



生活指導通信

No. 2

《学校生活の様子について》

5月の連休明け、長期休み後は気持ちの変化が大きいこともあり、生徒たちの様子を全教職員で注視していましたが、特に目立ったこともなく、落ち着いて生活することができました。生徒たちは学校生活で気になったことがあればユニバタイムを活用して様々な先生に相談をしている様子が見られました。各学年とも体育祭に向けて、学年練習、放課後練習に一生懸命取り組んでいます。

1年生は学校生活にも慣れ、授業、行事等で持ち前の積極性を存分に発揮しています。1年生のよいところは発言力があるところです。授業中、行事共に自分の意見をしっかり伝えている場面を多く見かけました。一方、生徒間でのトラブルも起きています。相手の気持ちを考えずに、けんかになってしまったことがありました。生徒から話を聞き、状況を踏まえた上で指導を行いました。当該者だけでなく全員で相手のことを思いやって行動をしようという指導も学級を通して行いました。結果、トラブルも減り、今では落ち着きを取り戻しています。

2年生については後輩の手本となるような授業態度で様々な教科に取り組んでいます。体育祭では主体的に活動することができています。特に練習計画を自分たちで考え、実行委員を中心に指示を出しながら練習をすることができています。リーダーシップを発揮する生徒、それに応え、フォロワーシップ精神をもって行動する生徒。とてもバランスよく学年で行動ができています。

3年生は今まで準備をしてきた修学旅行を大成功という形で終えることができました。班行動、宿舎での行動共に実行委員会を中心とした組織運営がしっかりとできていました。急な変更にも対応し、実りある修学旅行となりました。平和教育ということで様々な地を巡った生徒たちは真剣な表情で施設を見学したり、戦争直後の話を戦争体験者から聞いたりしていました。「後世に平和の大切さを語り継がなければいけないと思った」と生徒たちの口から出てきたことに鳥肌が立ち、未来を見据えて一日一日を大切にしていこうという気持ちが伝わってきました。

《大切なお知らせとお願い》

立川市の小学校へ不審者が入ってきた事案が発生しました。本校でも昨年度から不審者対応について生徒たちの安全を確保するために、様々な見直しをしています。不審者対応についても警察署の方を招いて講義をいただいたり、校内の不審者対応訓練を見直したりしています。再度確認にはなりますが、生徒たちの安全を守るために以下のことをよくお読みください。

上柚木中学校では安全対策の一環として、以下の条件で閉門時の施錠を行っています。来校時、徹底してください。

●学校への出入りは、常に大きな門を使用します。小さな門は開きません。

①学校に入るとき

インターホンで「ご用件(もしくは役割名)とお名前」生徒の場合は、「学年組氏名」をゆっくりはっきり伝えてください。※インターホンで対応する校内関係者は一定ではありません。日常的に出入りしている方でもお知らせください。開錠したら敷地内へお入りください。その場で必ず門を閉め、門の鉄板と電磁石がしっかり接触するまで門を閉めてください。電子施錠が完了すると青いランプが付きます。わずかでも隙間があると施錠できません。青いランプが点灯していることを確認の上、校内へお進みください。点灯していない場合は門の開閉ができてしまいます。再度、インターホンを鳴らす、またはその場で学校へ電話し、その旨お伝えください。

②学校から出るとき

電子施錠されている青いランプの下の金属性の蓋を開け、中の白いボタンを押すと、一定時間開錠します。大きな門を開けて出てください。入るときと同様にその場で施錠を確認してください。わずかでも隙間があると施錠できません。青いランプが点灯していることを確認、または手動で開こうとしても開かないか(施錠されているか)を確認してください。点灯していない場合は門の開閉ができてしまいます。再度、インターホンを鳴らす、またはその場で学校へ電話し、その旨お伝えください。

③開閉に係る注意事項

保護者会や来場の多い行事日、生徒の下校時間の早い曜日を除き、概ね午前9時00分から午後3時15分まで閉門しています。

「次の人が来るから」と親切で門を開けておく方がいますが、次の方は「初めから開いていたから閉める必要はない」と思ってしまうかもしれません。

門は自動では閉まりません。閉門時間帯に門が開いていることに気が付いた方は閉めていただくと助かります。

さいごに

生徒の忘れ物を保護者等が届けにくる際は直接教室へは行かず、事務室または職員室に必ず一声かけてください。教職員が対応します。

《クールビズ期間について》

本校では衣替えがありません。自分自身の判断で気温に合わせて服装を調節してください。これに関連して、朝礼時の服装について確認です。朝礼時の服装は標準服(正装)となります。ネクタイとリボンは必須です。しかし、6月から真夏日に迫ることも多くなったこともあり熱中症対策として朝礼時の服装を昨年度から変更しました。クールビズ期間を6月から9月まで設け、その期間中の朝礼は標準服で参加の場合はネクタイとリボンは着用しなくてよいこととしています。またポロシャツでの参加を認めています。ポロシャツで参加する場合は朝礼時中、ポロシャツをズボンやスカートの中に入れます。朝礼終了後は入れたままにしないでよいです。

《ペップトークについて》

ペップトークという言葉を知っていますか。これだけ聞くと何か分からないかもしれませんが、前回の日本が世界一になった WBC で大谷翔平選手がアメリカ戦(決勝戦)前にチームミーティング(円陣)でチームメイトの士気を高めるために発言した言葉なら聞いたことがあるかもしれません。

「僕からは一つだけ。憧れるのをやめましょう。ファーストにゴールドシュミットがいたりとか、センター見たらマイク・トラウトがいるし、外野にムーキー・ベッツがいたりとか。まあ野球やっていれば誰しもが聞いたことがあるような選手たちがやっぱりいると思うんですけど。今日1日だけは、やっぱ憧れてしまったら超えられないんでね。僕らは今日超えるために、やっぱトップになるために来たので。今日1日だけは彼らへの憧れを捨てて、勝つことだけ考えて行きましょう。さあ行こう！」

ペップとは元気・活気という意味です。アメリカのスポーツ界が発祥の声かけで、ロッカールーム内で監督が選手を激励して試合に送り出すスピーチのことです。ペップトークは4つの流れがあります。それは受容→承認→行動→激励です。大谷選手のスピーチに当てはめてみると、まず大リーグ選手に憧れてしまうというチームメイトの気持ちを受容しています。プロでもメジャーリーガーには憧れるものです。それを受けた上で、トップになるためにここまで来たことを承認しています。そして勝つことだけを考えて行きましょうと具体的な行動を示しています。そして最後にさあ行こうとチームメイトを激励しています。

ペップトークをうまく活用すると言われた相手はみるみるやる気を出し、物事がよい方向に行くことがあるとされています。ポジティブな考え方にさせることで物事がうまくいくかもしれません。これはご家庭でも使える場面があると思います。例えば朝起きない時は「眠いね、もっと寝たいよね」(受容)→「でも今日は修学旅行の行動決めてしょ／好きな〇〇の教科があるじゃない」(承認)→「準備があるからそろそろ起きたらいいんじゃない」(行動)→「下で待っているね」(激励)というように起きなさい、早くしなさいという言葉ペップトークの流れに沿って声をかけてみるとよいかもしれません。他には宿題をやらない時に勉強しなさいではなく、「宿題多くて大変そう」(受容)→「これまで逃げずにやってきてこれだけいろんな問題分かるようになっていたじゃん」(承認)→「まずは1問やってみれば」(行動)→「困ったら何でも言って」(激励)というような言葉かけも有効かもしれません。

相手の心に火をつける激励方法としてふだんから私も実践しています。ペップトークの4つのステップは

- ①受容(事実の受入)
- ②承認(とらえ方をポジティブに)
- ③行動(してほしい行動)
- ④激励(背中を押す)

『短い言葉で』『分かりやすく』『肯定的に』『魂を揺さぶる』

できるかも、やれるかも、安心という心情が働けば行動に移すことができます

《あじさい教室前掲示物について》

校内巡回中、あじさい教室の前にとてもよい掲示物が貼ってありましたので共有させていただきます。社会自立を目指し、次のようなことを学ぼうとそこにはありました。様々な課題に対しての方法が掲載してありました。特に『感情をコントロールしたい』『プラス思考になりたい』『困ったときにどうすればよいか』という項目に目が行きました。ぜひご家庭でお子様がこのようなことで困っていたらアドバイスをしてあげてください。



感情をコントロールしたい

- ・熱くなった脳を冷やすイメージで息を吸う
- ・近くのものに意識を集中…あれはボールペン? いやシャーペン? ピンク? いや紫?
- ・止まれと念じる
- ・心の中で6カウント
- ・怒りが爆発する前に何かの動作をして自分に合図を送る

→マインドフルネス



SNSで返信が来ないモヤモヤ

- ・なんで返信しないの?
- ・不安
- ・ムカつく
- ・既読無視しやがって

↓

- ・具合が悪いのかも
- ・何かトラブルかも

→マイナスではなくプラスの、かもしれないを



困ったときは

- ・ぼーっとしてた
- ・聞きそびれた
- ・おしゃべりしてた

聞くのめんどくさい、怒られたら嫌、もういいや→デメリット多し

恥ずかしくても聞く→メリット多し

困ったら友達や先生にヘルプサインを出せば◎