

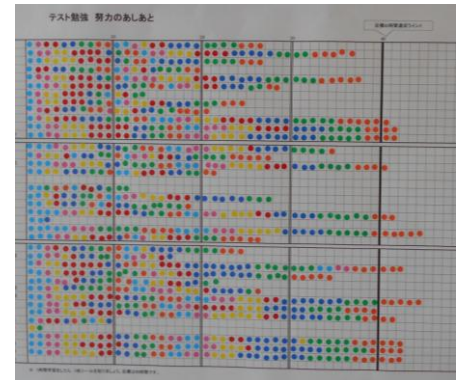
「折れない心」で、前向きにチャレンジ!

新学期も2ヶ月が過ぎ、それぞれの学年にも慣れ、勉強に部活動に全力で取り組むことができる頃となりました。5月は1年生にとって初めての中間テストがありました。また、鳳珠郡体育大会、相撲松波大会、それに係る壮行式、二市一郡陸上大会、ペットポタルの設置、メンタルトレーニングなど様々な行事もありました。これから、梅雨に入り、蒸し暑い季節となりますが、体調管理に十分気をつけて、失敗を恐れず何事にもチャレンジしていきましょう。

中間テスト終わる。学習時間は十分でしたか?

5月30日～31日に、5教科の中間テストが行われました。4月からの学習の理解度・定着度を測る重要なテストです。本校では『学び魔ナビ』の取り組みと同時に、テスト期間中(2週間)の学習時間調査を行いました。その結果は表に1時間に1枚のシールを貼ることで表しています。今後の家庭学習では、間違えた問題をしっかり見直し、期末では高得点が取れるように頑張りましょう。

あのイチロー選手は「僕は、アウトになった打席こそ大事にしている。その理由を考え、改善していくことが重要なのです。」と言っています。



<学び魔ナビシール>

	1年生	2年生	3年生
2週間の合計平均学習時間	30.3時間	25.3時間	31.4時間

第1回メンタルトレーニング実施。いい選手の特徴は?

5月10日、講師に東海大学大学院研究生吉野智貴氏をお招きし、年3回計画されているメンタルトレーニングの第1回が行われました。テーマを「メンタルトレーニングの概略(仲間を認める・やる気を高める)」として実施されました。様々な理論に加え、実技や本気ジャンケンによるアイスブレイクと、楽しく充実した講習会となりました。キーワードをあげると



<吉野 智貴氏>

- ・いい選手は、気持の切り替えが早い
 - ・目標の立て方が「最終目標のゴールから逆算して立てる」
- 目標・計画のないところに実行はないということです。

いい選手になるためのテクニックとして

- ①ヘッズアップ→笑顔を作る。上を向くことが大切
- ②セルフトーク→語尾を上げる。強い口調。繰り返し口に出す。口から出す言葉を意図的にポジティブにする。(俺はできる!! 私ならやれる!! 練習してきたんだもの!)
- ③ポジティブコミュニケーション→前向きな言葉で、コミュニケーションをとる。緊張をほぐす。

また、ルーティーンの大切さやサイキングアップ(集中力を高める取り組み)も教えて頂きました。基本の動作を繰り返し、行動のリズムを整えることで平常心を保つことを学びました。

○親・教員として、子どもの力を伸ばす『みほこさん』の法則

み…認める ほ…褒める こ…肯定する さん…賛同する、賞賛する

これは、本校の目指す学力観

自ら課題を発見し、その解決に向けて主体的・協働的に探究できるようにする

「何を学ぶか? どのように学ぶか? どんな力が身についたか?」にも合致します。

防災活動本格化！

「小木地区から一人も犠牲者を出さない」を合言葉に、今年度も中学校では防災活動に取り組んでみます。その一環として、5月18日には、校外生徒会単位で「ペットポタルの設置」、21日には「高瀬台地を駆けあがれ」が取り組まれました。7月20日には、こども園や小学校と連携した避難訓練、9月23日には第8回小木地区津波避難訓練が計画されています。中学校が防災活動の一翼を担い、活動に取り組んでいきましょう。



＜ペットポタル設置庄崎地区＞

鳳珠郡大会・全能登大会・ 二市一郡陸上大会・相撲松波大会結果

〔鳳珠郡球技大会〕

□月日：5月12日(土)

- ・野球部 ●0-4 柳田中
- ・女子バスケ部 ●22-84 能都中
●19-89 穴水中

〔全能登バスケットボール中島大会〕

□月日：5月19日(土)

- ・女子バスケ部 ●10-119 輪島中

〔県相撲松波大会〕

□月日：5月27日(日)

- ・北濱この美 女子の部 個人戦4位



＜部活よりきつい！？＞

〔二市一郡陸上大会〕

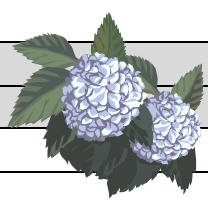
□月日：5月24日(木)

会場：輪島市マリンタウン

最後まで諦めずに頑張り、自己記録を更新するも上位入賞はなりませんでした。



6月の行事予定

日	曜	主な行事予定	日	曜	主な行事予定
1	金	愛の一声運動	17	日	能登地区大会 プロムナードコンサート(能都中)
2	土		18	月	振替休業日
3	日		19	火	
4	月		20	水	2年生修学旅行(東京)
5	火		心臓検診(1年生)	21	木
6	水	生徒会委員会 眼科検診	22	金	2年生修学旅行(東京)
7	木	内科健診 陶芸教室(1・2年) 壮行式	23	土	
8	金	幹事コンテスト	24	日	
9	土		25	月	学校公開ウィーク(29日まで) 読書の日
10	日	能登地区大会 女バスケ(田鶴浜)	26	火	1年生グランドゴルフ交流 高校説明会 13:35~
11	月		27	水	職員会議
12	火		28	木	
13	水		29	金	保・小・中・高連絡会(授業参観 本校) 県PTA単P役員会(金沢市文教会館)
14	木	陶芸教室(3年)	30	土	
15	金	指導主事訪問 愛の一声運動 小木地区防災	※今年度のファミリー学級は10月14日(日)に計画しています。		
16	土	能登地区大会 野球(七尾)女バスケ(田鶴浜) 授業日			

1学期の通知簿渡しは、7月13日(木)13:30~、20日(金)15:00~を予定しております。