

山田中学校だより 11月号

平成24年11月1日

学校と
家庭と
地域を



つなぐ

11月

三島市立山田中学校

※学校ホームページでもご覧になれます。

1 生活習慣と学力を考える



本校では、子どもたちの学力向上を目指し、「学ぶこと」と「生きることや働くこと」のつながりを深める視点から、キャリア教育に力を注ぎ、子どもたちに学ぶ意義を考えさせ、子どもたちの学ぶ意欲を高めるよう努めて参りました。また、家庭学習の習慣を身につけるために、学年単位で毎日、宿題を出したり、夏休みの補習学習等に力を注いだりして、保護者の皆様のご協力を賜っております。

今回は、生活習慣と学力の関係から、学力向上について考えてみましょう。ご家庭におかれましても、学力向上を目指して、家庭での規則正しい生活について、お子様とお話しになってはいかがでしょうか。

【 食生活と学力 】

「毎日、朝昼夕の三食にいろいろな食品を多く食べていると、体力だけでなく、集中力や根気などが向上し、脳の働きが活性化する。記憶力や学習成績がよくなって、身体的にも精神的にも健康になる。反対に、朝食を食べない、まとめ食いをするというような不規則な生活をする者、洋食型傾向が強い、偏食が多いというような食生活をする者は、集中力や根気が散漫になり、記憶力や学習成績が低下する。」(『学力をつける食事』文春文庫：廣瀬正義著より)



これは本書の結論ともいえるべき言葉です。さらに、著者は次のように「学力と食事の関係」を調査し、「知能指数と学習成績の相関関係よりも、食生活と学習成績の相関関係のほうが強い」ことを証明しています。

【 優れた学校給食 】

また、本書の中で「多くの食品を食べること」は、東京学芸大学名誉教授小野三嗣氏の「一週間に70種以上の食品を食べれば、ほぼ五大栄養素も隔たりなく摂取できるので、発育・発達に支障はなく、体格や運動能力にも問題はない。」という報告と一致しているとも結論づけています。



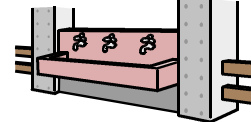
このことを受け、本校の学校給食の食品数を調べた結果、ある一週間(5回の昼食)の食品数が59種となりました。改めて栄養士の先生の献立には、子どもたちの発育に配慮されているということがよくわかります。学力向上のためには、学校給食は優れた食事と言えます。

【 家庭生活と学力 】



「早寝早起きなどきちんとした生活習慣が身に付いていないことが、学力低下の根本原因となっている。」とされています。子どもたちの食生活、起床、睡眠時間、テレビの視聴時間等、基本的な生活習慣を整えることが、子どもたちの学力向上への近道ようです。

「早寝・早起きをし、朝ご飯をきちっと食べる子は、勉強も運動もできる」こんな子育ての「秘訣」が改めて注目されています。「学力」と「生活リズム」や「食生活」と関連づけた研究が進み、今まで経験則でしか推し量れなかった事柄について、その関係が実証されているからです。



【 家庭と学校との連携 】

平成 19 年度から再開された「全国学力・学習状況調査」の結果分析から、学力向上に向けて重要な改善点が示されています。それは、「日々の授業で粘り強く追求する姿勢を培うこと」、「家庭学習における課題の出し方や家庭との連携のあり方を工夫すること」、「補充的な指導を充実させること」等です。

本校が目指す家庭学習とは、「自分の学習を振り返り、自ら行う計画的な学び」と、とらえています。ご家庭におかれましても、家庭学習についてお子様と話し合われたり、見届けをされたりして、お子様が自ら家庭学習に取り組むようにご支援をよろしくお願いいたします。

お知らせ 花壇ボランティアを再度募集します。



山田中学校は、「いつ来ても、きれいな学校」を目指しています。現在、花壇ボランティアの方々の活躍によって、校内は季節の花でいっぱいです。本当に、感謝しております。PTAの方々、地域の方々、花壇ボランティアの方々と一緒に活動してみませんか？

左上の写真は、花壇ボランティアの方々が活動している様子です。来年度の「春花壇」のデザイン等もボランティアの方々が考案してくださっています。



左中央の写真は、現在のグランド入り口のポットの様子です。寒くなってきましたが、まだまだ元気に花が咲いています。

左下の写真は、現在の教室棟南側の花壇の様子です。



今後の予定として、11月11日(日)に現在の花を抜いて、土作りに入ります。また、春に向けて、12月2日(日)に春の花の植え込みを行います。きっと春には、花いっぱいのきれいな花壇ができると思います。

ぜひ、一緒に活動してくださる方は、山田中教頭までお申し出ください。