

生徒のみなさんへ

令和8年度 旭丘中学校 生活&学習の心得



いつでも確認できるように
保管しておきましょう。

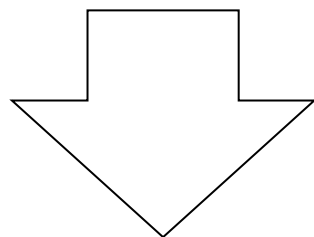
()年()組()番
氏名()

学校教育目標

心豊かに、たくましく

目指す生徒像

- 互いの良さを見つけ、認め合い、「つながり」を大切にする心豊かな生徒
- より良い人生や社会を他者と協働して創造しようとする生徒



先生たちが旭丘中学校のみんなに願う姿

**自ら課題解決できる力を身に付け、
自分の将来や社会に生かすことの
できる姿**

～1日の流れ～



登校

- ◇交通ルールを守って登校しましょう。
- ◇8:20までに登校しましょう。
- ◇8:20のチャイムの鳴り始めからあとは遅刻です。
- ◇8:25から朝読書が始められるように準備をします。
- ◆交通事故防止のため、自転車通学は認めていません。
- ◆登校中に昼食を買うため店に行くことは認めています。それ以外の寄り道や買い食いは認めていません。
- ◆学校へ行くときは学校が指定している服装で登校しましょう。

遅刻・欠席・早退

- ◇遅刻・欠席・早退をする時は、必ず保護者の方に学校に連絡(原則:すぐーるを使用)してもらいましょう。
- ◇朝学活が終わってからの時間に遅れて登校したときは、まず職員室に行って先生に報告しましょう。
そのあと、指示を聞いてから教室へ向かいましょう。
- ◇早退するときは、まず担任や学年の先生と相談しましょう。
家に着いたら学校に「いま家に着きました」と連絡をしましょう(帰宅報告)。

朝読書・朝学活

- ◇8:20～8:25...提出物、朝読書の準備をし、静かに読書を始めましょう。
- ◇8:25～8:35...朝読書(10分間)
 - 着席して、静かに本を読みましょう。マンガや教科書ではなく、自分で持ってきた本を読みましょう。
 - 本を忘れたら、学級文庫の本や、図書室で借りた本を読んでもかまいません。
- ◇8:35～8:40...朝学活
 - 健康観察や、提出物の回収などを行います。
 - 一日の連絡や、学校生活の注意などの話もあります。しっかり聞きましょう。
- ◇8:40～8:45...1限目の準備や移動。8:45から最初の授業が始まります!
- ◆特別な事情で貴重品やお金を持ってきた場合は、登校したときに職員室へ行って先生に預けましょう。
預け忘れたら、朝学活で担任の先生に相談しましょう。

授業

01 整える

まず机の上・中・横・周りを整えましょう。
必要なものは準備されていますか？ 宿題などの提出物はそろっていますか？ いらぬものはカバンにしまい
ましたか？ ゴミは落ちていませんか？ 机やイスは縦横
きれいに並んでいますか？ 服装は整っていますか？ 心を落ち着かせて、学習する
姿勢を整えましょう。授業は一人で受けるものではありません。クラスの仲間と先生で
作り上げるものです。周りを見て、声かけをして、協力して環境を整えましょう。



02 学ぶ

授業の始まりと終わりには号令をかけて、けじめ良く元気にあいさつします。
「何を学ぶんだらう？」という興味と「今日は〇〇を頑張るぞ」という見通しをもって、
粘り強く取り組みながら、「なぜ？」の気持ちを大切に、考えることを楽しみましょう。
また、失敗を恐れずどんどん挙手し、発言し、発表し、質問をしましょう。失敗は成長の
もと！ それに、たくさん意見が出た方が授業は面白くなり、考えも深まります。だから、
仲間の意見はとっても大事！ 考え方の違いや共通点を見つけて、考えを広げたり、
新たな方法を一緒に探したりして、「みんなと一緒に学ぶことでしか得られないこと」
に出会いましょう。

03 振り返る

授業の最後に、めあてを達成できたか、「できたこと」「分からなかったこと」
「どんなふうに考えたか」「どんな場面に活かせそうか」などを振り返りましょう。
すると、次の学習の実りが多くなります。さらに、他の教科とのつながりも意識できれば、
より使える知識となり、新たな考えを生み出すことにもつながります。

04 ノート ファイル

各教科の先生がベストな方法を伝えてくれます。それに加えて自分なりの工夫をし
て、自分の学びを支える“自分だけのノートやファイル”ができあがります。先生の強調
している言葉はメモ！ 貼るプリントはすぐ貼る！ ワークシートはすぐファイルにとじる！

<メモの工夫> ページの右側をメモ欄に。自分だけのメモマーク。メモは斜めに書く…
などの工夫をしてみましょう。もう一歩先の大切なことを確認できたり、よりハッキリと
覚えたりできます。また、聞く力・書く力もきたえられます。

※使う色は3色程度で。(教科によってことなる。)色の使い分けルールを決める。

※文字は丁寧に書く。字の乱れは心の乱れ、思考の乱れ。

※余白を十分にとると、見やすくなる。付け足しもできる。授業のポイントも思い出せる。

※プリントを貼ったりファイルにとじたりするときは、後回しにしない。そしてきれいに！

ハサミで切った残りもちゃんと捨てる。机の上をきれいに、教室の中もきれいに。

05 宿題連絡板

クラスの教科係は、教科担当の先生が伝える“宿題”を「宿題連絡板」に、
“次の連絡”を「背面黒板の連絡欄」に忘れず書きましょう。これらを、
終学活で教科係からクラスの仲間としっかりと伝えましょう。忘れ物をなくし、
提出物の期限をみんなで守りましょう！

休み時間

◇次の授業の準備や着替えをしましょう。トイレも時間内にすませましょう。

◇特別教室にも時間内にすみやかに移動して、ベル着を守りましょう。

◆遊ぶ時間ではありません。

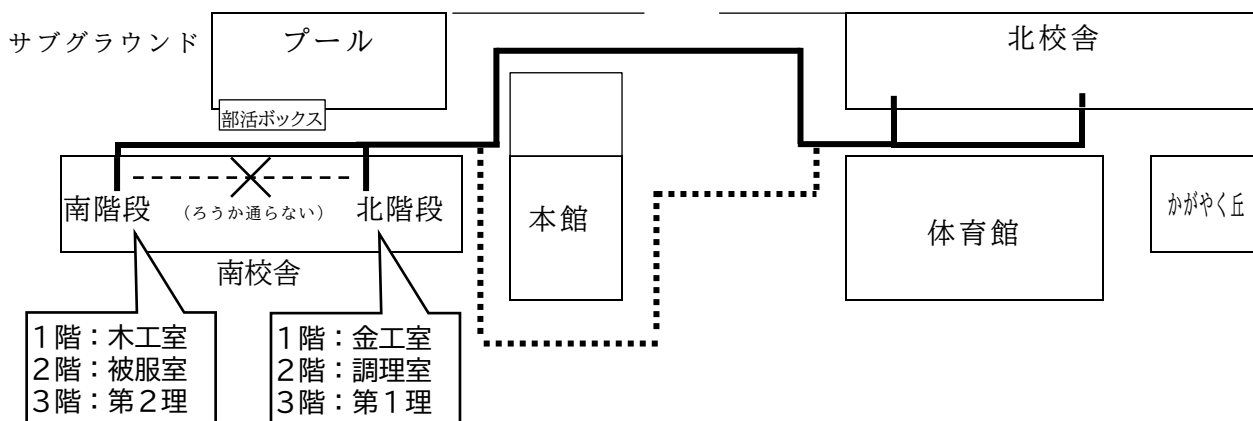
◆他教室への出入りは禁止です。

◆他学年のフロア(ろうか)も、必要がないかぎり通りません。

◆他教室や他学年のフロアに行く用事のあるときは、その学年の先生に相談しましょう。

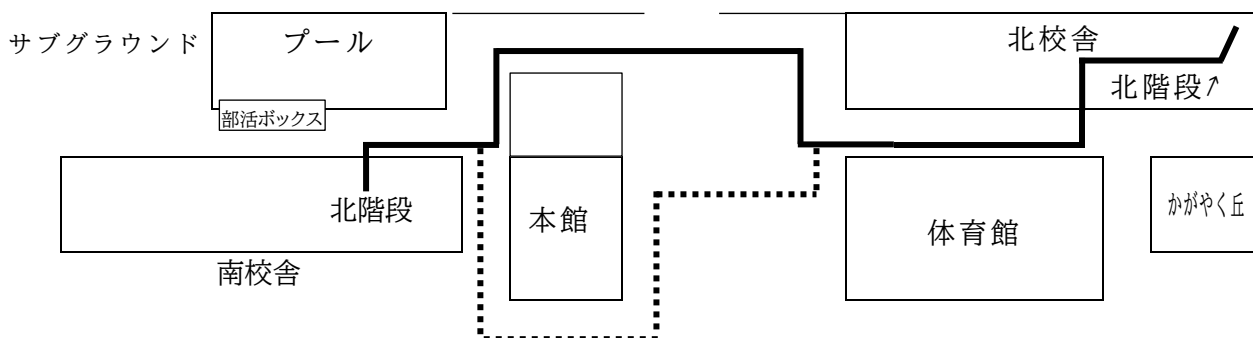
教室の移動ルート

【1・2年生の移動のしかた】



◇1・2年生が南校舎の「金工室」「調理室」「第1理科室」へ行き来するときは、プール側の出入口と“北階段”を通りましょう。南校舎の「木工室」「被服室」「第2理科室」へ行き来するときは、サブグラウンド側の出入口と“南階段”を通りましょう。

【3年生の移動のしかた】



◇3年生が北校舎の「いきいき交流ルーム」「共同作業室」「第1・第2美術室」「第1・第2音楽室」などへ行き来するときは、外側から北校舎中央の出入口を通り、“北階段”を使いましょう。

◆雨の日は、北校舎や南校舎の1階フロアを歩いて目的の教室へ行き来しましょう。ただし、他教室や保健室などの前を通ることになるので、静かに、すみやかに通ること。

◆北校舎の北階段は注意してください。(暗く、足元がすべりやすいため)

昼食

- ◇4限目のあと、昼休みまでが昼食時間です。(20分をめぐり一旦ごちそうさまをします。)
- ◇昼食は、基本的にお弁当か給食です。
- ◇水分補給にお茶や水を持ってきてもかまいません。
 - ※スポーツドリンクについてはその都度、指示します。(例: 体育祭、部活動等)
- ◇給食当番は、すみやかに配膳室へ給食を取りに行きましょう。
- ◇全員がそろってから「いただきます」の号令で食べ始めましょう。
- ◇ゴミは自分で持ち帰りましょう。
- ◇昼食終了のチャイムが鳴るまでは着席しておきましょう。
- ◇終了のチャイムで「ごちそうさまでした」の号令をし、片付けをしたり、牛乳パックを洗ったりしましょう。
- ◆お菓子などの持参は認めていません。まよったときは先生に相談しましょう。
- ◆家の事情でお弁当を用意できないような緊急のときは、昼食を買って登校してもよいです。買うものは基本的に衛生上の問題も考慮して、「パン」「おにぎり」「紙パック飲料」「お茶・水のペットボトル飲料」としています。
- ◆体調の関係などで食べ物の相談が必要なときは、必ず先生に話して指示をよく聞きましょう。
- ◆昼食を家に忘れても、勝手に取りに帰らないこと。先生に伝えて、家に連絡をしてもらいましょう。
- ◆昼食を買い忘れた場合も同じです。勝手に買いに行かず、先生に相談しましょう。
- ◆おはしを忘れたときは職員室に行き、割りばしを借りましょう。新しいものを必ず返すこと。
- ◆回し飲みや、ご飯やおかずの交換はせず、作ってもらったものを大切に食べましょう!

昼休み

- ◇外遊びはグラウンドでできます。
- ◇学級ボールはグラウンドで使いましょう。ルールを守り、ゆずり合って遊びましょう。
- ◇担当の先生がいる日は、図書室が利用できます。
- ◆グラウンド以外は危ないので、勝手に入ったり遊んだり走り回ったりしないこと。
- ◆トラブル防止のため、他教室や他学年のフロアには行かないこと。



【注意すること】

駐車場、体育館とその周り、本館の周り、校舎の出入口の近く、校舎裏などは、物が壊れたり、ケガをする人がいたりして危険です。遊び場所のルールは守りましょう。

下校準備

- ◇最後の授業が終わったら、10分間で下校準備をしましょう。
- ◇当番の生徒は、10分間のはじめに職員室まで配布物を取りに行き、クラスで配布しましょう。
- ◇次の日の連絡ごと、宿題、持ち物、行事や取り組みなどをフォーサイト手帳に記入しましょう。
- ◇授業で使うものは、ロッカーに置いておくことができます。
- ◆机の中には、朝読書の本や、机の中に入れる指示のあるものだけ入れられます。そうじをする人のために、机は軽くしておきましょう。

終学活・スケジュール管理

【終学活について】

- ◇一日の振り返り、明日の予定、連絡ごとなどの確認をします。
- ◇班長を中心に、フォーサイト手帳のチェックも行います。
- ◇教科係の人は、「宿題連絡板」や「背面黑板」に書いたことをみんなに伝えましょう。
- ◇制服で参加します。ただし、最後の授業が体育で、体操服で部活動をする場合は、着替えず体操服の姿で参加してもかまいません。
- ◇終学活終了のチャイムが鳴るまでは、自分の教室で待ちましょう。
- ◆終学活も大切な学級活動の一つです。部活動のユニフォーム姿で参加することや、冬に防寒着を先に着ておくことは認めていません。一日の終わりをしっかりとしめくくりましょう。

【フォーサイト手帳のチェック活動】

- ① 終学活前の10分間で「集配物の配布」・「下校準備」・「手帳の記入」をしましょう。
- ② 終学活にて、日直の班長が「手帳を出してください」と呼びかけ、全員机の上に出します。
- ③ 班長を中心に、班ごとに書いているか確認します。できていなければ早く記入すること。
- ④ 班のメンバー全員が完了できたら、班長は担任の先生に報告しましょう。
- ⑤ 日直の班長は、終学活に戻るときに「手帳は持ち帰り、次の日も持参する」ことを呼びかけましょう。



そうじ

- ◇終学活のあと、担当の班で15分間、清掃活動を行います。
- ◇教室掃除と特別掃除の2か所を、担当の班で分担して進めましょう。
- ◇集めたゴミは、校舎入り口にあるゴミ袋に分別して捨てましょう。
- ◇全員集合して、担任の先生か、担当の先生にそうじ終了を伝えます。
その先生に解散の確認をもらってから解散します。
- ◆用事や部活動があっても勝手に帰らないこと。事情があるときは担任の先生に相談して、指示をよく聞きましょう。



定期テスト

【テスト勉強の進め方】

- ① テストの日にちや、各教科の出題範囲をおさえましょう。
- ② 現実的で具体的な目標を立てましょう。(数学で90点とる! 英語ではスペルミスをしな! など)
- ③ 目標を達成するために何をするのかを明らかにします。計画通りに進まないことも考えて、ゆとりをもたせながら考えましょう。
- ④ 途中でよりよい勉強のしかたに変えながら、目標達成に向けて頑張りましょう!

【テストで力を発揮するために】

- ◇テストには制限時間があり、成績や進路がかかっているため緊張感もあります。その中で、自分の努力を100%発揮できるよう、ふだんからコツコツと頑張りをつ積み重ねましょう。
- ◇時間を決めて、集中して宿題に取り組みましょう。限られた時間の中で力を発揮する練習になります。
- ◇体調管理をしっかりと行い、万全の体調でテストに臨めるよう、毎日規則正しい生活を送りましょう。テストの日の遅刻や、途中で退室する等がないよう自己管理しましょう。
- ◇日頃から忘れ物をせず、机や荷物の整理整頓をして、より良く学べる環境づくりを心がけましょう。

テスト受験時の諸注意

- | | |
|---|---|
| 1. 座席は名簿順。 | 9. <u>質問、体調不良、落とし物などは静かに手を挙げる。</u>
勝手に拾うと不正行為となるのでしないこと。 |
| 2. 最初と最後は号令、挨拶を行う。 | 10. 解答用紙は机の真ん中に置いて解答する。 |
| 3. <u>机の中は空にする。</u> | 11. 終了後、各列の後ろから名簿順になるよう素早く集める。その間は一切喋らない。集めている人以外は立たない。 |
| 4. <u>机の上はシャーペン、鉛筆、消しゴムのみ。教科により定規等。シャー芯ケース、下敷きは不可。ひざ掛け等も使用不可。</u> | 12. 先生の指示があるまで、静かに自分の席で待つ。 |
| 5. カバンは教室の前後にふたを閉めて置く。 | 13. 余った時間は、寝たりせず見直しをして有効に使う。 |
| 6. 配布するテストは裏向け、または指示通りに机に置く。 | 14. 不正行為は絶対にしない。 <u>(紛らわしい行為は全て不正行為)</u> |
| 7. 先生の指示で始め、先生の指示で終わる。 | |
| 8. <u>氏名はチャイムが鳴ってから、フルネームで正しく書く。</u> | |

◆不正行為(カンニング、うたがわれる行動など)は絶対にしてはいけません。

→私語、周りを見る、テスト返却後に改ざんする、なども不正行為です。

◆時間があっても落書き、居眠り、勝手に動く、などはしてはいけません。

◆不正行為があったとき、テストが全て無効となる場合があります。



評価・成績

◇9教科の評価 … “3つの観点”で「A」～「C」の評価がつきます。それらをもとにして、「1」～「5」の“5段階評価”がつきます。

◇9教科以外 … 「道徳」「総合」「特別活動」は、文章で評価が書かれる“記述評価”です。

◇一年間の成績は、“1教科につき5点満点” × “9教科” = 45点満点 となります。

◇中学校の3年間で、“45点満点” × “3年間” = 135点満点 となります。

◇高校入試では、この“45点満点”や“135点満点”の成績が使われます。

◇1学期・2学期の成績は、一年間の途中経過の成績です。3学期に渡される成績が確定版です。

服装・頭髪・持ち物などに関するルール

<p>基本的な 約束ごと</p>	<p>◇制服を正しく着こなしましょう。 ◇制服以外のものは、制服に合うものを選びましょう。 ◇式・行事・集会などでは、場面にふさわしい着こなしや身だしなみを整えましょう。 ◇事情があるときや、分からないときは必ず先生に相談して一緒に考えましょう。</p>
<p>身だしなみ</p>	<p>◇学校生活に必要な化粧（メイク全般）や装飾はやめましょう。 ◇自分や他人の体を傷つけたり、汚したりする身だしなみは認めません。</p>
<p>制服</p>	<p>◇学校指定の制服（ブレザー・シャツ・スラックス・スカート）を正しく着ましょう。 ◇夏服・冬服は、気温や体調をふまえて自分で判断しましょう。ただし、正しい着こなし方や身だしなみを整えましょう。</p>
<p>肌着</p>	<p>◇カッターシャツの下に肌着を着るときは、無地のもので、カッターシャツに合うものを正しく着ましょう。部活動の服（部活Tシャツなど）も同じです。 ◇式・行事・集会などでは場面にふさわしいシャツや肌着を正しく着こなしましょう。 ◆体操服の半袖シャツを肌着として着用してもかまいません。しかし、体育の授業の後には別の肌着を用意するなどの工夫をしましょう。 ◆カッターシャツからはみ出る服は、肌着としてふさわしくありません。</p>
<p>セーター ベスト カーディガン</p>	<p>◇肌着・カッターシャツ・ブレザーを着てもまだ寒いときは、学校指定のセーターやベスト（無地の紺・黒・グレー・白）を着て体温調節をしましょう。 ◇学校指定のセーター・ベストと同じような色や形で、制服の着こなし方に合うものであれば、私物のセーター・ベスト・カーディガンの着用が可能です。 ◇セーター・ベスト・カーディガンはブレザーの下に着ましょう。 ◇式・行事・集会などでは場面にふさわしいものを正しく着ましょう。 ◆柄入りの服、カッターシャツの襟が隠れる服、装飾がついている服、ブレザーのすそやそでからはみ出る服などは認めていません。 ◆ブレザー無しの活動は、学校内のみ可能です。</p>
<p>靴 靴下</p>	<p>◇学校生活の中での運動・活動に適した靴や靴下をはきましょう。 【望ましくない靴の例】…ブーツ、インヒール、ローファー、大きすぎる靴など。 【望ましくない靴下の例】…ニーハイソックス、ルーズソックスなど。 ◇式・行事・集会などでは、場面にふさわしい靴や靴下を正しく着ましょう。 ◆防寒のためにストッキングやタイツを着てもかまいません。しかし、制服の着こなし方として合うものを正しく着ましょう。</p>
<p>防寒具 防寒着</p>	<p>◇マフラー・手袋・防寒着は防寒用として着用し、登下校のみとする。 ※昼休みのグラウンドでの使用は状況によって可 ◇朝学活・終学活では必ずとる。 ◇特別な事情のある場合は、教職員に相談して指示を聞くこと。 ◇ひざかけは授業で使ってもかまいません。式や集会では指示を聞きましょう。 ◆防寒具・防寒着は、制服の着こなし方に合うものを正しく身に付けましょう。 【望ましい防寒着の例】…部活動着・コート・ジャンパー・ダウンジャケットなど。</p>

帽子	<p>◇気候に合わせて、登下校のときに使ってもかまいません。</p> <p>◇授業などでも外の活動のときに指示する場合があります。</p>
ベルト	<p>◇スラックスをはくときはベルトをしめましょう。</p> <p>◇制服の着こなし方に合うものを正しく身に付けましょう。</p> <p>【望ましくないベルトの例】…高価なもの、華美なもの、金属ばかりのもの、極端に細い／長いものなど。</p>
登下校	<p>◇必ず制服を着ましょう。</p> <p>◇先生から服装の指示がある時は、内容をよく聞きましょう。</p> <p>◇再登校・休日・長期休業の部活動の時は、部活着で登下校できます。</p>
体育の授業	<p>◇学校指定の半そでシャツ・ハーフパンツ・ジャージ上下を正しく着ましょう。</p> <p>◇体育館は土足厳禁です。体育館シューズをはいて活動しましょう。</p>
頭髪	<p>◇活動に適している髪型や、学校生活にふさわしい髪型が望ましいです。</p> <p>◆学校での活動をさまたげるような髪型や、学校生活においてふさわしくない奇抜な髪形はやめましょう。</p> <p>【望ましくない髪型の例】…一部分だけを刈り上げる、ラインを入れる、長さに差が出る髪型など。パーマ・染毛・脱色、整髪料の使用など。</p> <p>◇ゴムひもや髪留めは、髪をとめるために使いましょう。また、自分の髪に合う色のものを選びましょう。</p> <p>【望ましくないゴムひも・髪留めの例】…目立つもの、装飾が目的のもの、活動をさまたげるものなど。</p>
持ち物	<p>◆学習に関係のないものや、学校生活に必要なのないもの、危険なものを持ってくることは認めていません。</p> <p>【認められないものの例】…カードゲーム・ボードゲーム・携帯ゲーム機・雑誌・アクセサリ・カッターナイフなど。</p> <p>◇防寒のために使い捨てカイロを使ってもかまいません。しかし、必要のない場面で使ったり、遊んだり、学校に捨てたりしないこと。</p> <p>◆携帯電話は学習・学校生活に必要ありませんが、事情がある場合は、必ず先生に相談しましょう。生徒・保護者・先生で話し合って決めます。</p>
腕時計	<p>◇必ず持ってくる必要はありません。</p> <p>◇時計としてのみ使用し、時計以外の機能はオフにしておきましょう。</p> <p>◆高価なものや、華美なものは身に付けず、自己管理をしましょう。</p> <p>◆貴重品です。トラブル防止のため、貸し借りは禁止しています。</p> <p>◆スマートウォッチ類(多機能・通信機能つき)は認めていません。</p>
落とし物	<p>◇本館1階の階段の横の「落とし物BOX」で探してみましょう。</p> <p>◆勝手に取らず、必ず職員室の先生に声をかけましょう。</p>
制服の購入	<p>◇学校指定の服装を買いたいときは、職員室で注文用紙がもらえます。</p> <p>◇ブレザーのボタンは、大小ボタン60円、裏ボタン10円です。(職員室にて販売)</p>

～授業以外の活動～

式・集会

◇男女とも名簿順で並びます。代議員は先頭に、生活委員は最後尾に並びます。

◇体育館では体育館シューズをはきましょう。

◇式・行事・集会では、場面にふさわしい着こなしや身だしなみに服装を整えましょう。

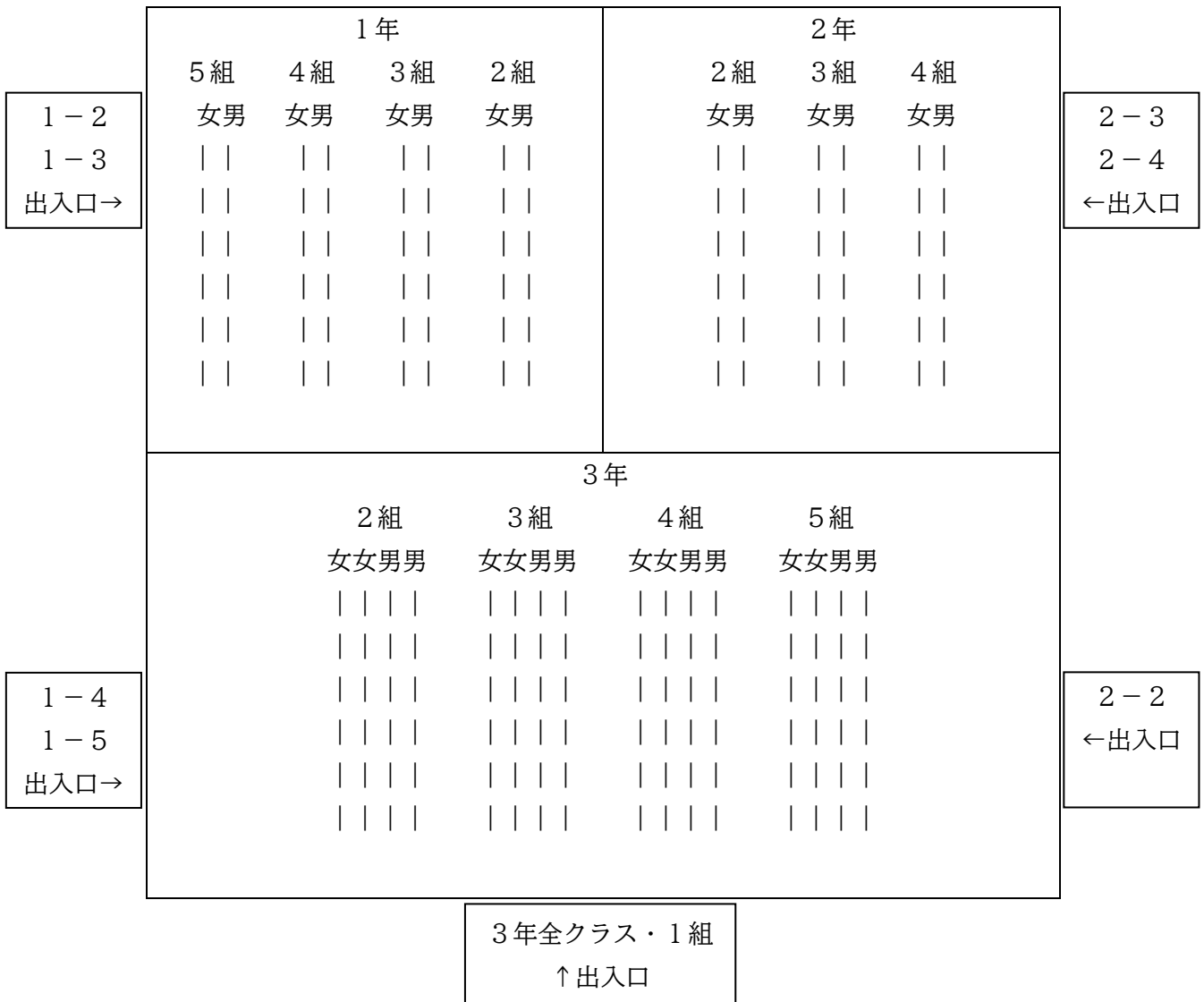
【注意】…スカート丈、ブレザーのボタン、靴下、ブレザーなどは整え忘れが多いです。気をつけましょう。

◇防寒着や防寒具（ひざかけなど）の使用は、気候や環境によって指示を出すのでよく聞きましょう。

◇移動時は整列して移動しましょう。

【全校集会の集合隊形】

ステージ



委員会活動

- ◇生徒会本部・代議員・生活委員・美化委員・保健委員・文芸委員があり、学校をより良くするために活動しています。積極的に参加しましょう!
- ◇毎月1回、代議・専門委員会が行われます。特別な指示がなければ、制服で参加します。
- ◇代議・専門委員会の活動中、委員ではないが部活動に入っている生徒は、約30分間の校内清掃活動「クリーンデー」を行います。
- ◇次の日の朝読書は、各クラスで「委員会報告」を行います。各委員は準備をしておきましょう。

部活動

- ◇部活動ごとに決められた更衣場所で着替えてから活動に参加しましょう。
- ◇欠席・遅刻・早退をする場合は、先生やキャプテンなどに必ず連絡しましょう。
- ◇完全下校の15分前に活動を終わり、片付け・着替え・下校準備をしましょう。
- ◇登下校では、交通ルールを守り、寄り道などせず、まっすぐに行き来しましょう。
- ◇入部届や退部届は、担任の先生から受け取りましょう。
- ◇卒業するその日まで、仲間や先輩・後輩と一緒に協力し、やりとげられるように頑張りましょう!
- ◇感染症対策のため、活動が制限される場合があります。指示をよく聞き、正しく行動しましょう。



【更衣場所】

≪放課後 活動スタート時≫ ※着替えが終わったら、荷物を持って活動場所へ	
男子:各学年の学習室 水泳部男子:金工室(プール使用期間) 美術部男子:美術準備室	女子:体育館2階 更衣室 水泳部女子:木工室(プール使用期間) 美術部女子:第二美術室

※体育館2階更衣室→左側の更衣室は卓球・女子バスケットボール・陸上 右側:女子バレーボール・野球 サッカー

≪放課後 活動終了後≫ ※特別な事情がある場合は、各部顧問より指示を出します。	
男子:図書館棟1階 柔道室 水泳部男子:金工室(プール使用期間) 美術部男子:美術準備室	女子:体育館2階 更衣室 水泳部女子:木工室(プール使用期間) 美術部女子:第二美術室

※汗をかいている場合は、必ず着替えを行い、体調管理に気を付けましょう。

- ◇更衣場所は綺麗に使いましょう。
- ◇土や砂・よごれ・ゴミなどは、自分たちで協力して、その場でそうじしましょう。
- ◇最後に更衣場所から出るときは、照明を消し、戸じまりをして出ましょう。

