明石市立錦城中学校　第１学年（７４回生）学年通信

# 波　動



２０１８年（平成３０年）
８月３０日（木）
第　３２　号

## 夏休みの頑張りを発揮できていますか

昨日から始まった２学期ですが、まだまだ暑い日が続いていて、体力的にしんどいですね。体育大会の練習が始まりましたが、水分補給をして、夜はしっかり睡眠を取ってください。熱中症になる人の多くは睡眠不足ですよ。

さて、今日と明日に分けて、課題テストを行いますが、夏休み中の頑張りを発揮する事は出来手いますか。「ワークが、何とか今日の提出に間に合いました」という人は、見返したりする時間が足りなかったのではと思います。明日も２教科あります。残りの教科も頑張りましょう。



２学期も引き続き学習ノートの取り組みを行います。夏休みも取り組んだ人もいると思いますが、提出物して、担任の先生に点検してもらいましょう。２学期は、体育大会が終われば、すぐにわくわくオーケストラの取り組を行い、それが終われば、すぐ中間テスト、終わればすぐ文化発表会の取り組みという具合になります。気持ちが行事ばかりになってしまうと、学習に集中できないことになりかねません。毎日きちんと学習したことを復習する癖をつけていきましょう。今の頑張りが、２年後の進路決定のポイントになると思います。

「モチベーション」という言葉を良よく耳にしますね。直訳すると「動機づけ」です。わかりやすく言えば「やる気」と言っていいですね。

日本サッカー協会の名誉会長で、Ｊリーグの発展に尽力した川淵三郎さんは、「選手のやる気に水を差した一言」として、監督時代を振り返り話しをされました。それは、選手に伸び伸びとした、良いプレーをして欲しいと思って、「負けても良いから、良い試合をしてこい」という言葉をかけたそうです。選手は絶対に勝つぞと意気込んでいた時に、リラックスさせようと思ってかけた言葉が、裏目に出てしまったそうです。そして、その試合は大敗しました。




物事を伝えるには、はっきり言葉に表わす事が大事です。しかし、本心を伝えるのは、なかなか難しいものです。ましてや人をやる気にさせる言葉かけは難しいです。動機づけは目標をはっきりすることが大事です。高いモチベーションとは、「志（こころざし）」です。勇気の心と強い力が大事です。毎日の生活や学習、行事を通して、友と協力し、共に勇気の心と強い力を培って欲しいと願っています。

**来週の時間割です。**

９月３日（月）

| | １校時 | ２校時 | ３校時 | ４校時 | ５校時 | ６校時 | 行事 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 1ー1 | 体 | 家 | 英 | 全校集会 | 全体練習 | ダンス練習 | 全校集会<br>全体練習<br>ダンス練習 |
| のぞみ | 体 | 家 | 数 | | | | |
| くるみ | 体 | 家 | 数 | | | | |
| 1ー2 | 体 | 社 | 英 | | | | |

９月４日（火）

| | １校時 | ２校時 | ３校時 | ４校時 | ５校時 | ６校時 | 行事 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 1ー1 | 英 | 国 | 数 | 国 | ダンス練習 | 学年練習 | ダンス練習<br>学年練習 |
| のぞみ | 数 | 国 | 英 | 国 | | | |
| くるみ | 数 | 国 | 英 | 国 | | | |
| 1ー2 | 英 | 理 | 社 | 数 | | | |

９月５日（水）

| | １校時 | ２校時 | ３校時 | ４校時 | ５校時 | ６校時 | 行事 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 1ー1 | 道 | 体 | 数 | 社 | 全体練習 | ダンス練習 | 全体練習<br>ダンス練習 |
| のぞみ | 道 | 体 | 自 | 社 | | | |
| くるみ | 道 | 体 | 自 | 社 | | | |
| 1ー2 | 道 | 体 | 家 | 技 | | | |

９月６日（木）

| | １校時 | ２校時 | ３校時 | ４校時 | ５校時 | ６校時 | 行事 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 1ー1 | 技 | 美 | 数 | 理 | ダンス練習 | 学年練習 | ダンス練習<br>学年練習 |
| のぞみ | 技 | 美 | 英 | 理 | | | |
| くるみ | 技 | 美 | 英 | 理 | | | |
| 1ー2 | 国 | 社 | 音 | 国 | | | |

９月７日（金）

| | １校時 | ２校時 | ３校時 | ４校時 | ５校時 | ６校時 | 行事 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 1ー1 | 社 | 体 | 数 | 理 | 全体練習 | ダンス練習 | 全体練習<br>ダンス練習 |
| のぞみ | 社 | 体 | 国 | 理 | | | |
| くるみ | 社 | 体 | 国 | 理 | | | |
| 1ー2 | 理 | 体 | 国 | 美 | | | |







**※体育大会の練習が暑い中行われています。熱中症予防のため、普段より多くの水分の準備をお願いします。**

**※体育大会の練習では、たくさんの汗をかきます。授業は制服で受けますので、外と教室との気温差で汗が冷えて、体調を崩してしまう事があります。着がえの際、下着の交換も必要かと思います。準備しておきましょう。**

**※「体育大会前健康診断」の締め切りは、９月３日（月）です。忘れないように提出してください。**