



# 柏の葉だより

## ＜学校教育目標＞

学ぶ楽しさを知り  
生きる喜びが分かる  
心身ともにたくましい生徒の育成

学校だより 2025第2号

4月21日発行

市川市立第五中学校  
校長 岡 良和

☆スマホで見やすいレイアウトに変更しました☆

## 部活動の節目

### 4ヶ月×7つの節目=全28ヶ月

1学年の仮入部活動が始まり、部活動の活気が増しています。日々の生活リズムや先々の中学校生活をイメージし、『マイ部活』を豊かなものにしましょう。

運動部を例にすると、3学年の総体(県大会につながる総合体育大会)が、中学校部活動の大きな節目です。

下の表のように、1学年の4月から数え、3学年の総体まで活動する期間は、「28ヶ月間」となり、4ヶ月ごとに7分割すると、学年・月ごとに「今、自分たちはどのあたりにいるか」「次のステージは

何か」が、見えやすくなります。

2学年の今は、学年が上がったばかりですが、中学校部活動の「7分の4」折り返しの時期にあたり、3学年は、すでに「7分の7」最後の節目となる4ヶ月間、ラストスパートが始まっています。

個々の技術練習・体力トレーニングの成果が表れるのは、一説によると3~4ヶ月後と言われます。武道でも「夏場の暑中稽古の成果は、寒くなつてから。真冬の寒稽古の効果は、暑くなるころにあらわれる」と伝承されます。

今、取り組んでいる練習・トレーニングの効果で、今日・明日パワーアップす

く新入部から3学年の総体まで> 28ヶ月 = 4ヶ月 × 7分割

1学年			2学年			3学年
4～7月	8～11月	12～3月	4～7月	8～11月	12～3月	4～7月
☆新入部	新人大会 1回目		☆新人チーム スタート 2回目		総合体育大会 3回目	
総合体育大会 1回目			新人大会 2回目			
1/7	2/7	3/7	4/7	5/7	6/7	7/7
1～4ヶ月	5～8ヶ月	9～12ヶ月	13～16ヶ月	17～20ヶ月	21～24ヶ月	25～28ヶ月

るものでなく、技術・体力が身につくまで、ある程度の期間が必要です。楽器・歌唱の演奏技術、イラスト技法の上達についても同様です。先々を見通した練習計画をたてましょう。

また、チームの作戦やフォーメーション、ペアコンビネーションの工夫、合奏・合唱の仕上げなどは、短期間で成果が出せる部分です。今後の練習試合などで『チームの強み』が出せる得意パートを見つけましょう。

## 体育祭の開始時刻を早めます

暑さ対策の一環として、例年より開始時刻を30分早めるとともに、プログラム進行を繰り上げ、一日の暑さのピーク時間帯を避けて競技が終了するよう、運営計画をアップデートします。(詳細日程とプログラムについては別途連絡)

また、五中PTAからテントを借用して救護場所を拡充します。

ご家庭におかれましては、ご理解・ご協力をお願いいたします。

## 夏季服装について

市内中学校では、衛生面と暑さ対策のため、登下校を含む夏季服装は「体操服・ハーフパンツ可」としております。五中では、6月～9月末を目安として柔軟に対応することとしています。

ご家庭におかれましては、お子さまの健康面に配慮され、その日の暑さに合った服装を選んでください。

## 広島平和学習参加生徒募集

8月5日～7日(二泊三日)で、市川市各中学校から、代表生徒1名を選考し、広島市に派遣するイベントが行われます。(交通費・宿泊費は市川市が負担)

募集案内を各学級でお知らせしています。興味・関心がある人は、学級担任と相談し、5月9日までに申し込んでください。

申し込み多数の場合は、学年などを考慮して校内選考ののち代表を決定します。

## 五中ブログ「いいね！」 カウントアップでつながろう

五中ホームページのトップに『五中ブログ』を開設し、学校の日常やお役立ち情報、大会速報等をアップしています。

各記事の『いいね！』ボタンを押してカウントを増やす一瞬には、『共感・支持・応援』の気持ちで学校・家庭・地域がつながり、子供たちの承認欲求が満たされ、自己肯定感が高まる効果を期待しています。

『いいね！』カウントアップをお願いします。

