

中学校の一日って？

目黒区の
教育目標

子どもたちの健やかな成長を願い

- 他人を思いやり、道徳心のある人間
- 自ら学び、考え、行動する、個性と創造力豊かな人間
- 自然を愛し、美しいものに感動する心をもつ人間

の育成に向けた教育を推進します。

登校

～8:25



徒歩で通学します。自転車での通学は禁止しています。バスや電車などを利用することは、場合によって認められています。集団登校はありませんが、安全面からも、できるだけ友達と一緒に登校してください。

授業 (午前)

1校時 8:45～9:35 | 2校時 9:45～10:35 | 3校時 10:45～11:35 | 4校時 11:45～12:35



昼休み

13:05～13:30



校庭で遊んだり、次の授業の準備をしたりと、昼食後の時間を、思い思いに過ごしています。

終学活

15:20～15:30



終学活では翌日の予定の連絡などを行います。

部活動

15:45～18:00



運動部と文化部があります。自分の好きな部活動に参加できます。学年や学級の違う仲間と一緒に、同じ目標に向かって頑張ることは、充実した学校生活を送る上でも大切な時間です。

8:25

8:45

1校時

9:45

2校時

10:45

3校時

11:45

4校時

12:35

13:05

13:30

5校時

14:30

6校時

15:20

15:30

15:45

18:00

18:30

朝学活

8:25～8:40



朝学活は、日直が中心になり、その日の予定などの確認を行います。

【全校集会】 全校生徒が体育館などに集まって、校長先生のお話やお知らせを聞きます。今般の状況からオンライン配信による朝会等も実施しています。

給食

12:35～13:05



栄養職員が、中学生の体の成長に必要な栄養を考えて、旬の食材を使ったバラエティに富んだ献立を組み立てています。食育の観点から、伝統的な食文化に親しみ、それを継承する大切さを学ぶために、日本の行事食や郷土料理、世界の料理を取り入れた献立もあります。

授業 (午後)

5校時 13:30～14:20 | 6校時 14:30～15:20



清掃

15:30～15:45



当番の人が、教室や廊下、階段などを清掃します。

下校

冬～18:00 | 夏～18:30



清掃当番や部活動のない人は、学級活動が終わると下校します。部活動がある場合は、冬は18:00、夏は18:30までには全員が下校します。(学校によって下校時刻が異なります。)

小学校とどこが違うの？

1

教科ごとに先生が変わります。授業時間も50分間になります。(45分授業で実施している学校もあります)

2

標準服があります。学校によって標準服の特徴は異なります。

3

いろいろな部活動があります。運動部と文化部があります。

4

定期考査があります。日頃の勉強の成果を出しましょう。

今までの小学校の友達だけでなく、他の小学校からも友達が進学してきます。小学校と異なる部分もたくさんありますが、分からないことがあれば、先生や上級生に聞いてみましょう。

どんな授業をするの？



国語科

「習得」と「活用」を繰り返し学習することで、日常に生きる「話す」「聞く」「書く」力を身に付けます。また、優れた文章表現をもった作品を「読む」ことで、様々な作品世界に触れ、豊かな感受性を磨いていきます。



社会科

主に第1・2学年で日本と世界の地理と歴史、第3学年で歴史と公民を学びます。公民は、政治や経済、社会の基本的な仕組みを学習します。世界中の出来事に目を向け、広い視野で考える力を身に付けることで、国や社会への参画意欲を高めていきます。



数学科

主に数量分野と図形分野の2つに分けられています。数量分野では文字式、方程式、関数、計算など、図形分野は空間図形、平面図形、作図、図形の証明などを学びます。数学的な思考力・表現力は、合理的・論理的な考え方を養い、知的なコミュニケーションを図る上でも大切な役割を果たします。



理科

「エネルギー」「粒子」「生命」「地球」を柱に学びます。観察や実験を通して科学的に探究する力を身に付けていきます。原理や法則を理解するためのものづくりなどの科学的な体験学習も行っています。



音楽科

みんなで合唱したり、楽器の演奏をしたりして、様々な分野の音楽に触れていきます。音楽を愛好する心や、楽器を演奏する技術の習得を通じて豊かな情操を育てていきます。合唱コンクールなど、その成果を発表する機会もあります。



ココが
Point!



教科は、国語科、社会科、数学科、理科、音楽科、美術科、保健体育科、技術・家庭科、外国語科（英語）、道徳科があります。国語から外国語科（英語）までの9教科は、教科ごとにそれぞれの担当の先生が授業を行います。



美術科

小学校の「図画工作科」に近い学習です。絵画や版画などの平面的なものから彫刻などの立体まで、各分野の美術の基本を学びながら、実際に様々な材料を使って自分が思い描くものを作っていきます。創作の楽しさや創造性をはぐくんでいきます。



保健体育科

生涯にわたって運動に親しめるよう、健康の保持増進・体力の向上を図り、明るく豊かな生活を営む心身を養います。武道とダンスが全校で必修になっています。



技術・家庭科

衣食住やものづくりなどに関する実践的・体験的な学習を通して、家族と家庭の役割や情報・産業などについての基礎的な理解を養います。生活に必要な知識と技術を習得していくことで、社会において自立的に生きる基礎を培います。



外国語科（英語）

教科担当のほかに、ALT（外国語指導員）と一緒に授業を行う時間もあります。英語の「聞く」「話す」「読む」「書く」力を身に付けることは、将来、世界中の人々とコミュニケーションを図る上でとても大切なものになります。



道徳科

生命を大切にする心や他人を思いやる心、善悪の判断などの規範意識や道徳性をはぐくんでいきます。考えたり、話し合ったりしながら、物事を多面的・多角的に考え、自己の生き方についての考えを深める時間です。



区立中学校ではこんなこともしています。



生徒会活動

生徒が自ら作り上げる学校生活

生徒会活動は、全校の生徒を会員として組織し、自分たちの生活をよりよくするために行う活動です。学校の生徒を代表する生徒会役員が、生徒会全体の運営を行い、生徒会の行事を企画したり、自分たちで学校生活のきまり（校則）を作ったりします。また、各委員会の活動では、年間の活動計画に基づき、生徒の力でより良い学校生活の実現に努めています。



生徒インタビュー 第十中学校 生徒

十中生徒会は明るく仲の良い仲間たちが「明日の十中をより良いものに！」という思いを掲げ活動しています。

先生や保護者・地域の方々は私たちに信頼し、支えてくださるので、学校生活を自分たちの力で活気溢れるものにしていくことができます。これからも十中生全員で協力しながら、さらに素敵な学校生活を目指していきたいです。



ボランティア活動

生徒会を中心に社会貢献活動に取り組んでいます

年に数回、PTAや地域の方々と協力して、通学路や学校周辺の道などに落ちているゴミを拾い集める地域清掃を実施しています。朝や放課後の時間帯を利用した地域清掃は、生徒が自主的に参加するボランティア活動として、年々定着してきています。また、生徒会や各学級のボランティア系の生徒が中心となって参加を呼びかけ、全校的な取組としている学校もあります。この活動により、自分たちの住むまちをきれいにする気持ちとともに、地域の一員としての自覚を高め、社会性や思いやりの気持ちなど豊かな人間性をはぐくみます。



生徒インタビュー 第一中学校 生徒

第一中学校には、学校花壇の球根植えや目黒川の桜の掃き清掃のボランティア活動があります。球根植えでは、学校の美化に貢献できたり、生徒や先生方から「ありがとう」と感謝をされたり、とてもやりがいを感じることができます。もし、学校のために「何かしたい」「地域をきれいにしたい」という気持ちがあったら、一度自分で何ができるのかを考えて、積極的に行動しましょう。



区内の小中学校との連携

小学校からつながる教育活動

各中学校区の小・中学校で、「小・中連携子ども育成プラン」を作り、9年間を見通した教育活動を展開しています。児童・生徒の交流としては、小学生の部活動体験や中学生による学校紹介、同じ期間を設定して行うあいさつ運動、教科の学習を一緒に行う体験学習などがあります。また、いじめのない学校を目指すために各小・中学校で話し合ったことを基に、中学校区ごとに話し合う「いじめ問題を考えるめぐろ子ども会議」を行っています。



生徒インタビュー 第八中学校 生徒

小学6年生と中学2年生が、「いじめ」問題について話し合い、活発に意見交換を行いました。自分達で話し合い、「いじめに気づき、適切に動ける力を付けよう」という中学校区のテーマを設定しました。全員が自分事として考え、いじめは恐ろしく、絶対にしてはいけないということを再確認しました。日常の中で、相手の立場に立って考える習慣を身に付けてほしいと思います。



職場体験

第2学年において企業や施設で職場体験を実施しています

働く意義、自己の生き方などを考えるために、第2学年では、3～5日間の職場体験を地域の企業や施設の協力を得て行っています。礼法指導に始まり、電話や訪問によるあいさつ、体験後のまとめ作業や、お礼状の作成、先輩への伝達活動などの事前・事後学習も大切です。

職場体験は、生徒にとって、自己の将来像を考えたり、地域社会への興味・関心を高めたりする良い機会となっています。また、あいさつの大切さや何事にも内容をよく理解して取り組むことの大切さなど、今後の学校生活につながる良い機会にもなっています。



どんな部活動があるの？

運動部（屋外・屋内）

- 運動部には他にも水泳部・ソフトテニス部・ダンス部などがあります。
- 他の学校と合同で活動する部もあります。



文化部

- 文化部には他にも茶道部・囲碁将棋部などがあります。



※ここで紹介した部活動は、すべての目黒区立中学校で活動しているわけではありません。また、学校によって名称が異なったりもします。
それぞれの学校の部活動は、P.32～P.45をご覧ください。

ココが
Point!



運動部と文化部があります。
学級や学年の壁を越えて、共通の興味や目的を持った仲間と過ごす時間は、普通の授業や学校行事とは異なった達成感を味わうことができます。

生徒インタビュー



第一中学校 美術部

みんなで一緒に楽しめる部活です

第一中学校の美術部は、学校行事ごとにポスターを描いています。毎年秋に開催されている「駒場かかしプロジェクト」という地域行事では、美術部全員でかかしを作って駒場野公園にあるケネル田んぼに展示しています。2月の学習発表会では、美術部で制作した作品を多くの人に見てもらっています。美術部の先生や仲間はすごくやさしいです。絵を描くことが得意な人も苦手な人も、みんなで一緒に楽しめる部活です。



第七中学校 卓球部

先輩、後輩と一つの目標に向かっていける

私たち七中卓球部は3年生6人、2年生4人、1年生9人で活動しています。小学校にはない活動日の多さが部活動のポイントだと考えています。そのため、他学年とたくさんの交流が行えます。私たちは夏季大会の団体戦で優勝し、都大会に出場することを目標に日々活動しています。

先輩、後輩と一つの目標に向かっていけるのも部活動ならではの良さです。私たちは全員が中学校から卓球を始めています。先輩やコーチの方の指導のもと、熱心に取り組めばとても上達することができます。



第十中学校 ソフトテニス部

雰囲気明るくてとても楽しい部活です

私たちソフトテニス部は、1年生12人、2年生24人、合計36人で週に4回活動しています。

部員ほぼ全員が初心者からスタートしているので、先輩や後輩との教え合いを大切にしています。練習では、乱打やサーブ練習、試合などを行い、都大会出場に向けて日々励んでいます。

学年関係なく仲が良いので、雰囲気が明るくてとても楽しい部活です！



第八中学校 吹奏楽部

日々お互いを高め合いながら練習に励んでいます

私たち吹奏楽部は、第八中学校と第十一中学校の合同バンドで活動しています。中学校から吹奏楽を始めた部員がほとんどですが、夏のコンクールや学校行事、都立大学駅前や地域のイベントでの演奏に向けて、日々お互いを高め合いながら練習に励んでいます。私にとって、少しずつでも楽器が演奏でき上達する経験が、誇りに思える財産になっています。中学生になる皆さんも、何か夢中になることを見付け、充実した中学校生活を送ってほしいと思います。

どんな行事があるの？

仲間との絆を深め、社会との関わりをはぐくむ

学習発表会や運動会などの学校内で行う行事の他にも、修学旅行や自然宿泊体験教室など学校の外に出て、学校内では味わえない経験をする機会がたくさんあります。仲間との絆を深め、社会との関わりがはぐくまれていきます。

※学校行事は、学校によって異なります。



校外学習



修学旅行



修学旅行



運動会



運動会



自然宿泊体験教室



校内作品展



自然宿泊体験教室



自然宿泊体験教室



校内作品展



学習発表会



合唱コンクール

これから中学生になるみんなに向けて / 先輩からのメッセージ



第一中学校 第2学年

小学校ではできなかった経験を重ね、成長を実感

私は小学生の頃、早く中学生になりたいと思っていました。なぜなら、クラスや委員会、部活動で新しい友達や先生に早く会いたいと思っていたからです。中学校と小学校の学習では、授業内容の濃さや速さが異なり、予習・復習が欠かせません。中学校で始まった部活動の朝練や週末の練習試合などでは時々つらいと思うときもありますが、仲間と励まし合い、協力しながら乗り越えています。小学校ではできなかった経験をたくさん重ね、成長を実感することがたくさんあります。みなさんも、充実した中学校生活を送れることを楽しみにしてください。

仲間と協力することで、楽しい生活を送れています

私は、中学校に入って不安だったのが勉強です。普段の勉強についていけるか、また定期考査が今までなかったやり方だったからです。

ですが、今では自分なりの勉強法も見つけ、日頃から勉強をがんばっています。部活などで苦しいときもありますが、仲間と協力することで、中学校でも楽しい生活を送れています。たくさんの学校行事で他学年と交流することもあるので、中学校での生活を楽しみにしてください。



第七中学校 第2学年



第十中学校 第2学年

目標を持って、学ぶ意欲を持つことが大切

僕が中学校に入学し、小学校との違いを一番感じたことは「学習面」です。中学生になると、定期考査という大きなテストがあり、テスト期間はたくさん勉強をします。普段の授業からしっかり話を聞くことが大切です。テスト期間以外では、友達と元気よく遊び、放課後は部活動に参加したり、習い事や遊びに行ったりと充実しています。

中学校にも様々な行事があります。行事になると学校全体が盛り上がります。運動会や合唱コンクールなどの行事では真剣に、そして全力で楽しんで取り組んでいます。

また中学校では部活動があり、運動部と文化部に分かれています。運動部は大会での良い成績を目指し、文化部は自身の芸術センスを極める活動をしています。中学校と小学校とは異なる点がたくさんあります。大切なのは、目標を持って、小学校でも中学校でも、多くのことを学ぶ意欲を持つことだと思います。

いかに効率よく勉強できるかが重要

中学校での勉強は、9教科それぞれの先生の授業になり、授業スピードも上がるので、復習が大事になります。定期テストは、範囲が広く応用問題もあるので、計画的に準備する必要があります。小学校との違いは部活動です。楽しく活動し、充実した日々を過ごせますが、帰宅時間も遅くなるので、限られた時間でいかに効率よく勉強できるかが重要です。運動会や学習発表会など行事も一つ一つ充実しているので、中学校生活をぜひ楽しんでください！



第八中学校 第2学年