

むつのはな

教育目標
自立 共生 協働

令和6年度

深川第二中学校学校だより

令和6年9月11日 # 15



灼熱がこぼれ出してや割石榴
ときひら

▼夏休みも終わってしまったまもなく、今日から前期末考査になります。▼夏休み、自分のペースで様々な取り組みをしているところからのマスト学習。気持ちの切り替えには相当な労力が必要なのではないでしょうか。大人でも必要なか調子があがらないのでは無いでしょうか。▼ところが、若さのなせる技なのか。はたまた、二中学生が素晴らしいのか。ほとんどの生徒が、しっかりと授業に集中する姿がありました。特に3年生は、目の色が変わっている生徒が多く見受けられました。きっと、夏休みも自己の進路目標を達成すべく、日々邁進していたのでしょう。▼ただ、結果については、良くも悪くも一喜一憂せず、冷静に受け止めて欲しいです。なぜなら、テストはこれまでの結果でしかないからです。今までの取り組みや目標について分析するひとつに材料に過ぎないので、事実から、目を背けず、これからの取り組みや目標を考える上でのヒントにしましょう。▼努力の結果が生きてくるのはもう少し先になるし、結論を出すにはまだまだやれることがあるはずですよ。

生き方を考える

良き習慣が良い人生を作る

E N E O S の男女バスケットボール部の元総監督の高木彰氏がネット上のサイトで

「バスケットボールはよく『ハビッツスポーツ』というような表現をされることがあります。つまり『習慣のスポーツ』と言われているくらい、日頃から習慣付けることが大切なスポーツ、ということです。」とおっしゃっています。

そして、【大山コーチのテクニックの基礎クリニック】のコーナーで、ボールハンドリングから始まり、ディフェンス・オフェンスの基本を解説しています。これらのドリルはいわゆる「基本」。バスケットボールをするために最低限必要な技術です。上手なバスケットボールプレーヤーがいと簡単にやっているように見える技術は、日々の生活の中で、気の遠くなるような練習や経験を重ね獲得してきたものです。そして、生活の一部のようにプレーができるようになるのです。

このことは、スポーツだけに限ったことではありません。小さな幼児が、成長して離乳食を食べ始めるころ、スプーンや箸の使い方を大人からつきっきりで教わります。いつしか、誰の助けも借りずに、当たり前のようにスプーンや箸を使うようになります。

小学校にあがる頃、近所の上級生と一緒に登校し、登校の道順を一生懸命に覚える。時に迷子になることもあったりする。やがてはともだちとおしゃべりしながらわいわいがやがや、いつの間にか学校に着いている。

これらは、毎日の繰り返しの中で、獲得し、習慣化されたものです。このように、学習し、習慣化されたものはたくさんあります。“人間の日常の行動の80%以上、90%以上は習慣化されたもので行動している。”という話は、至る所で耳にします。悪く言うと人はほとんど惰性で生活をしているのです。

ですから、日々の生活の中で、前向きな行動様式を取り入れるには、かなりの意志と目的意識がないと変えていくことはできません。「朝 10 分早く登校しよう」「家庭学習を 1 時間はしよう。」「毎日 30 分ジョギングしよう。」「間食はしないようにしましょう。」…。私自身どれだけ挫折したことか…。毎日、我慢強く続けていくことで、やらないと気が済まない位に習慣化しないと身につけません。

ところが、身につけてしまった悪い習慣は、なかなかやめることができません。つついやってしまう。そうしないと気が済まない。そんなことはないでしょうか。

「気がつくともスマホを手にして歩いている。」「家に帰るとすぐに冷蔵庫を開けて、何か食べるものないか、飲むものないか探してしまふ。」「気がつくとも、任天堂スイッチのコントローラーを手に入れている。」…。それほど害にないことならばいいのですが、「気にくわない SNS の発言について誹謗中傷を投稿してしまふ。」「自分の気分を害する発言や注意について暴言を吐いてしまったり、時に暴力を振るったりしてしまふ。」などは、行動の様式が身につく習慣となり、善悪の判断もせず、そういう自分を振り返ることもなく行っていることはないでしょうか？まさに惰性悪そのものです。

良い習慣がなかなか身につかないのとは反対に、身についた悪癖や悪い習慣は悪いと自覚し、やめようという決意が継続されれば、失敗を繰り返しながらも、少しずつ改善していきます。やがて自己をコントロールする術を獲得していきます。

自らの習慣は、毎日繰り返されます。やがて自らの人格に大きく影響をもたらす、それは、生き方や生きがいということに大きく影響します。誰もがよりよい人生、より幸福で楽しい人生を望んで欲しいものです。そのためにも、良い習慣をたくさん身につけ悪い習慣をなくすことを習慣づけてはいかがでしょうか。

栄光を讃えて その6

～令和6年度夏季総合体育大会に臨んで～

【サッカー部】

結果：江東区大会 第3位

現3年生が2年生の時に臨んだ秋季大会では、力が発揮できずに悔しい思いをしていました。その悔しさをバネに練習や練習試合で経験値を積み上げ、挑んだ今大会でした。1試合ごとにめざましい成長を遂げ、粘り強く最後まで諦めない試合を展開し、勝ち取った結果です。第六ブロック代表決定戦まで勝ち進みましたが、葛飾区立堀切中学校に負けてしまいブロック進出は果たせませんでした。上記のような素晴らしい結果を残すことができました。

「仲間と共に切磋琢磨し、成長できた時間を忘れずに、サッカーだけでなく、今後の日々の生活に生かしてください。また支えてくださったすべての方々に感謝の気持ちを持ち、俺からも前向きに過ごして行って欲しい。」と顧問の宮崎先生からのメッセージです。