

令和5年度

中学校生活のしおり



SCHOOL

年 組 番

氏名

精華町立精華南中学校

中学校での生活

※生徒手帳と異なる点がありますが、「中学校生活のしおり」が最新版です。

1、精華南中学校の1日

活	動	50分授業	45分授業		
朝	読書	8:30~ 8:40	8:30~ 8:40		
朝	学活	8:40~ 8:45	8:40~ 8:45		
1	校時	8:50~ 9:40	8:50~ 9:35		
2	校時	9:50~10:40	9:45~10:30		
3	校時	10:50~11:40	10:40~11:25		
4	校時	11:50~12:40	11:35~12:20		
昼	食	12:40~12:55	12:20~12:35		
昼	休憩	12:55~13:05	12:35~12:45		
5	校時	13:10~14:00	12:50~13:35		
6	校時	14:10~15:00	13:45~14:30		
清	掃	15:00~15:15	14:30~14:45		
終	学活	15:15~15:30	14:45~15:00		
部	活動	15:30~	15:00~		
下	校	4月~	17:15	1月~	16:45
		10月上旬	17:00	2月~	17:00
		10月中旬	16:45		
		11月~	16:30		
		最終下校時間は、季節によって異なる。 また、左の時間をめやすに、時期によってこれ以外の下校時間も設定されます。			

※2学期に給食が始まると校時表が変わります。

1) 登校時

- ① 家を出る前にもう一度、服装、持ち物（提出物・忘れ物）を点検しましょう。
- ② 必ず制服で登校しましょう。
- ③ 安全に留意し、交通ルールを守りましょう。
- ④ 始業は8:30です。少なくとも10分前には登校しましょう。
 - ・ 8:00までは登校してはいけません。
 - ・ 朝礼時は体育館で出欠確認をします。（8:30までに体育館に集合し、整列します）
- ⑤ 欠席や遅刻の連絡は、8:00~8:30に必ず保護者の方からしてもらいましょう。
- ⑥ 8:30の始業に遅刻した時は、職員室に報告に来てから、教室に行きましょう。

2) 朝学活 (SHR)

朝学活 (SHR) の進め方

- ① 8:30にはカバンをロッカーに入れ、着席している状態で待つ。
- ② 号令
- ③ 健康観察・キャットレッチ
- ④ 8:40まで朝読書をする。※席を立たない。
- ⑤ 先生からの連絡
- ⑥ 8:45から移動教室があれば、準備を始める。

- ① 必要なものを出して、カバンをロッカーに入れ、着席しましょう。
- ② 8:30に担任の先生が出席を確認するため、HR教室に来られます。
- ③ 日直班の確認
※班単位で日直を行い、1日ごとに交代します。仕事の内容は決まっているので仕事を忘れないように注意しましょう。
- ④ 保健部による健康観察を行います。体調のすぐれない人や怪我をしている人は報告しましょう。
- ⑤ 8:30~8:40まで朝読書をしませう。
 - ・ 本は、各自家から持参します。(図書室で借りることもできます。マンガや雑誌、参考書は不可)

3) 授業を受けるに当たって

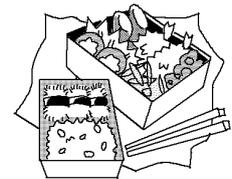
- ① 授業が終わったら、次の時間の準備を必ずしましょう。
- ② 教科によっては授業場所が変わりますので、教科係は先生と連絡を取り、学級に確実に連絡し、鍵等を職員室に取りに行きましょう。
- ③ 体育の授業見学は、生徒手帳に見学理由を保護者に書いてもらい、担任と体育の先生の許可をもらいましょう。見学の服装は体操服です。
- ④ 担当の先生が不在の場合は、学級委員が職員室へ連絡に行きましょう。

4) 休憩時間

- ① 次の授業の準備や移動の時間であって、遊び時間ではありません。
- ② 教室内や廊下などで暴れないようにしましょう。
- ③ 他の教室、空き教室には原則として入室禁止です。

5) 昼食

- ① 机は前向きのまま食事をしましょう。
- ② 全員がそろってから号令「いただきます！」をしましょう。
- ③ 決められた時間(15分間)は席を立たないようにしましょう。
- ④ 弁当として持ってきてもいいものは、家庭で作ってもらった弁当、又はコンビニ等で購入したパンとおにぎりです。
- ⑤ 業者のお弁当とパンを購入することができます。(給食開始まで)
 - ・ 月曜日はパンの販売がありません。
 - ・ 受付は、8:10~8:25まで多目的ホールで行っています。
 - ・ 注文表に記入します。必要な金額のみ持参しましょう。
- ⑥ 号令「ごちそうさま！」をしましょう。



※2学期から給食が開始された場合の変更点については別途連絡します。

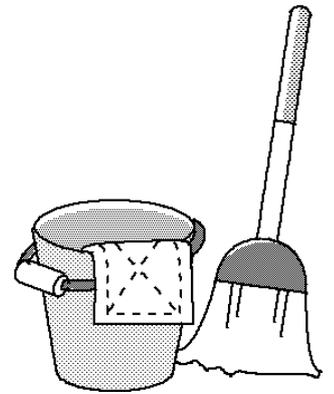
6) 清掃

- ① 進んで物事に取り組む姿勢や、協力する態度を養いましょう。
- ② 時間内は決められた清掃場所で隅から隅まで掃除をし、勝手に早く終了しないようにしましょう。
- ③ 担当の先生の点検が終わってから、教室に戻りましょう。
- ④ 清掃用具は丁寧に扱い、使用後は所定の用具入れにきちんと片付けましょう。

<毎日の清掃内容>

HR教室

- 1 イスを机の上ののせ、前に運ぶ。(引きずらない。)
※移動教室等の授業が、掃除時間の前にある時は、その前の授業時間の終了後にひいておく。
- 2 ほうきで教室の床をはく。
- 3 自分の雑巾で床を水拭きする。(バケツに水を入れて置いておく。)
- 4 後ろが拭けたら、机を後ろに運ぶ。(引きずらない。)
- 5 黒板は、黒板消しで一定の方向に向かって拭く。
 - ・ 何回か黒板消しで拭いていくときれいになる。(深緑色になる)
 - ・ 黒板の溝はチョークの粉を掃いてきれいにする。
- 6 木曜日はゴミをピロティーに出しに行く。
- 7 毎週金曜日に、黒板クリーナーの掃除を行う、とくに中のスポンジなど。



廊下

- 1 ほうきでゴミを掃く。
- 2 自分の雑巾で廊下をふく。(モップに雑巾を挟んで使用する。)

特別教室

※ 場所によって清掃方法が異なるので、担当の先生の指示にしたがって行う。

トイレ

- 1 窓を開ける。
- 2 タイル(床)をほうきで奥の方からはく。(個室トイレ内の床もはく)
- 3 小便器・大便器の水を流す。
- 4 床全体に水をまき、便器に水をかける。
※木部(扉)に、水がかからない様に注意する。
- 5 床をデッキブラシでこすり、便器を柄付きたわしでこする。
- 6 トイレ内の手洗い場をスポンジたわしでこする。
- 7 ゴミを捨てに行く。
 - ・ 汚物入れのゴミを黒ビニール袋にまとめ、ピロティ横の階段下に捨てに行く。
 - ・ 黒ビニール袋は職員室にあります。
- 8 トイレトーパーがなければ、職員室に取りに行き、補充しておく。

7) 終学活 (SHR)

終学活 (SHR) の進め方

司会進行…学級議長

- ① ドリル (各班副班長)
- ② 配布物を配る (日直)
- ③ 明日の時間割の確認
- ④ 係、委員会からの連絡
- ⑤ 先生からの話

- 1 掃除終了後、終学活に備えて準備をする。
 - 各班の副班長は終学習のプリントを配る。
 - 配布係(日直)は職員室へ行き、配布物を配布ボックスから受け取る。
 - 時間割係(日直)は職員室前ホワイトボードで明日の連絡を確認し、教室のホワイトボードに貼る。
 - 教科係はホワイトボードに連絡を書く。
※教科係は、連絡ができるように、あらかじめ先生に聞いておく。(持ち物や宿題の確認等)
- 2 司会進行は学級議長が行い、明日の連絡などを行う。
- 3 各自、連絡帳に明日の連絡や持ち物をメモする。

8) 部活動

基本的に放課後は、部活動に加入している生徒は、部活動に参加します。係の仕事などを行わなければならない時は、顧問の先生に申し出て、許可を得ましょう。また、教室やクラブボックスに置いておいてよいものは決まっています。みんなで使う場所は、いつもきれいに保つように心がけましょう。

部活動での服装についてのきまり

- ① 学校指定の制服や体操服、又は部活動で購入した服装で活動しましょう。
- ② 靴や靴下はスポーツの特性に応じたものを使用することができます。
- ③ 休日は、学校指定の体操服や部活動で購入した服装で登下校することができます。
※顧問の先生の指示に従いましょう。

9) 放課後・下校時

- ① 最終下校を守りましょう。
- ② 買い食いや寄り道をしないでまっすぐ帰りましょう。
- ③ 制服で下校します。

2、服装についてのきまり

※学校指定のもの以外は着用禁止です。

1) 制服

- ①冬服 1学期始業式・入学式/2学期終業式/3学期始業式/卒業式・3学期修了式
 - 学校指定のブレザー、ポロシャツ (半袖及び長袖)、スラックス、スカートを着用しましょう。
 - 学校指定のセーター・ベストはブレザーの下に着用することができます。

②夏服

1 学期終業式/2 学期始業式

- 学校指定のポロシャツ（半袖及び長袖）、スラックス、スカートを着用しましょう。
※上に書いた式の時以外でも、行事等の時には決められた服装を着用しましょう。

③ 共通事項

「服装」

- 学校内では制服に名札を付けましょう。
- アンダーシャツを着る場合は、無地で、白、黒、グレー、紺のものを着用しましょう。
※ハイネックのものや、ポロシャツから袖が出るようなものは**禁止**です。
- ブレザーの第1ボタンはとめましょう。
- ポロシャツのボタンは、第2ボタンは必ずとめます。第1ボタンは開けていてもいいですが、式典のときには全てとめましょう。

「靴・靴下」

- 靴は白の運動靴（靴紐も白）を履きましょう（マジックテープの靴はOKです）。
- 靴下は、白、黒、紺で無地のスクールソックスをはきましょう。
- 行事等指定のある日は白のスクールソックスです。

「通学靴」

- 学校指定の靴とします。

④ 注意事項

- 学校内で生活しているときには、ポロシャツの上からセーターやベストを着用するだけでも構いませんが、登下校のときや、行事等の指定がある日は、ポロシャツのみか、ブレザーを着用しなければいけません。
※正しい着こなしの順番は「ポロシャツ」→「ブレザー」→「セーター/ベスト、防寒具」です。
- ズボンを腰まで下げたり、スカートを折ってはいたりすることは禁止です。
- 校舎外、校舎内、体育館と必ず靴を履き替えましょう。（3足制）

2) 防寒着、防寒具、熱中症対策

① 防寒着

- 学校指定のウィンドブレーカー、入試時等にも使える華美ではない膝上丈のコート・ジャンパー。
- 防寒着を着用する際には、ブレザーの着用を前提とし、そのうえで必要な場合は着用すること。

② 防寒具

- マフラー、手袋、ネックウォーマー、耳当て→入試時等にも使える華美ではないもの。
- タイツ、ストッキング、スパッツ（レギンス含む）→ベージュ・黒・紺・グレーの無地のもの。
- ニーハイ→「白・黒・紺」の無地のもの。
- 膝掛けを使用する場合は、原則、普通教室内のみとする。
→ 肩からかけるなど、本来の使用以外では使わず、式や集会、試験等での使用も原則禁止。

③ 熱中症対策

- 帽子（キャップ型）、日傘の登下校時の使用を認めます。
ハンディーファンは認めません。
- 水分補給は体調を崩さないよう、こまめに飲みましょう。

3) 頭髪

- ① 染髪、整髪料、パーマ、付け毛、その他特異な髪型は禁止です。
- ② 髪をくくったり留めたりするゴムやヘアピン等は、黒、紺、茶とし、髪飾り（シュシュ、カチューシャ、ヘアクリップ等）は禁止です。

4) 不要物の持ち込み禁止

- ① 不要物
 - ・ お菓子類、携帯電話(スマートフォン)、マンガ、雑誌、ゲーム機、カード類、化粧品等
- ② 持ち込んだ場合
 - ・ 持ち込みを確認した時は、一旦学校で預かり、保護者に返却をします。

3、その他

1) 挨拶

- ① 「おはようございます」や「さようなら」など毎日の挨拶は、元気よく大きな声でしましょう。
- ② 来校者や先生には丁寧な言葉遣いをしましょう。

2) 職員室

- ① ノックをして入り、入り口で先生を呼びましょう。
- ② 職員室に入るときは「失礼します」と言い、クラス、名前、要件を伝えましょう。その際、カバン・帽子等は廊下に置きましょう。退室時には「失礼しました」と大きな声で言いましょう。
- ③ 丁寧な言葉遣いを心がけましょう。

3) 保健室

- ① 調子が悪い時や相談したいときに来室しましょう。
- ② 原則として、1 時間休憩して様子を見て、それでも回復しない場合は、保護者へ連絡し、以降の過ごし方を相談します。

4) トラブル発生時

校内の器物が破損した時や、誰かがケガをした時などは、すぐに先生に連絡しましょう。

中学校での学習

新しい教科書をもって、「しっかり勉強しよう」と思った反面、「これだけのことがほんとに全部理解できるのかな？」と不安を抱いた人も少なくないでしょう。もちろん学習内容はかなり難しくなります。でも、中学生らしい学習の態度を身につければ心配はいりません。

中学校では、どんなことに注意しながら学習していったら良いか一緒に考えてみましょう。

1、授業を大切にしよう

学習の基本は何といっても授業です。この授業を大切にすることが、学習効果をあげるためにもっとも大切なことです。

1) 時間を守る（休み時間は次の準備！）

チャイムが鳴ると同時に授業開始です。この時、授業の準備がしっかりとできているかどうかでその時間の授業に集中できるかどうかが決まってきます。チャイムが鳴ってからあわてないように、授業が終了したら、次の授業の用意をしてから休み時間にはいりましょう。また、時間がきたら席に座ってチャイムを聞くようにしましょう。移動教室で忘れものをした場合は、取りに戻ることはできません。

2) 忘れ物をしない

授業によっては、忘れ物をすると、その時間中に全く何もできないという場合もあります。連絡帳に連絡事項を書きとめ、その日のうちに準備しておく習慣をつけましょう。

※休み時間に、自分で取りに戻ることはできません。

3) 授業に集中する

机上の整理をして、聞く姿勢をしっかり保ちましょう。授業中に他の事をしたり、関係のないもので遊んだり、私語をしているようでは、当然学習内容が身につくはずはありません。

また、静かにしていたとしても、やる気のない態度は、頑張る学習しようとする雰囲気をつくりださず、自分だけではなく真剣に勉強しようとしている人にとっても大変な迷惑となりますので、授業を大切にしましょう。

4) 発表や質問をして興味を深める

同じように授業を受けていても、積極的に発表したりすると一層理解が深まります。また、人の発表を聞くことで、自分の考えとは違った考え方に気付く場合もあります。発言は、よりよい授業となるためにも重要なのです。また、わからないことがあればその場で質問をして解決しておくことが大切です。

発表や質問での間違いは全く気にする必要はありません。また、他の人が間違えても冷やかしたりしない雰囲気をつくり、みんながどんどん発表できるようにしましょう。

2、家庭学習を習慣にしよう

授業での理解を支えるものは、第一に家庭学習です。「中学校では宿題はないのですか？」と、よく聞かれます。もちろん宿題は必要に応じて出されます。しかし、中学校の学習では、学力をつけることはもちろんですが、自分でも方法を考えて自ら進んで学習できるような力を養うことも大変重要なことです。

したがって、宿題のあるなしに関わらず家庭学習を行う習慣を早くつける必要があります。

1) 毎日時間を決めて継続的に学習する

定期試験前や入試直前に急に勉強しようとしてもできるものではありません。それは学力が一朝一夕には身につかず、積み重ねることによってはじめてつくものだからです。特に中学校では小学校に比べて授業の進む度合いが速いので、毎日こつこつとやっておくことが大切です。

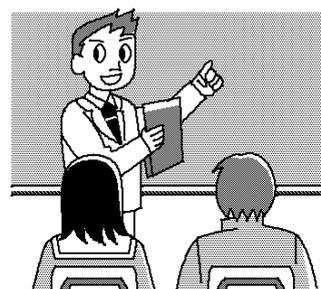
2) 予習と復習をする

学校での学習内容を定着させるためには、自宅での学習が重要です。では、具体的にどうすればいいのかというと、「予習」と「復習」をすることです。予習をすることで授業内容のイメージをつかみ興味を持って取り組むことができます。また、復習をすることで、どこがわかってどこがわからなかったかをつかむことができます。予習から授業へ、授業から復習をするという流れを作りましょう。予習と復習を習慣づけることで家庭学習は自然と生活の一部になります。

3、読書で幅広く教養を身につけよう

授業で学ぶことだけが学習ではありません。授業で学んだ事柄で、もっと深く知りたいと思う事があれば、教科書から離れて学習してみましょう。各教科の先生方がアドバイスをしてくれます。

また、将来の自分の「生き方」について、考えを深めることができるようになるのが中学生です。いろいろな本を読みましょう。自分の「生き方」について考えるヒントが得られるはずで、朝読書等の時間でも活用してください。



4、教科学習の留意点

1) 教科ごとに先生が変わる

それぞれ専門の先生に教わります。それぞれの教科ごとに学習方法に違いがあります。いろいろな先生から幅広く影響を受けて成長していきましょう。

2) 学習用具は原則として持って帰る

教科書やノートなどの学習用具は、家庭学習に必要なものは各自で判断し持って帰りましょう。ただし、体育館シューズや授業で使うファイルのように、指示があったものはロッカーに入れておいてもかまいません。先生の指示にしたがって管理しましょう。

3) 各学期に定期試験がある

学期ごとに定期試験（中間・期末）があります。学校で学んだことが、どれだけ自分のものになっているかを確認するためのものです。部活動も試験の時は1週間前から停止になり、学習に集中して取り組めるようになっていきます。しかし、その期間だけ頑張るのではなく、普段からコツコツとやっておくことが重要です。

また、一部の教科では、単元終了後に単元確認試験があり、中間試験や期末試験と同様に重要です。

4) 提出物の期限を守る

宿題、ノート、レポート提出が多くあります。各教科、担任の教科からそれぞれ指示がありますので、自分自身で計画を立てて、きちんと仕上げ提出してください。原則、一度帰宅してからの登校は控えましょう。

5) 字は丁寧に書く

人によって字の上手い下手はありますが、誰が見てもわかるように丁寧にしっかりと書くようにしましょう。

6) ノートは教科ごとに準備する

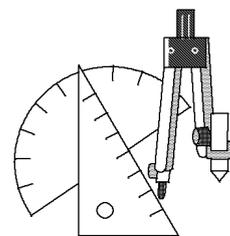
基本は大学ノートを使いますが、教科によっては最初の授業で担当の先生からどのようなノートを準備したらいいのか説明があります。複数の教科を1冊のノートで兼用するようなことは認めません。

7) 教室移動はすみやかに行う

HR教室以外で授業のある場合は、休み時間中に移動します。その時は、日直の班で消灯や戸締りを、責任を持ってしましょう。

8) 教科の先生に、とことん聞く姿勢を持つ

教科でわからないことがあったり、今まで学校で学習したことでわからないことがあった時は、できるだけ早いうちに担当の先生に質問や相談をするなどして、積み残しをしないようにしましょう。



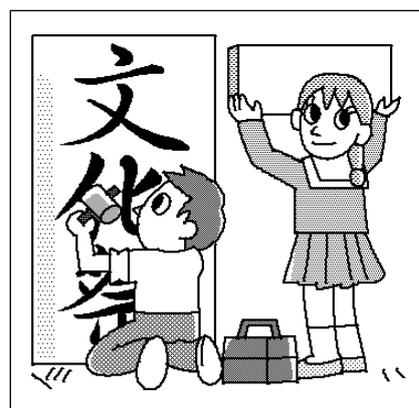
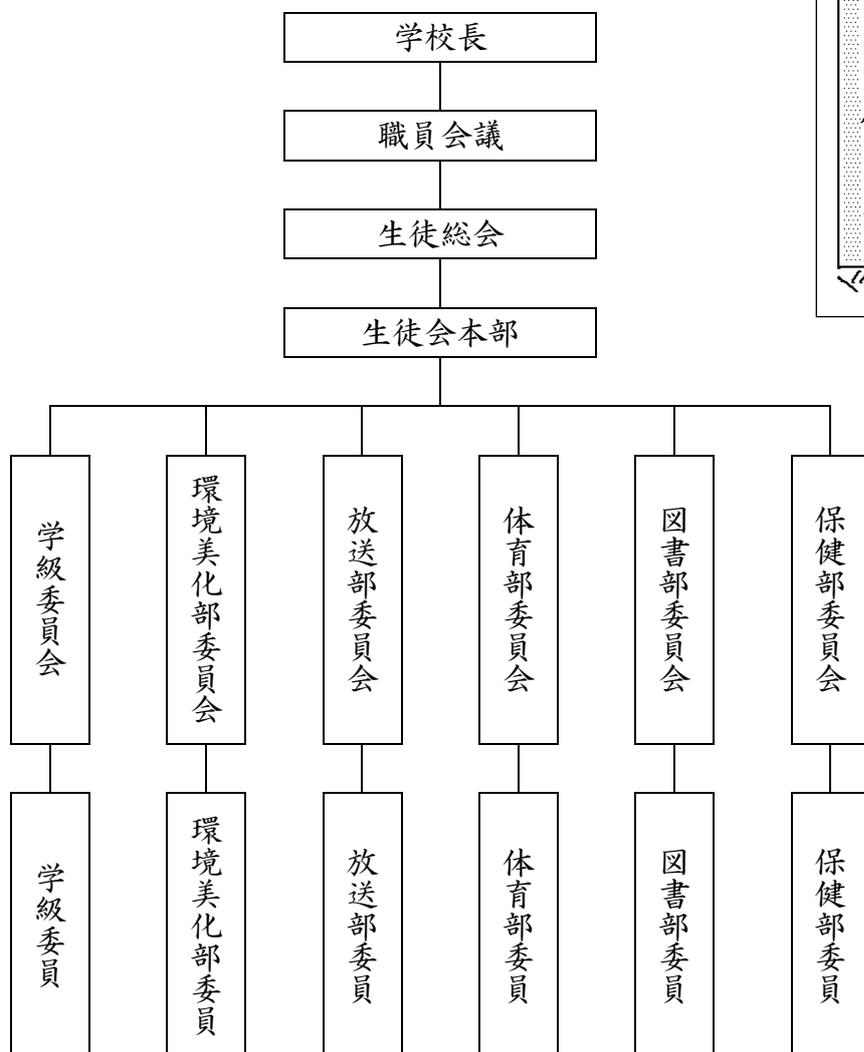
生徒会活動について

生徒会は小学校での児童会にあたります。生徒会長を中心に本部役員会があり、全校規模での各種委員会があります。これらのメンバーはすべて、生徒会のリーダーです。各学級には、学級委員を中心に班長会があります。この人達もやはり生徒会のリーダーです。

この生徒会は南中生全員でつくられた一つの「集団」であり、生徒会会則や総会（全生徒が参加する集会）で決めた目的と組織を持っています。

ところで、集団には、その目的に応じて、それにふさわしい指導者（リーダー）が必要です。集団には、いろいろな考えを持っている人達がいるので、集団が一つの行動を起こそうとしたとき、それをまとめていったり、先頭に立って行動してくれたりする人が必要です。例えば、遅刻や生活の問題を含めた学年、学級の課題について考えたり、取り組むときには学級委員会が中心となり増す。校内美化活動に取り組むときには環境美化部委員会などが中心となって活動します。

1) 生徒会の組織図



※2 学期に給食が始まると委員会に変更が生じる可能性があります。

2) 生徒会役員の選出

- ① 生徒会本部役員については、会長1名を含む6名が選挙で選出されます。
- ② 任期は1年で、10月頃に改選されます。

3) 委員会の役割とねらい

委員会名		役割とねらい
学級委員会	各1名 男女	学級のまとめ役です。学級委員会に出席して学級の意見をみんなのものにするために活動します。また、学年リーダー会に所属し、学年の仕事をします。決定したことに責任を持ち、取組の先頭に立ちます。学校生活を規律正しいものにしていけるようにする取組も行います。
環境美化部 委員会	各1名 男女	学校での生活環境をよくするため、教室や校舎内外を美しくするための活動を行います。週に1回、掃除時間に教室のゴミ捨ても行います。
保健部委員会	各1名 男女	みんなが健康管理を自ら進んでできるようにするために活動します。毎朝の健康観察・キャットレッチを中心となって行います。
体育部委員会	各1名 男女	体育大会などの体育的行事で全生徒の中心となって取り組み、運営する活動を行います。また、日常の体育の授業の連絡・準備運動の中心となって行います。昼休みの体育館開放の当番も行います。
図書部委員会	各1名 男女	図書室を全生徒に使用してもらい、みんなにたくさんの本を読んでもらう活動を行っています。そのために本の整理整頓、貸出など読書しやすく借りやすい環境づくりに努めています。また、新しい図書の紹介なども「図書だより」により行っています。
放送部委員会	各1名 男女	昼食時や清掃時、放課後などに計画的に校内放送を行い、よい音楽を流したりします。また、体育大会のアナウンスなどを担当します。

4) 学級の係

各教科の係等、よりよい学校生活が送れるようにクラスに様々な係をおきます。これらの係にも積極的に立候補しましょう。

学級の係には次のような係があります。

- ① 運営
 - ・ 議長（男女各1名）： 終学活の運営と学年リーダー会に所属します。
 - ・ 号令： 活動の始まりと終わりにメリハリをつけます。
- ② 教科係
 - ・ 国語、社会、数学、理科、英語、音楽、美術、技術、家庭などがあります。