

# 凡事徹底

令和元年6月7日(金)  
仙台市立宮城野中学校

宮城野中学校生徒指導便り No. 3 文責 青木

～6月の目標～

燃えろ中総体！  
姿勢や基本的な生活習慣をしっかりしよう！

いよいよ今年の市中総体まであと1日となり、各部とも3年生を中心に大会に向けて最終調整に入っています。先日の5・6校時に中総体に向けての激励会を行い、どの部も堂々と大会に向けての決意を発表する姿が立派で、大会の結果が楽しみになりました。

また、3年生にとっては最後の中総体になるので悔いの残らないように今までの練習の成果を十二分に発揮してほしいと思います。大会が近くなると「負けたらどうしよう」「相手は強豪校なので・・・」と不安な気持ちからマイナスに考えてしまうことが多くなりますが、中学生のスポーツなので当日にどのくらい自分の力を発揮できるかで勝敗を大きく左右することがあります。ある本では「普段、人の力は20%くらいしか発揮していない」という話を書いてあり、大会当日に力を発揮できる人は練習で取り組んできていることを自信をもってできる人が力を発揮できると言われています。昨日の激励会の校長先生の話の中にも出てきました。

陸上の全国大会に行くと朝から大きな声を出し、ウォーミングアップを行っているチームがたくさんあります。自分の力を発揮するためのルーティンの1つでもあるかと思いません。ぜひ、自分のチームのルーティンを大切に、明日から行われる中総体で力を発揮してほしいと思います。健闘を祈っています。



## 今月の重点努力事項

- ①中総体に向けて全力で取り組もう！
- ②テストに向けて計画的に学習を進めていこう！

## 御家庭へのお願い(学校と家庭と連携した「ソーシャルスキル定着週間」を)

御家庭でも学校での実践に合わせて、「家庭でのソーシャルスキルの実践」をお願いいたします。例えば、今週は「あいさつ」について取り組んでいる場合は、御家庭の生活の中でもあいさつを意識させる声掛けをする、「時間を守る」に取り組んでいる場合は、家庭での様々な場面で意識付けをさせる声掛けをする等していただければ、子供たちのソーシャルスキル・基本的な生活習慣の定着がより望めます。

第1回はあいさつ「4月15日～19日」第2回は時間を守る「5月13日～17日」第3回は身なり「5月27日～31日」第4回は姿勢「6月17日～21日」です。

「凡事徹底」(ぼんじてってい)

- ・・・誰にでもできる平凡なことを誰にも真似できないくらい徹底して続けること