

# 生徒指導だより

第9号 3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

松任中学校の最高学年として行動しようとする姿勢が見られました。特に部活動では、最後まで精一杯やり抜く姿を後輩に見せてくれました。あなたたちの想いは後輩たちに届き、受け継がれていくと思います。また普段の授業でも、前向きに取り組み、仲間から学ぼうとする姿が素敵でした。みんなの良いところをこれからもどんどん伸ばしていきましょう。

### ・2学期特にながらばってほしいこと

夏休みは充実した日々を過ごすことができましたか？計画通りにコツコツ努力を重ねた人、ついつい自分の欲望に負けてしまった人、様々だと思います。後悔や焦りを感じている人もいるかもしれませんが、ここで一度切り替えて2学期をスタートしましょう。

2学期は学校行事が多く予定されています。まず9月に開催される運動会は、全学年を束ねて、創り上げていく行事です。昨年の運動会を思い出してください。コロナ禍でもくじけず、限られた中でも一生懸命取り組む姿を3年生は見せてくれましたね。次は、これまでの先輩たちがつなげてきたバトンをあなたたちが後輩につなぐときです。最高学年としての自覚を常に持って行動しましょう。1学期以上に成長し、素敵な姿になることを期待しています！

### ・目指す3年生の姿

★ 当たり前前を当たり前前にできる姿（凡事徹底）

★ 自ら考えて行動できる姿

★ 目標を持って、最後まで努力し続ける姿

★ 自分のためだけでなく誰かのために行動できる姿

## 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



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てから登校しましょう。

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。