

# 金山町立金山中学校 第6号

## 学校だより

令和4年8月29日発行  
発行責任者:金山中学校長

### 耶麻・両沼小中学校合同音楽祭 (第1部 合唱)

耶麻・両沼小中学校合同音楽祭が8月23日(火)に喜多方プラザ文化センターせせらぎホールにて開催され、本校生徒も出場し、課題曲「Replay」自由曲「ヒカリ」を披露してきました。1学期より特設合唱部として活動を始め、「18人のヒカリ輝く熱い想いを美声にのせて」のスローガンのもと、県大会出場の目標を掲げパートリーダーを中心に取り組んできました。昼休みや放課後の時間を活用し生徒自らが主体的に練習に励み、また夏休みに入ってから毎日のように練習を積み重ねてきました。音楽祭本番では、緊張しながらも見事なハーモニーを奏で聴者を魅了し、見事「優良賞」を受賞いたしました。残念ながら県大会出場とはなりませんでしたが、1つの目標に向かって協力し合いながら全力を尽くしたことに對し、生徒はそれぞれに成就感及び達成感を得ることができたようです。



### 両沼中学校英語弁論大会

両沼中学校英語弁論大会が8月19日(金)に会津美里町 複合施設 じげんホールにて開催され、本校からは3名が参加してきました。1学期及び夏休み中と、やるべきことが多く多忙な中においても、合間を縫って練習に励む姿がとても印象的でした。また英語担当教師だけでなく、ALT とはオンラインで指導を受けるなど、工夫をしながら練習に取り組みました。大会当日は、大きなホールでの発表に始めは緊張した面持ちでしたが、5分間の制限時間を最大限に生かし、表現豊かに発表することができました。1名が「グッドスピーカー賞」を受賞するなど、3名それぞれが、今夏地道に練習を積み重ねてきた成果を十二分に発揮することができました。



# 令和4年度第2学期 82日間がスタート

8月25日（木）の第2学期始業式において、校長より話した内容を紹介いたします。

35日間の長い夏休みが終わり、今日から2学期が始まります。夏休み中は、病気やケガなく健康に過ごせたでしょうか。夏休み中、交通事故や水の事故、そして事件の連絡が、学校に1件もありませんでした。皆さん1人1人が自覚して生活をしてくれたからです。ありがとうございました。

夏休み中は、駅伝部の活動に始まり、常設部の活動そして3年生は自主学習、そのあとに合唱部の活動と、1学期の生活と変わることなく、毎日様々な活動に精一杯に取り組む皆さんの姿を見ることができました。その合間を縫って、英語弁論の練習にいそしむ姿もありましたね。夏休みとはいえ、忙しい毎日だったのではないのでしょうか。そのような中でも、自分なりに、心と身体を十分に休ませることはできましたか。また終業式で話したように、「頭」と「身体」、「心」に栄養を与えることはできましたか。自分が立てた目標に沿って生活することができたかどうか振り返り、また2学期の生活に活かしていきましょう。

ところで皆さん、今日からは2学期が始まり、授業も始まります。毎日時間がたっぷりあった夏休みの生活から、いきなり分刻みの学校生活に戻りますので、はじめのうちは、なかなかペースがつかめないかもしれません。1学期だったら何でもなかったのに、朝早く決まった時刻に起きるとか、次の日の学校の準備をするとか、家庭学習をするとか、そういうことが今まで以上に面倒に思えたり、なかなかやる気になれなかったりするかもしれません。

そこで今日は、そんなときに役立つ「やる気を出すコツ」を皆さんに教えます。簡単なことですから、よく聞いて、ぜひ活用してみてください。

『のうだま1 やる気のコツ』という本を読むと、「三日坊主」というのは当たり前で、続けられないのは、脳が飽きっぽくできているからだそうです。要するに、やる気が出なかったり、集中できなかったりするのは、脳がもともとそのようにできているからということです。では、やる気を引き出すためにはどうすればよいのでしょうか。それは、飽きっぽい脳をだませばよいのだそうです。「だます」という言い方があまりよくありませんが、これは別の言い方をすると、脳が喜ぶことをして、脳をご機嫌にするということだそうです。では、その方法を教えます。脳をその気にさせるスイッチは4つあるそうです。

1つめは、体を動かすことです。体を動かすと、やる気がわいてきます。なかなか勉強をする気にならないときでも、本を開いてみるとか、音読をしてみるとか、部屋の中を歩いてみるとか、そういうふうに体を動かしてみるといいそうです。

2つめは、いつもと違うことをすることです。いつも同じことをしているとだれでも飽きてしまいますね。そこで、いつもと違うことをして、脳に刺激を与えるのです。勉強に飽きてきたら、勉強する場所を変えたり、一緒にやる人を変えたり、違うやり方でやったりすると、やる気が続きます。

3つめは、ご褒美を与えることです。うまくいったときにご褒美を与えます。「数学の問題集をここまでやったらおやつを食べる」などと決めておくと、やる気がアップします。

4つめは、なりきることです。目標を達成した自分をイメージして、そんな自分になりきったり、あこがれのスポーツ選手になりきって練習をしたりします。そうやって、なりきって思いこんで取り組むと、脳はその気になるのだそうです。

この4つのことは、やろうと思えばすぐにでもできますね。このやり方を上手に使って、脳をご機嫌にすると、やる気も集中力もアップするということです。夏休みが終わってしばらくは、なかなかやる気が出ないこともあるでしょう。そんなときに、脳をご機嫌にしてあげてください。

さて、その2学期ですが、学校行事では、3年生にとっては修学旅行、そして全校生で取り組む文化祭などが予定されています。また部活動では新人戦が行われ、3年生は進路選択の時期を迎えます。暑さが和らぎ、だんだんと過ごしやすい気候になり、1年で最も充実した学期になるでしょう。反面、やることもたくさんあって、忙しい学期でもあります。そこで大事なことは、皆さん1人1人が、「やらされるからやる」という意識ではなく、「自分から進んで取り組む」という意識をもつことです。2学期の目標に向かって、また1年間の目標に向かって、時には脳をご機嫌にしながら、充実した日々を過ごしてほしいと思います。2学期が楽しく充実した毎日になることを期待して式辞とします。

2学期も引き続き、本校教育活動へのご理解とご協力をお願いいたします。