

校長だより 第24号



すてきな島



H27.7.10 日間賀中学校長 井本 仁

「あいさつは先に」
「返事は大きく」
「気づき、考え、行動する」

4エ

今年もぎおん祭りで和太鼓の演奏をします！

いよいよ、明日7月11日（土）は、ぎおん祭りです。これまで、総合的な学習の時間に練習を行ってきた和太鼓演奏を、今年初めて発表します。これまで、とても熱心に練習に励んできましたので、その成果を存分に発揮してほしいと思います。保護者の皆様ご期待ください。



7月7日(火)1年生研究授業



本校では、年に何回か、授業力向上のために、どの教員も順番で研究授業を行っています。この日は、杉江先生が1年生の理科の授業で行いました。「酸素の性質について調べよう」というテーマの授業で、生徒たちは、とても前向きに、一生懸命に取り組んでいました。1年生は、4月に比べて、とても成長した様子が見られました。

7月8日(水)遠泳大会

遠泳大会を実施しました。この日は、雨の中の大会になってしまったので、コンディションが悪く、完泳できた生徒は少なかったものの、皆、この状況の中、よくがんばって泳いでいました。この遠泳大会を実施するにあたり、PTAの役員の方をはじめ、保護者の皆様には大変ご協力をいただき、とても助かりました。本当にありがとうございました。



朝会(7月6日)より

生徒発表(7月のテーマ:部活動について)

大西 優 さん(3年)

- 私は約6年間バスケをやってきました。1、2年生や先生に、良い成績を取り、恩返ししたい。
- 今の私たちには郡大会でベスト4に入るという目標があり、その目標を達成し、皆でやりきったと思えるプレーをして引退したい。
- あと少しの時間を大切にしていきたい。

北川 雄基 さん(2年)

- 僕は、2年生の時より部活動がんばっていて、とても楽しいと思えるようになった。
- 試合で勝った時も、負けた時も、次の試合をがんばろうと思うことができる。
- これからの練習をがんばり、自分に自信をもって大会などに参加して、いい成績をとりたい。

坂口 瑛亮 さん(1年)

- 僕は、小学校より時間が長く、内容も大変だけど、うまくなりたいので、きつい練習をがんばっている。
- 今、まだ声をあまり出せていないので、大きな声を出して、部活動を盛り上げていきたい。
- 3年生と一緒に練習できる限られた時間を大切にしながらがんばっていきたい。

この日の朝会では、こんな話をしました!

校長の話

郡大会まで、あと2週間となり、それぞれの部活動では大会に向けてよくがんばっています。大会では、自分たちの持っている力をしっかり発揮してほしいと思います。ただ、練習ではできていることが、試合では緊張して全然できないことがよくあります。これは、心の問題によるところが多いので、今日は、試合における心の調整法についての話をします。(生徒たちには、次の内容が書いてある資料を配付し、説明しました)

<試合前>

- 試合前はリラックスして、ゲームの入りをイメージしながら、準備体操を行う。
- メモや資料を読みながら、集中力を高める。
- 緊張していると思ったら、アップで体を動かす。
- 結果は考えない。自分の力を発揮することだけを考える。
- 覚悟を決めて、試合に入る。

<試合中>

- 常に、強気!強気!
- ピンチで緊張しても、笑顔!笑顔!
- 成功までのストーリーをイメージする。
- 自分の中のもう1人の強気の自分と会話しながらプレーする。
- あいさつ、構え、ポイントが決まった時など、常に大きな声を出す。
- 緊張していると思ったら、動作をゆっくり、屈伸運動、手足をブラブラ、腹式で深呼吸。
- コート内では、自信あふれる態度で。(演技も必要)
- ボールに1点集中。(ボールをよく見る)
- 自分で自分に「喝!」を入れる。
- 自分で、「今日は調子がいい」「相手はあまりよくない」「今日は絶対に勝てる」「絶対に挽回できる」など、自己暗示をかける。

残り少ない練習を、どれだけ本番と同じように意識して、緊張感をもって取り組むかで大きく変わってきます。ぜひ、悔いの残らないよう、精一杯がんばってください。