

# チーム文花中 だより

墨田区立文花中学校

令和8年3月3日(火)

〒131-0044 墨田区文花1-22-7

TEL: 03-3617-0264・0265

<https://www.sumida.ed.jp/bunkachu/>

## 勉強ができるようになるコツは？

校長 遠藤 博則

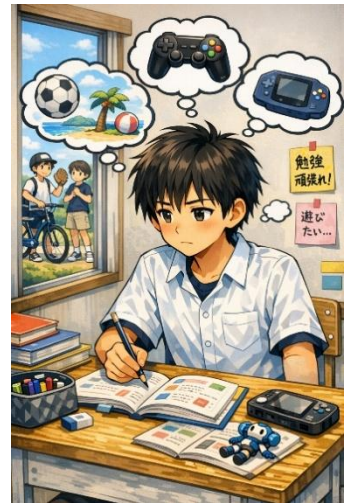
2月2日・3月2日朝礼講話

今回のお話しの目的も「皆さんの**自己実現**(なりたい自分になること)へのアドバイス」です。

今日のお話しの参考にしたのは、**榎本博明**さんが書かれた「**勉強ができる子は何が違うのか**」という本です。この本を参考にしたお話は昨年度も2回しており、令和6年12月・令和7年1月のチーム文花中だよりに内容を載せています。2月2日は前年度のお話の復習を、3月2日はメタ認知的知識について話しました。その要旨をまとめました。

【2月2日の内容】

勉強や運動などができる子どもとそうでない子どもの大きな違いの一つは、**非認知能力が高いか**そうでないかです。非認知能力とは、テストで測れない力のことで、自分をやる気にさせる力、忍耐強く物事に取り組む力、集中力、我慢する力、自分の感情をコントロールする力などの**自己コントロール力**や、協調性、コミュニケーション力などの**社会性**がその代表です。**勉強ができる子どもは自己コントロール力が高く、自分の理解の状態を把握するメタ認知力が高いです。**また、メタ認知には、**メタ認知的知識**と**メタ認知的活動**があり、メタ認知的活動はさらに**モニタリング**(把握)と、**コントロール**(調整)があります。



【3月2日の内容】

今回は、中学生に役立ちそうなメタ認知的知識(どうすればいいか)を紹介します。

①スマホが気になって勉強に集中できない

勉強する時間を決め(例:午後7時から8時半)、連絡が来そうな友人に「この時間は勉強するから電源切る」と伝えて電源を切る。また、それでもきになってしまうときは、家族に預ける。

②やる気が出ない

やる気より習慣。やる気が出なくても机に座って作業を始めると集中できることも。

③暗記が苦手

声に出して、手を動かして(なるべくたくさんの脳の部位を働かせる。また、人に説明するのも効果がある。寝る前の1時間~15分は記憶のゴールデンタイム。この時間に暗記したい勉強を。

# 2年スキー移動教室

2月5日から7日、長野県のよませスキー場にて2年生のスキー移動教室を行いました。はじめは慣れないスキー板に苦戦するようすも見られましたが、班のメンバーで声を掛け合い、インストラクターの話をよく聞いて練習し、3日間で見違えるほど上達しました。休憩時には雪遊び、夜はレクリエーションととても充実した3日間でした。



## 食育の取り組み

今年度1学年夏休みの宿題「バランスの良いメニューを考える」の優秀作品が給食の献立として出されました。どのメニューも栄養バランスがととてもよく、「野菜がたっぷりとれる」、「まごわやさしいがほぼそろっている」など工夫されたメニューでした。



### <3月の行事予定>

- 2日(月) 全校朝礼、安全指導、
- 3日(火) ②～⑥ESAT-J(1・2年)
- 4日(水) 各種委員会、TGG前日指導(2年)
- 5日(木) TGG(2年)、  
卒業遠足前日指導(3年)
- 6日(金) 卒業遠足(3年)
- 7日(土) 数学検定
- 9日(月) 学年朝礼、中央委員会
- 10日(火) 球技大会(3年)
- 11日(水) ⑥授業あり(16日⑥カット分)
- 13日(金) 学校運営協議会(18:30～)
- 16日(月) 生徒会朝礼、①全体練習、  
②③卒業式予行、④全校集会、  
⑥カット、職員会議
- 18日(水) 全体練習、⑤⑥カット(3年)、  
⑤⑥卒業式前日準備(1・2年)
- 19日(木) 第27回卒業式
- 20日(金) 春分の日、夜間卒業式
- 23日(月) 小学校卒業式、⑥カット、  
保護者会(1・2年)
- 24日(火) ⑤⑥美化活動
- 25日(水) ①修了式、②休業日前指導、③離任式、  
職員会議、⑤⑥カット
- 26日(木) 春季休業日始(4/5まで)

### 【文花中生の活躍】

- 第67回水道週間作品  
コンクール
- ・ポスターの部 佳作  
1年 2人
- ・作文の部 佳作  
1年 4人  
2年 5人
- 墨田区人権作文 墨田区代表  
「自分らしさは誰かの勇気になる」  
2年

