

上江小中学校だより

令和5年6月16日
校長 原田 政文

【 素晴らしい運動会 】

先月、運動会が行われました。今年の運動会も上江っらしい姿を見せてくれました。一人一人が、一生懸命に団の優勝のために競技する姿、温かい大きな声での応援、見ている人まで「楽しい」を感じさせてくれた中学部の応援ダンスなど精一杯の力を発揮し、周りを喜ばせてくれました。一人一人の力が集結し、赤団白団、上江小中学校全体のまとまりをつくってくれた素晴らしい運動会だったと思います。

また、当日までの練習や準備もよかったですと思います。実行委員会を中心に練習に取り組んだり、昼休みや放課後に自主的に集まり、応援練習をしたり、グラウンド整備を丹念に行ったりするなど練習や準備にも一生懸命で主体的な姿が見られました。

それから、上の写真の団看板ですが、これらは中学部3年生によるものです。実行委員会や団長・副団長・リーダー等を兼ねながらの地道な作業だったと思いますが、素晴らしく仕上がっていました。これまでの上江小中学校の伝統を立派に引き継いでいることに感銘を受けました。自分たちだからできたんだという、大いなる自信をもって、これからは生かしてほしいと思います。

※ 保護者の皆様へ 「運動会についてのアンケート」を本日、配付しております。ご協力のほどよろしくお願いいたします。



【 西諸地区中学校総合体育大会 】

【 写真は激励会の様子 】

西諸地区中学校総合体育大会が行われました。本校からは、陸上・女子バレー女子ソフトテニス・軟式野球の競技に参加しました。

陸上は、100m決勝まで進みましたが、残念ながら、県大会出場は叶いませんでした。

ソフトテニスは、団体戦で1勝、個人戦で初めて大会に臨んだペアも1セット以上とれたようでした。県大会出場は個人戦1ペアです。

バレーは、予選から強いチームにあたりました。それでも決勝トーナメントに残り、優勝した小林中に互角の試合展開で20点以上をとったようです。レベルの高い試合での「楽しさ」を味わったのではないかと思います。

野球は1試合目を勝ち、2試合目で三松中に惜敗でした。大会前わずか1ヶ月での加久藤中との合同チーム編成で、思うように練習ができなかった中でしたが、数々のいいプレイが見られました。



今回の中体連大会の数々の試合を見て、「心」「技」「体」のバランスが大事であると感じました。「心」「技」「体」という言葉はよく武道などで使われるものですが、全てのスポーツに通用するものだと思います。

「心」(メンタル)・・・強気、慎重さ、緊張感、集中力、思い、気力
 「技」(テクニカル)・・・技術、戦術
 「体」(フィジカル)・・・体調、体力

体力や技が優れていても、緊張感により力を発揮できなかつたり、メンタルが強くてスキルも磨かれていたとしても、連続試合にもちこたえる体力がなかったら、もっている力を発揮できないこととなります。そしてこの3つの要素は足し算ではなくかけ算となるそうです。

$$\text{「心」} 100 \times \text{「技」} 100 \times \text{「体」} 100 = 1,000,000 (\text{最高のパフォーマンス発揮})$$

$$\text{「心」} 80 \times \text{「技」} 70 \times \text{「体」} 0 = 0 (\text{何も力を発揮できない})$$

※ 体調不良

二つ目の計算の例のように、足し算であつたら、幾分力を発揮できることとなりますが、試合にも参加できなかつたら、力を発揮するのは0なので、かけ算になるということです。

このことは、ひいては勉強面での成果や仕事のパフォーマンス度でも同じ事がいえそうです。何かを行う時、自分は今どれぐらいの力を発揮しているのか振り返るのもいいかもしれません。

いい仕事

楽しみながらやった仕事はその心が相手に伝わる

いやいややった仕事もその心が相手に伝わる



「心の花」 小藪実英 万年日めくりカレンダーより

7月行事

小学部

中学部



- 3日(月) 代表委員会
- 4日(火) 全校集会 校外学習(2年)
学校運営協議会
- 6日(木) クラブ
ブックランド号
- 11日(火) 地区懇談会(予定)
- 13日(木) PTA立番指導
着衣泳(1・2・5・6年)
- 17日(月) 海の日
- 18日(火) 校外学習(3年)
非行防止教室(4年)
水泳記録会(5・6年)
- 19日(水) 夏休み図書貸出(4～6年)
- 20日(木) 夏休み図書貸出(1～3年)
ブックランド号
スマホ安全教室(5年)
薬物乱用防止教室(6年)
- 21日(金) 全校集会 大掃除
- 22日(土)～夏休み
- 26日(水)～28日(金) 二者相談(希望制)

- 3日(月) 県中総体激励式
- 4日(火) 学校運営協議会
- 5日(水)～7日(金) 修学旅行(2・3年)
- 6日(木) ブックランド号
- 7日(金) 事業所見学(1年)
学校運営協議会
- 8日(土) 県中学校総合体育大会
(新体操・相撲)
- 10日(月) 学びの確認週間
- 11日(火) 地区懇談会(予定)
- 13日(木) PTA立番指導
- 14日(金) 英検IBA(3年)
- 17日(月) 海の日
- 18日(火) 夏休み図書貸出
- 19日(水) 学専・全専
- 20日(木) 薬物乱用防止教室
- 21日(金) 全校集会 大掃除
- 22日(土)～夏休み
- 26日(水)～28日(金) 三者相談(希望制)
(※中3は全員相談)