



薩摩川内市立水引中学校「学校だより」

みずひき

〒899-1921 鹿児島県薩摩川内市水引町7602番地1

TEL:0996-26-2104 FAX:0996-26-3908

6月号

令和5年6月19日発行



水引中ホームページ・ブログの QR コード↑

褒めて育てる勝利へ向かう自信と達成感

校長 日高 正人

川薩地区中学校総合体育大会が終わり、3年生も部活動に一区切りついて、戸惑いと一抹の寂しさを感じていると思います。それぞれ個々の目標があって、「やれることはやった。」という達成感をもって、笑顔で試合を終えている子供たちの顔が印象的な大会でした。上位入賞校は、大規模校の大人数の中から切磋琢磨して選ばれたメンバーで試合に臨んでいて、実力も高いものでしたが、水引中学校の生徒たちも気持ちだけは負けずに善戦していたと思います。しかし、「どうせ、勝てないし。」という生徒の言葉があり、勝利の経験不足や勝つための気持ちの持ち方、自己肯定感の低さを感じることでした。

勝利という成功経験は、そのための努力の必要性を実感するとともに自信となり、次の勝利、成功への活力へとつながっていきます。その姿は、上位校の生徒の勝利に向かう姿勢に見ることができ、本校の生徒にも必要なことだと感じました。できるだけ実力の近いチームと対戦して、スモールステップで勝利の成功経験を積み上げると、自信と自己肯定感の大きな向上につながるのではないかと思います。

このことは、スポーツだけでなく、習い事や学習にも同じことが言えます。昨日より少しでも「できた。」「分かった。」というスモールステップを大切に、褒めて達成感と成功経験を積み上げていきたいものです。積み上げることは、今からでも遅くはありません。次の成長に向けて、学校だけでなく、地域、家庭でも取り組んでいってほしいと思います。

さて、成功経験を積み上げるために、褒めることで達成感や自己肯定感を高めることを述べましたが、相手を褒めることは、練習しないとなかなか難しいことです。そこで、魔法の言葉5Sと肯定的な言い換えについて述べてみたいと思います。

5Sとは、「さすが、それでよい、すごい、すてきだね、すばらしい。」の5つの言葉の頭文字をとったものです。これに、Vサインやハイタッチ、サムアップ（親指を立てる）などの動作をつけると立派な褒め言葉です。褒められて嫌になる人はいません。「できた。」「分かった。」瞬間に褒め言葉を掛けてみましょう。

しかし、思春期の子供や大人には、なかなかうまくいかないところもあるかと思います。そこで、リフレーミングという技法を使って、言葉を取り換えていきます。こうすると相手

も使っている本人も前向きな考えを持てるようになりますといわれています。

簡単そうではありますが、私自身言い換え慣れるのに1か月必要でした。自己肯定感を、前向きな言葉を使って褒めて育てる取組を家族でも始めて、生徒たちが、学校、地域へと前向きな気持ちになれる環境づくりをしていきましょう。

	言い換えたい言葉	リフレーミングすると		言い換えたい言葉	リフレーミングすると
あ	あきっぱい	好奇心旺盛な、興味が広い	す	ずうずうしい	行動力がある、堂々としている
	あきらかが悪い	ねばり強い、一途	せ	せっかちな	反応がすばやい
	あわてんぼう	行動的、素早く行動できる	そ	外国がいい	社交的
い	いいかげんな	こだわらない、おおらかな	た	だらしない	こだわらない、おおらか
	意見が言えない	協調性がある、争いを好まない	ち	調子に乗りやすい	ムードメーカー、のりがよい
	いばる	自信がある	つ	つめたい	冷静、客観的
う	うるさい	明るい、活発、元気	て	でしゃばり	世話好き
お	怒りっぱい	感受性豊か、情熱的	な	生意気	自立心がある
か	かたくならしい	まじめ	の	のんびりしている	マイペース
	カッとしやすい	感受性豊か、情熱的	は	八方美人	人づき合いが上手
き	気が強い	すべてに情熱的、弱言をはかない		反抗的	自立心がある、自分の考えがはっきりしている
	気が弱い	自分より周りを大切にする	ふ	ふざける	周りを楽しませる
く	口が悪い	はっきりしている	ほ	ぼうっとしている	マイペース
	暗い感じ	自分の心の世界を大切にしている	ま	周りを気にする	心配りができる
け	けじめがない	物事に集中できる		負けず嫌い	向上心がある、頑張り屋
	けち	計画的にお金を使える	む	向こうみず	思い切りがいい
こ	興奮しやすい	情熱的	め	面倒くさがり	おおらか、こだわらない
	こだわる	自分の考えを大切にする	ゆ	優柔不断	じっくり考える
さ	さわがしい	明るい、活発、元気	よ	よく考えない	行動派、直観に優れる
し	しつこい	粘り強い	ら	乱暴	たくましい
	消極的な	ひかえめ	わ	わがまま	自己主張できる、かわいげがある

地区陸上総体

5月18日（木）に行われた地区陸上大会に水引中学校から16人の生徒が出場し、健闘しました。濱田紗季さん（砲丸投げ）・下川蓮仁君（100m走）の2人が県大会出場を決めました。県大会での更なる活躍を期待しています！

地区総体

6月6日（火）～7日（水）に、地区総体が行われました。ソフトテニス部、女子バレー一部が出場しました。悔いの残らないベストを尽くした試合をすることができたことだと思います。最後までよく頑張りました。たくさんの感動をありがとう！

〈ソフトテニス部 個人戦〉

（男子）西谷・川口ペア：2回戦進出
下山・向ペア：ベスト16
外園・野間口ペア：2回戦進出
時吉・中島ペア：2回戦進出

（女子）慶越・野間口ペア：ベスト8
小倉・桐原ペア：ベスト16

〈ソフトテニス部 団体戦〉

（男子）Aチーム 決勝リーグ6位
Bチーム 1回戦惜敗

（女子）予選リーグ敗退

〈女子バレー部〉

リーグ3位 トーナメント1回戦惜敗

校内弁論大会

6月1日（木）、校内弁論大会がありました。下書きの段階から、試行錯誤しながら熱心に取り組んでいました。「水引の良さを知ろう」「値上げ問題について考えてみよう」「多様性って難しい」等、多岐に渡るテーマ、発表する態度も堂々としていました。弁論大会の司会は学習部が行い、生徒主体で進められていきました。聞く態度もしっかりとしていて、クオリティーの高い弁論大会になりました。



PTA バレー

6月10日（土）、PTAバレーがありました。決勝戦は、中1チーム対中3チームでした。接戦の末、中1チームが勝ち、優勝を決めました。どのチームも一致団結しており、親睦を深めるよい機会となりました。参加してくださった保護者の皆様、企画運営や準備・片付けにご協力してくださった皆様、ありがとうございました。そして、審判等を手伝ってくれた中学生の皆さんもありがとう！



2年生修学旅行準備（千羽鶴）

2年生は、修学旅行に向けて千羽鶴を折っています。限られた短い時間の中で、千羽折ることは難しいと思っていましたが、学校応援団の方の御協力もあり、千羽に到達することができました。学校応援団の皆様、ありがとうございました。



☆今年度も、水引女性団体連絡協議会から雑巾の寄贈がありました。とても丈夫な雑巾です。ありがとうございました。有効活用していきます。



日	曜	7月の行事予定
1	土	唐浜清掃
2	日	英検2次
5	水	第1回学校保健委員会
7	金	漢検
12	水	授業参観・学期末学級PTA 学校運営協議会
15	土	音楽部 吹奏楽コンクール
18	火	性に関する授業（全学年）
20	木	終業式
22	土	陸上県大会（100m走）
23	日	陸上県大会（砲丸投げ）
24	月	三者面談・教育相談スタート