

# 生徒指導だより

第9号 2年生  
令和5年8月30日

## 「松中美人」

自ら学び、心身を鍛える生徒 自他を尊び、誠実に生きる生徒 夢を持ち、くじけずに努力する生徒

## 充実した2学期に向けて

### ・1学期を振り返って

授業、部活動、クラス、委員会活動など一生懸命に取り組む人が多かったように思います。また、ルールやマナーを意識して生活できる人も多く、落ち着いた雰囲気をつくりだしていました。

### ・2学期特にがんばってほしいこと

夏休みが終わり中学校生活も折り返しとなります。これまでの生活の中で、自分が成長できたと感じた部分はさらに伸ばしていきましょう。反対にうまくいかなかった部分や失敗した部分は改善し、さらに「のばす」ことができるようにしていきましょう。

そして、部活動や委員会活動も中心となり、学校の「ちからになる」のが2学期です。また運動会や合唱コンクールなどの行事もあります。クラスの仲間との協力を深めながら、相手の気持ちを「思いやり」、誰もが居心地の良いクラス、学年にしていきたいと思います。

### ・目指す2年生の姿

★ のばす（自己成長力）

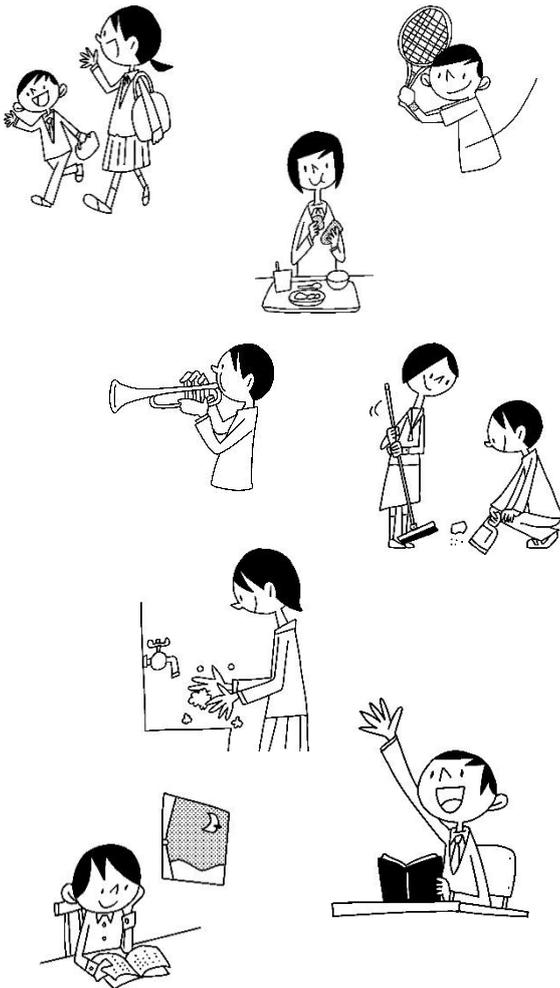
★ おもいやる（他者受容力）

★ ちからになる（集団貢献力）

## 9月の生活目標

### 規則正しい生活をしよう

- ① 5分前行動を心がけよう
- ② 正しい身なりをしよう
- ③ すすんであいさつをしよう



☆検温、マスクを忘れない！

9月は規則正しい生活を行い、心身のリズムを整えましょう。心身の健康は、きちんとしたリズムによって作られることがわかっています。まずは、早寝早起きからです。夏休み中に、遅く寝る、朝いつまでも寝ているなどの癖がついてしまった人はいませんか？癖というのは、日常生活である行動を繰り返していく中で、作られていくので、そう簡単に直せるものではありません。意識的に行動を変える必要があります。まずは、「11時までには寝て、6時に起きる」という生活を少ししんどくてもやっていくことから始めましょう。そして、何事も5分前行動を心がけ、余裕のある生活をしましょう。焦って行動すると、事故やミスのもとになります。また、焦っている時は、イライラしやすいので、人間関係のトラブルも起きやすいです。時間と心に余裕をもって行動しましょう。

2つ目は、正しい身なりができているかを確認しましょう。自分勝手に過ごしていると、(これくらいいいだろう)という、自分にとって都合のいいルールで行動してしまうことがあります。そうなっていないかを気づく一つの方法が身なりを確認するということです。正しい身なりをすることは、学校のルールを確認するということであり、自分が社会の一員であるという自覚を確認することにもつながります。毎朝鏡を見て、正しい身なりができているかチェックをしながら登校しましょう。

3つ目は、登下校のあいさつ、授業の終始のあいさつを自らすすんでしましょう。大きな声であいさつをすると、心も体もシャキッとします。自分にスイッチオンする方法として、大きな声であいさつをするというのは簡単な方法としておススメです。そして、あいさつはされた方もよい気持ちになるので、全校生徒でやっていきましょう。

充実した2学期にするために、気持ちのよいスタートをきってほしいです。