書 分/日	メディア 時間/日	朝食 回/週
1年	6.7	34.6	10.8	4.9	4.3
2年	7.6	30.0	22.2	1.6	5.8
3年	8.1	69.5	18.6	1.1	6.3
全校	7.4	40.5	17.8	2.5	5.6

10/10 昆中祭 -地域の方もぜひ-

令和8年度の昆中祭は、10月10日(土)に開催します。音楽科は合唱練習、オリジナル台本の演劇はA・B団とも練習が進んでいます。

昨年度は多くの保護者の方々に「見ていただいた」ことで、生徒はさらにやる気になっています。昆中生の頑張る姿を地域の方々にもご覧いただきたいです。ご来校をお待ちしています！

- 8:40 開会式・生徒会企画
- 9:05 演劇A まごころを、君に
- 9:50 演劇B ハンバーガーショップの野望
※演劇の順は後日決定します
- 10:40 合唱 校歌／満ちてゆく
- 11:00 閉会式・生徒会企画
- 12:00 総下校(給食はありません)

10月13日(火)は振替休業

1年生 陶芸教室

7月8日(水)・9月3日(木)の2回、1年生を対象に陶芸教室を行いました。1回目は整形、2回目は絵付けで、町内の陶芸サークルの方々に教わりながら、生徒たちは思い思いに工夫をこらしたカップを作りました。2回目は真剣な顔で釉薬の色を選び、完成した自分のカップを想像していました。



このあとは講師の方々に窯で焼いていただき、完成です。思いを形にするものづくりの良さを体験することができました。

日頃から備えを 1日防災学校

9月1日(火)、1日防災学校を行いました。

保小中合同の避難訓練後、教育大学釧路校の境智洋教授による防災小説

(1年)、役場防災安全課職員による避難シミュレーションDIG(2年)、避難所運営シミュレーションHUG(3年)を行いました。

災害を自分事として捉え、何としても生き残ることができるよう、また、避難後に社会に貢献するため何ができるのか、生徒一人一人が真剣に考える機会となりました。

災害は起きる前提で日頃から備えましょう。



秋季バドミントン大会

9月5日(土)に釧路町体育館で行われた第24回秋季バドミントン大会の結果です。

■男子シングルス

- 2回戦 2年 寺澤 青優
- 2年 木村 圭翔
- 1年 柴田 典晟(1勝)
- 1回戦 1年 戸田浩ノ介

■女子シングルス

- 3回戦 2年 本多 春月(1勝)
- 2回戦 2年 古谷 芽(1勝)

昆布森中学校の最新情報はHPから

最新情報に随時更新しています。こちらからブックマークをお願いします。

<https://konbumorijh.kushirocho.ed.jp/>

