

生徒指導通心



2019.4.10 新入生号
生徒指導主任 川崎光嗣

二日遅れですがご入学おめでとうございます。一昨日より紀伊中学校の生徒です。入学した気持ちはどうですか? **不安**や**期待**の気持ちなどでしょうか!?心配しないで下さい!!紀伊中学校の先輩や先生方は**優しい**方たちばかりです!!その**緊張**した気持ちを大事にして三年間を過ごして欲しいと思います。さて中学校に入学してやってみたいことはありますか!?プレッシャーを与えるようですが、**毎日の生活**が次の自分の姿です。一日を大事にして新1年生155名でこれからの紀伊中学校の中心になって欲しいと思います!!

【「自信」～自信が持てる10のコツ!!三年間で自分を磨こう～】

今の自分自身で満足ですか!?人は成長するから楽しいのです!!最初に成長の**糧**になる話をします!!1つ目は、毎日今の自分が少しでも**①成長**していれば良いという事です。昨日より全く進歩のない人なんていません。2つ目は、「**他者と比べるより自分を磨け**」です!!「自信がない」から出来ないのではなく、「何かを**②恐れる**」から自信がもてないのです。3つ目は、今のうちにどんどん失敗しましょう!!どんなことでも**③継続**することは自信を生みます。決めたことは続けよう!!4つ目は、すぐに**④言い訳**をする人間は自信がない人間です。**言い訳は成長の最大の敵**!!どんなに小さなことでもいい。出来たことがひとつでもあれば自分を**④褒めましょう**。5つ目は、**⑤姿勢**がいい人間は自信がみなぎっています。頭の前からローブが空に向かって伸びている感じで姿勢を良くしましょう。6つ目は、仲間を大事にしましょう。仲間が頑張っている姿は自分のあり方を見直せます。**⑥良い仲間**を見つけ、いい影響を受けましょう。7つ目は、**善悪**の判断をする!!プライドと自信は比例しない。何でも恥ずかしがらずに**⑦素直**にHELPが出せるようになりましょう!!**素直な心は、成長の源**になります!!8つ目は、自分ひとりで自信をつけるのではありません。自信とは、友だちや先生、保護者の人たちが**⑧与えてくれる**ものです。自信を**探す**事も時には必要です!!9つ目は、自信があるから笑顔な訳ではない。**⑨笑顔**でいるから自信が生まれるのです。今の自分が嫌いで自信がつかずがありません。最後は今の**⑩自分を愛する**ことができるようになること。自分をしっかり愛してあげてください!!

自信の持ち方

- ① 自分を他人と比較しないで、「昨日までの自分」と比較する!!
- ② 「自信がない」理由は、「何を恐れているのか」を考える!!
- ③ 何かひとつでも自分が続けられるものを毎日継続する!!
- ④ 自分はできないではない。自分はできると自分を褒める!!
- ⑤ 姿勢を正す!!
- ⑥ いい仲間を増やす!!
- ⑦ 自信がある人は素直に「助けてください」が言える!!
- ⑧ 自信はつけるだけでなく、自信はいただくものでもある!!
- ⑨ 自信ある人間は笑顔が素敵である。しかし逆に笑顔をずっと意識することで自信は生まれる!!
- ⑩ 自身がつく最も簡単な方法は自分を愛すること!!

この三年間いろいろな人に**出会い**、いろんな**経験**をするでしょう!!そのたびに悩んでいたなら時間はもったいない!!限られた**時間**で、限られた**社会**の範囲で自分の成長を最大限に引き出してみてください!!最大限の範囲は自分の**行動**一つです。先生たちは、そんな風に考える生徒たちを心より**応援**と**サポート**したいと思います!!

【心は形(服装・頭髪)にあらわれ、形(服装・頭髪)は心にひびく】

～ルールを守ることは、自分を守ることです～!!】

中学校に入学すると**校則**があります!!細かい**ルール**は担任の先生から連絡があると思いますので、今回はこれだけは**絶対に守ってほしい**という内容だけ伝えます!!

制服は小学生との違いの一つになると思います!!かっこよく着こなすための**工夫**!!①ルールを守り、男女それぞれ規則に応じた**着こなしをする**!!②**清潔感**を保ち、**すがすがしい見た目と気持ち**で登校する!!③毎日制服を**チェック**し、ボタンがなくなれば購入し、汚れがあれば洗濯したり、制服を**大事**にする!!毎日の**生活習慣**や**気持ち**を**安定**させ、学校生活を送りましょう!!

授業は**教科担当制**です!!中学校では小学校とは違い、教科によって**先生が変わります**!!担任の先生とは一日授業中にあわない場合も出てきます!!そんな中で、**自分の力を磨いていくのが**中学校です!!という事は自分の**頑張り**が全て**自分に跳ね返ってきます**!!逆に、**頑張らなければ誰も頑張らせてくれません**!!誰かの為でなく自分のために頑張ることができる人になってください!!

交通安全について…紀伊中学校への登校方法として、自転車通勤する生徒が大半だと思います!!また休日も含めると自転車に乗らない人の方が少ないと思います!!紀伊中学校の校区は**道路幅が狭く**、**暗い道も多くなっています**!!**ヘルメット**をかぶることはもちろん、自分が**危険**な思いをすることがないように、交通ルールをしっかり守り**事故にあわない**でほしいと思います!!

目標や**夢**を見つけてください。その目標や夢の実現のために勉強や部活動、また毎日の生活が**頑張れる**ようになってほしいと思います!!携帯電話やゲームも楽しいと思いますが、毎日の学校での勉強や、部活動の方が自分の身近な目標や遠くの夢につながってくると思います!!そのためには、やりたいことを**見つける**ことから**スタート**です!!早く見つけてその目標に突き進んでいってください!!

【生徒指導からの連絡】

生徒指導室は本館の1階保健室の横にあります!!友達関係や勉強、部活動などのさまざまな悩みを話していただける場所です。気軽に声をかけてください!!皆さんが**安心した学校生活**を送ることができるようにしたいと思っております!!また今は期待や希望で疲れは感じないかもしれませんが、毎日、しっかりご飯を食べて、睡眠をしっかりととり、次の日に疲れを残さないようにしてください!!最初から頑張りすぎる必要はありません!!みんな同じだけ**活躍**の場所が待っていますので、その活躍しなければいけないときに力が**発揮**できるようになってほしいと思います!!

【今後の予定】4月11日(木) 学級写真 ※ネクタイ・名札等忘れないように!!12日予備日

4限目 服装頭髪指導

4月26日(金)2限 情報モラル教室 ※SNSトラブルに巻き込まれないために!!

