



南浦和中だより



第 3 号
 平成 29 年 6 月 1 日(木)
 さいたま市立南浦和中学校
 さいたま市南区辻 6-1-33
 TEL 048-863-0753
 さわやか相談室 直通
 TEL 048-837-5909

《学校教育目標》 日に新た 心豊かに たくましく



「本番で力を発揮する 5つのC」

ま し こ け い じ
校 長 益 子 慶 次

家庭(表札)訪問・中間テスト(全学年)、管弦楽教室(2学年)も終わり、いよいよあさって(3日)から各運動部による学校総合体育大会市予選が始まります。3年生にとっては、最後の大会となりますが、精一杯頑張っ悔いの残らない大会となることを願います。

さて、安定して自分の力が発揮されているときは、1 condition(健康状態) 2 control(自己制御) 3 confidence(自信) 4 continue(持続) 5 concentration(集中) の5つのCのバランスが良い状態であるときといわれています。今までの経験からも、試合等で体調が悪いとき、またはこの相手には勝てそうにないと自信なくプレーして



いたときは、本来の姿がどこかへ消えてしまい、全く力が発揮されなかったということもあったのではないのでしょうか。つまり、健康状態をよい状態に保ち、今の自分の状況や役割を冷静に見つめ、自分のプレーに自信もち、その意識・モチベーションを持続させ、集中力を

欠かさないようにして臨むことが大切なのです。また、試合等で、この5つのバランスが大切なのは個人だけではないのです。チーム全体でもこのバランスが崩れたとき、チームの勢いが止まったりします。誰かがこのバランスが崩れていながらプレーすれば、チームのバランスも崩れていることになるのです。チームメ

ートがいち早くこのことに気づき、修正の手をさしのべてあげることが非常に大切になります。これが追加のCの communication(コミュニケーション) なのです。実際にうまくいかないとき、自然にみんな声を掛けあっていると思



います。余計なことに不安を抱き、あわてるよりも、お互い「大丈夫」と言って、仲間を信じ、自分を信じ、そして自分の今やるべきことに全力を注いでください。健闘を祈ります。

保護者の皆様には、いつも応援していただきありがとうございます。今後、さらに成長する子どもたちの活躍に、ご期待ください。

今月は、「いじめ撲滅強化月間」です。

さいたま市では6月を「いじめ撲滅強化月間」とし、いじめを未然防止するためにすべての市立小・中・高等・特別支援学校において、いじめ問題について考え、いじめが起きない集団、学校を作ろうとする取組の充実を図っています。本校でも「いじめは絶対に許さない」という強い決意のもと、生徒会中心に呼びかけ、取り組みを行います。辻小・文蔵小・辻南小との「子どもいじめ対策委員会 向日葵(スマイル)委員会」も第1回はすでに開催しました。

言葉は不思議です。何気ない友達の言葉が鋭く突き刺さり、深い傷を残すことがあります。逆に友だちのさりげない言葉が、弱り切った心を支え、生きる希望を与えてくれます。ふざけ半分などということが無いよう、真剣に考えて本気で取り組んでほしいと思います。