

令和4年度 6月全校集会

令和4年6月16日

【宿泊行事を終えて】

1年生から始まった宿泊行事と修学旅行が無事終わりました。年度初めからそれぞれ実行委員会を立ち上げ、取組んできた成果がいろんなところで身を結んだことと思います。私は淡路島の1年生の宿泊行事と広島県の3年生の修学旅行に同行しました。その中で感じたことは、規律ある行動を身に付けること。そして、自らが考えて行動することの大切さ。そのような経験を通じて仲間意識を高めるためには宿泊行事は大切だなと改めて感じました。

寝食を共にして共同作業をすることで、普段は気が付かないことや、いつものことだと思っていたことは、実はそれぞれ皆さんが学び、お互いのことをわかって協力したからできたのではないのでしょうか。その様子は担任の先生方の学級だよりを見ると、その成果として如実に表れていました。

皆さんは、今回の宿泊行事を通じてお互い助けたり助けられたりしていることが分かったと思います。優しい声をかけでスムーズにいったことや、普段は目立たなくてもこんなにやさしい子なんやと気付いた人もいるのではないですか。仲間は大切ですね。いなくなって初めてその人の存在に気が付くこともあります。

修学旅行中には、ある生徒からよく声をかけられました。とても親近感がわき大変うれしく思いました。その生徒には、きっと優しいところがあるのだなと思っています。少し言葉使いを直すと、きっといろんなところで引っ張りだこになるのではないかと期待しています。

人はそれぞれ、得意なことと苦手なことがあります。できないことをお互いが補っていくからこそ、仲間意識が高まっていくものと考えています。完璧な人はなかなかいませんね。私も普段は先生方にいろいろな事を任せています。できないところがあるからこそ、それぞれ先生方にお任せしているのです。学年主任の先生や保健室の先生方、生徒指導を担当している先生方、そして教頭先生。生徒のことを思いながらも、大人として言葉を選び皆さんに接しておられます。すべての先生方がそれぞれの役割を理解して生徒の皆さんに、先生として、そして大人として対応してもらっているからこそ、心安らかに安心して学校に来ることができるのでしょう。

色々なタイプの違う先生方がいるからこそ、学校は様々な学びを通じて社会体験活動ができます。何か困ったことがあれば、最後の砦として守っていくことが私の役目だと常々思っているところです。

【体調を整えてテストを迎える】

来週には、日頃の学習の成果を試す場として1学期末テストが待っています。1年生の皆さんは、初めて3日間9科目のテストを受けることとなりますね。夜遅くまで勉強して頑張る人や、早朝に起きて勉強する人など、それぞれのペースで頑張るのですが、いつもと違うことをすれば、頭は上手く働いてくれません。いつものペースで努力した人ほど結果が出るでしょう。

人間には交感神経と副交感神経というものがあります。朝起きて、体や頭の回転を通常運転に持っていくのが交感神経です。反対に、疲れた体を休めるためにリラックスする時に働くのが副交感神経です。

つまり車のアクセルに相当するのが交感神経で、ブレーキに相当するのが副交感神経です。不規則な生活や、特に夜にスマートフォンなどでSNSや動画を見ている人は交感神経が働いてしまい、知らず知らずのうちに、脳が活性化され興奮状態となり眠れなくなってしまいます。テストが始まる頃には、脳は疲れてしまい上手く解答できなくなってしまいう事に繋がります。頑張った成果を100%出すためには、規則正しい生活と、ルールを守ったSNSや動画の視聴が大切です。体調を整えて自分が納得のいく結果を出しましょう。