

まごころ

令和7年12月23日(火)
刈谷市立朝日中学校だより
No. 518

12分間走 ～心身の成長に向けて

12月の体育の授業では、どの学年も12分間走を行いました。

学習課題は、「ペアで協力して、自己ベストを目指そう」です。生徒はペアを組み、前半・後半に分かれて走ります。運動場に設置された黒板には、次のように板書されていました。

【声かけ】

- ・ペースについて
- ・デットポイントに入ったとき、走るフォームはどうか
- ・ラストスパートの声かけ

「ちょっと速いよ。ペースを気持ち落とそう」
「顔が上がってるよ。視線を下げて」
「ラストだよ。負けるな、出し切って！」

板書の視点を意識した声かけがグラウンドから聞こえてきます。そして、最も苦しい時間帯の終盤には、多く



伴走しながらペアを応援する生徒

の生徒は伴走しながら、ペアの生徒を力いっぱい励ましていました。

この日が、3年5・6組の生徒にとって、中学校で最後の12分間となりました。授業の最後、体育の石川先生は、次のように語りました。

1年のとき、心が折れて歩いてしまったり、楽をしようと手を抜いたりする姿が見られましたが、今日は、一人一人がベストを尽くしていました。体力を高めたいという思いで取り組んでいましたが、みんなの心の成長も感じられてうれしかったです。よくがんばりました。

この時期、さまざまな場面で3年生の心身の成長を感じます。暑い日も寒い日も、日々、やるべきことを積み重ねてきた成果だと思います。残りの中学校生活も共にがんばりましょう。

薬物乱用防止教室 ～ダメ。セッター。

12月10日(水)、3年生を対象に薬物乱用防止教室を行いました。この教室は、刈谷ライオンズクラブの方が、毎年、市内の中学生のために開催してくださっています。

前半、ライオンズクラブの方が用意してくださったDVDを視聴し、薬物の恐ろしさを学びました。特に、近年問題となっている、医薬品の大量摂取(オーバードーズ)について、やってしまう要因や危険性、その対策について、具体的に教えていただきました。

後半は、刈谷警察署・生活安全課の方から、覚醒剤等の薬物の中毒性について、お話しくださいました。一度やってしまうと止めることは難しく、本人の精神や身体を健康に害するだけでなく、交通事故や薬物に起因する犯罪など、社会全体に悪影響を及ぼすことを教えていただきました。

3年・柳田唯さんは、次のように感想を述べました。

薬物の乱用は、自分だけではなく、周りの人にも悪影響を及ぼすことや、一度やるとなかなか止められないことが分かりました。自分の周りの人が薬物に頼ろうとしたら注意し、薬物乱用に対する正しい知識を広めていきたいです。

心理的に苦しいときに、オーバードーズも含め薬物に依存してしまう傾向があるそうです。生徒に皆さんにお願いします。悩みや不安があったら、一人で抱え込まず、ぜひ身近な人や信頼できる人に相談してください。

書道教室 ～書に親しむ

12月16日(火)、今年も書道家の籠瀬堤花先生とお弟子さん6名をお招きして、書道教室を実施しました。籠瀬先生は、体育館の書「まごころ」や、「応援歌」「心からのメッセージ」の歌詞を書いてくださった方です。平成22年から15年もの間、本校の書道教室で指導してくださっています。

お題は、1年生「万里一空」、2年生「大器晩成」、3年生「不屈の精神」でした。生徒は、講師の先生の話をよく聞き、2時間集中して作品づくりに取り組んでいました。



集中して書に向かう生徒

教室後、籠瀬先生から「天馬行空(てんぱこうくう)」という書をいただきました。「天上の馬が自由に空を駆け巡るように、人の考えや行動は束縛されず自由である」という意味が込められています。常識に縛られず、自分らしさを大切に、自分を信じて行動してください。正面玄関を入ってすぐのところに展示しています。機会がありましたらご覧ください。

