

校訓  
強く  
正しく  
和やかに



スローガン  
笑顔と  
元気の  
椿町中学校

# 椿町中通信

7月号①  
令和5年7月5日(水) 第8号

## ●悔しかった南部Bブロック総体



南部Bブロック総体が終わりました。今年は、みんな悔しい思いで終わったのではないのでしょうか。勝てなかったことよりも、自分が練習で

培った力が出せたかどうか？練習の成果が出せたと思った生徒は少なかったように感じました。卓球会場の係として、本校生徒が帰ったあとも最後まで試合を見ていましたが、本校の生徒の課題が見えてきました。

「修正力」が弱いということです。同じミスが延々と続く。試合中に改善・修正できない。だから相手よりもミスが多くなり、失点が続いてしまう。緊張で考えてプレーすることができなくなっているように感じました。

卓球のプレーを支えるのは、技術力・戦術理解力・メンタルと考えます。技術が身に付いてくるから戦術理解ができるようになりますが、試合でその技術力と戦術理解力を支えているのはメンタルです。どうすればこの問題を克服できるのか。

もっと「自分で考えて行動する力」を付けなければならないと思います。まだまだ、先生の言うとおり、言われることだけを練習している生徒が多いのではないかと。まだまだ先生や親の言うとおりの生活をしている生徒が多いのではないかと。だから、一人で闘う試合となった場合に力が発揮できないのだと思います。

そして、メンタルは卓球の練習だけで強くなるものではありません。日頃の生活から、いろいろなことを「適当」に済ませていることが多いのかも知れません。

自分で考えて決めたこともしっかり取り組んでみる。数は少なくとも「こだわり」をもってやってみる。「適当に済ませて片付ける」だけではなかなかメンタルは強くならないと思います。いろいろと考えていく必要があります。卓球だけの問題ではなく、これから大人となっていく上では必要なことになってきます。

「悔しさ」をバネとして次に向かって努力していくことが重要です。卓球部を引退となった3年生は、この経験を次のステップにつなげることが必要です。

## ●キャリアパスポート「6月の振り返り」

	自分自身の目標			
	取組内容の自己評価			
	A	B	C	D
5月	54.5%	18.2%	27.3%	0.0%
6月	45.5%	27.3%	18.2%	9.1%
	できた	できなかった		
5月	72.7%	27.3%		
6月	72.7%	27.3%		
	対人関係の目標			
	取組内容の自己評価			
	A	B	C	D
5月	54.5%	36.4%	9.1%	0.0%
6月	45.5%	45.5%	9.1%	0.0%
	できた	できなかった		
5月	90.9%	9.1%		
6月	90.9%	9.1%		

〔キャリアパスポートの目標・取組内容の自己評価 結果まとめ〕

6月の振り返りの数値は5月の集計と比べるとほぼ同じです。「できた」「できなかった」の集計数値は全く同じですが、ABCDの数値から見ると若干の下降となっています。これは、南部Bブロック総体で、結果が出せなかったことが影響している気がしています。

がんばったけど「結果」が出せなかったという経験をすると誰しも悔しいです。でも、これは世の中の常と言ってもいいと思います。県総体から次のステージ「四国総体」へ出場できる人も限られていますし、その次の「全国大会」でも同様です。しかし、大きなステージに行くと見える景色が異なるのは確かです。

大切なことは、自分が本当にがんばったその価値を「結果」に求めるのではなく、その

努力の「過程」に求め、負けや失敗から何を学んで、次どのようにしていくか考え実行することです。そう考えると、今経験していることに無駄なことはありません。

## ●キャリアパスポート「7月の目標」

生徒たちの7月の目標設定です。

	自分自身の目標について		対人関係の目標について	
	目標	取組内容	目標	取組内容
A	規則正しい生活をする。	10時までには寝る。	家の片付けをする。	木曜日に自分の部屋、リビング、遊ぶ部屋を片付ける。
B	市陸に向け、しっかりと自分に合った練習をする。	苦手なところやできていないところを考えたり人に見てもらおう。	家の手伝いをする。	家事は週に3〜5回する。家事だけでなく弟の勉強も見る。
C	計画を立ててテスト勉強をする。	毎日10分ほどワークをする。	家の手伝いをする。	料理を週に3回手伝う。
D	教科のワークを早く終わらせる。	毎日20〜30分くらいする。	はきはきあいさつをする。	8人にあいさつをする。
E	勉強をがんばる。	毎日ワークや課題をし、習ったところを復習する。	家の手伝いをする。	週に1回部屋の掃除をする。
F	四国総体に行く。	毎日1時間以上は練習し、筋トレもしっかりする。	家の手伝いをする。	1日に3回は手伝いをする。
G	熱中症にならない。	水分をこまめ取る。	家の手伝いをする。	毎日花の水やりなどをやる。
H	早寝早起きをする。	タイマーをかける。	みんなと10回は話す。	自分から話しかける。
I	進路のことを考え始める。	課題などは時間をかけないで早く終わらせることを心がける。	人と協力するために話をよく聞く。	相手の目を見ながら聞く。
J	進路について考え始める。	入学説明で勉強の仕方を聞き、勉強に生かす。	明るく話す。	健康に気を付けて元気であるために11時までには寝る。
K	時間を有効に使う。	時間を無駄にせず、勉強を帰って早めに終わらせる。	周りとの関係を深める。	積極的に話しかける。相談にのる。

## ●ふれあい防災オリエンテーリング



6月27日(火)、4年ぶりになる小中一貫教育の取組「ふれあい防災オリエンテーリング」を実施しました。梅雨の合間の蒸し暑い天候の中、今回も小中学生が協力してコース上のポイントを探し、防災に関する問題にみんなで意見交換しながら答えました。

こういう取組の中で、年齢層に幅のある子供達と一緒に活動を行うことで、災害時に協力する姿勢が育つと感じました。また、教室で学ぶのとは異なる形で身に付ける知識は重要で、雑学的な知識がいざというときに自分の思考を深め、自分の命を守り助けるひらめきにつながります。子供達とともにグループ

に入ってご協力いただきました保護者の皆様、本当にありがとうございました。