



太田市立尾島中学校

第3学年 学年通信

第19号

〈尾島中プログラムコード〉

希

(きぼう)

七月王



2020年3月12日(木)

心に残る卒業式にするために!!

～生徒諸君、心をひとつに…～

生徒諸君、2日間の後期選抜、御苦労様でした。さあ、今日と明日は、義務教育のしめくりとなる大切な…みなさんにとっては…とても貴重な日々です。そして、この日々がやがて…

「懐かしい友の声、ふとよみがえる 意味もないいさかいに、泣いたあの時 心通った嬉しさに、抱き合った日」となります。2度と戻らないこの時間を大切にしてほしいと願っています。「あ～、あの時に『ありがとう』と言っておけばよかった…」などと後悔することのないようにして下さい。

さて、卒業式におけるポイントを確認しておきましょう。

入場は体育館の中に入り、ポイントまで進みます。前の人がポイントを通過したら、礼をしてゆっくり歩きましょう。

歩くときは美しい姿勢で…

肩甲骨を背中の真ん中に寄せて、天井から頭のてっぺんを糸で吊られているイメージで背筋を伸ばし、あごを引いて、肩の力を抜いて腕を少し後ろにストンと降ろしましょう。下腹にもキュッと力を入れて、お尻の筋肉を締めてください。骨盤を締めるイメージでお尻の筋肉に力を入れることにより、O脚の足も真っすぐになりやすくなります。

入場した後、自分の椅子の前でキョロキョロせず、「気をつけ」しましょう。

気をつけ(きをつけ、英:attention)は直立不動となる人体の姿勢のこと、敬意や集団の規律を表す世界共通のボディランゲージとなっています。

「気をつけ」の姿勢

- 1.両足の踵をつける
- 2.つま先を少し開く
- 3.両膝をつけて伸ばす
- 4.腰を伸ばす
- 5.胸を張る
- 6.あごを引く
- 7.口を閉じる
- 8.真っ直ぐ前を見る
- 9.肘を伸ばす
- 10.手の指を揃え腿の外側につける

礼をするときは心を込めて心の中で「1・2・3」と唱え、頭だけでなく腰を45度折りましょう。

移動の途中に礼をする場合は必ず立ち止まって上記の要領で礼をしまよう。

呼名される前も「気をつけ」の姿勢で待ちましょう。前の人が証書を渡されたら呼名されます。

大声で「ハイ!!」、迷わずに壇上中央へ進みましょう。証書を受け取る時は校長先生の目を見ましょう。

証書を左小脇に抱えて保護者席の前をゆっくりと、そして堂々と歩きましょう。

証書入れは椅子の下に置きます。

「卒業生退場」で下に置いた証書入れを取り、膝の上に置きます。

自分のクラスが呼ばれたら全員気持ちを一つにして起立し、前列内側の人から順に退場します。最後のお別れです。しっかり前を向いて堂々と退場しましょう。

3月13日(金)生徒登校時間は8:50、保護者受付時間は9:00～9:20です。

