



< 5月の全校朝会より >

2つの「頑張る心」

全校朝会の最初に、連休中に行われた大会の表彰を行いました。入賞したみなさん、おめでとうございます。練習の成果が形になって表れたのだと思います。他の部の人たちも、地区大会に向けて頑張っているところでしょう。

「頑張る」といったとき、私の中には2つの「頑張る心」があります。ひとつは、好きなこと、やりたいことに打ち込む、頑張る心です。

みなさんもよく知っている大谷翔平選手は「自分が好きなことに関して頑張れる才能がある」と言っていて、常に寝室にバットやボールを置いていて、ふと何か、こういうのがいいんじゃないかと思った時、鏡の前に行って試してみるそうです。高校時代に「目標達成シート」を作って自分の目標や期限を明確にし、それを視覚化して次につなげるようにしていたのは有名な話です。また、毎日自分の技術や調子について書き出して自己分析をし、できなかったことや改善できることを見つけて、練習や試合で試してみるという繰り返しをしています。反復練習の大切さや面白さを感じており、自分の長所や能力を発見することもそうだと述べています。

努力を続ける、「あきらめない心」とは「自分を信じる心」かもしれません。自分はやれる、できる、あるいはこの頑張りが自分の成長につながる、それを信じるから諦めないで続けられるのではないのでしょうか。

そのためには、結果を求めるのではなく、成長を求めることが大切だと思います。一時の結果だけを求めると、相手がいたり、運も必要だったりして、自分の努力だけではまならないことが多々あります。そうではなく、自分を信じて、自分の成長を求めるその積み重ねが、自分の力や可能性を高め、よい結果につながっていくのだと私は思います。

でも、やらなくてはいけないけれど、苦手なこと、やりたくないこともありますよね。そこで、もうひとつの「頑張る心」です。

「なんだか今日はやる気がしない」と思うようなとき、皆さんはどうしていますか？実は、心理学的には、何でもいから「とにかくやる」というのが正解なのだそうです。これは脳科学でも研究で明らかになっているそうです。やる気があるから始めるのではなく、やり始めることでやる気が育っていくということです。

面倒だなと思っても、とにかく手を付けてやり始めることが大事なのです。勉強も仕事も同じです。やり始めたら次第に気分が乗ってくるはずですから、「何ごとも、始めた時点で、もう半分終わったようなもの」と言われているのです。先生方にも聞いてみてください。苦手なことだからこそ挑戦して、得意分野にしたことのある方もきっといらっしやると思います。



連休も終わって、学校生活もいよいよ本格的な活動に入っていきます。好きなことには打ち込み、苦手なことにもちょっとずつトライして、一緒に頑張っていきましょう。

中学校へお越しください

安田中学校では、新型コロナウイルス等の感染防止に配慮しながら、学校行事や PTA 行事等を保護者の方々にも参加していただければと考えております。

6月には以下の行事を予定しております。お時間がありましたら、ぜひ中学校へお越しいただき、生徒の様子を見ていただいたり、講演を聴いていただければと思います。

◎6月1日(木)

* PTA 教養部活動 SNS 講演会 14:05~15:05 @体育館

* 講師 大久保 真紀 様 * 演題:「デジタルウェルビーイングしてる？」

◎6月5日(月)

* 下越地区大会等激励会 15:00~15:45 @体育館

5月の活動の安中



3年生思い出旅行①



3年生思い出旅行②



3年生思い出旅行③



3年生思い出旅行④



シャトルラン最高! 34回!



PTAの方々による交通安全指導

6月の主な予定

- | | |
|----------|------------------------|
| 5月31日(火) | 定期テスト①
・給食なし |
| 6月 1日(火) | 定期テスト② SNS講演会 |
| 2日(金) | 避難訓練 |
| 5日(月) | 下越地区大会等激励会
前期教育実習開始 |
| 7日(水) | 耳鼻科検診 |
| 9日(金) | 下越地区大会(1日目)
・給食なし |
| 14日(水) | 下越陸上大会(1日目) |
| 15日(木) | 下越陸上大会(2日目) |
| 23日(金) | 下越地区大会(2日目)
・給食なし |
| 24日(土) | 下越地区大会(3日目) |



JRC委員会による花植え

安田中学校

検索

