



常陽中だより

令和4年 7月 20日
尼崎市立常陽中学校
校長 徳山 壮一 No.6

さあ！ 明日から 夏休み



皆さんには、35日間の『時間のボーナス』が与えられます。この『時間のボーナス』を大切に充実した生活を送り、心も体もたくましく成長し、「いい目」「いい顔」で2学期を迎えることができるようにしましょう。

始業式 8月25日(木)

人は、目標を持ち、その目標の達成のために努力している時、いきいきと生活でき、充実感・満足感を味わうことができます。三者懇談会で担任の先生からいただいたアドバイスをもとに、学習面・生活面・体力面のそれぞれに目標を定め「目標のある生活」を送ってください。夏休みが終わった時「よく頑張った」と「自分で自分をほめる」ことができる夏休みにしましょう。

1年生の皆さん・・・入学から4ヶ月。中学生として、しっかりと成長することができました。今後さらに成長するために、将来のことを考えながら中学校生活を送りましょう。

2年生の皆さん・・・いよいよ、皆さんが主役となって『チーム常陽』を引っ張っていかねばなりません。3年生の皆さんが築いてきた伝統を引き継ぎ、1年生とともに、さらに素晴らしい常陽中学校を創り上げていきましょう。

3年生の皆さん・・・『夏を制する者は、受験を制する』の言葉とおり、自分の夢・目標の達成のために、小さな努力を積み重ねていきましょう。思いどおりにいなくても、絶対にあきらめてはいけません。『努力は、必ず報われます』自分の力を信じて、常に笑顔で前に進んでいきましょう。

チーム常陽の活躍

〇第66回阪神中学校総合体育大会

【バドミントン部】祝 県大会出場！

団体戦 準優勝
2回戦 VS 武庫川大付
準決勝 VS 塩瀬
決勝 VS 園田学園

個人戦 シングルス 山元菜緒 第3位
松崎亜寿花 ベスト8
阿部 暦 ベスト16
中村心羽 今井瑠菜 ベスト32
ダブルス 谷脇華妃・牧元いるか ベスト8
今井結菜・竹中和奏 ベスト8

【柔道部】 個人戦 男子55kg級 堤 歩 ベスト16



【陸上競技部】祝 県大会出場！

共通男子3000m 松原大樹
9' 43" 39 6位

【水泳】100m背泳ぎ 松本亜美 1' 20" 76

〇自主学习ノート ベスト8 ※()内 ページ数

【1年生】・・・ 香川絢優(78) 宮野 梓(72)

部 美夢(72) 村田かのん(61) 木村 晃(59)

岡山 花(54) 崎原夏乃(52) 加藤茜音(51)

【2年生】・・・ 野田梓紗(153) 上道奏太郎(141)

阿部 暦(138) 本田花音(134) 山森菜央(94)

鍛冶谷詩月(84) 高橋笑魅里(76) 田中優奈(74)

【3年生】・・・ 松原大樹(237) 倉内穂乃香(146)

中尾奏恵(130) 谷脇華妃(91) 宮本百穂(89)

松本恭佳(87) 中村立玖(87) 葛西渚月(79)

〇ノート大賞 ～この人達のノートがすごい～

越江美友(3-3) 柳原知優(3-3)

学習でもスポーツでも結果を出すためには、自分から進んで、毎日、小さな努力を積み重ねることが大切です。『継続は力なり！』

今月の言葉

勝負は、勝負の前に
ほぼ決まっている！！



「勝負どこで力を出し切るために大切なこと」について、話をしたいと思います。学習や部活動など、誰にとっても「ここ！」という勝負どころを経験することは、必ずあります。ただ、「ここ！」という勝負どころで普段どおりの力を出し切ることは、かなり難しいことです。どうしてもプレッシャーを感じて緊張してしまい、何としても結果を出したいと思えば思うほど、思いどおりにいかず、持っている力を十分に出し切れずに終わってしまう人もいないではないでしょうか。しかし、「ここ！」という勝負どころでしっかりと力を出し切れる勝負強さを持っている人もいます。そのちがいは、なんだと思いますか。校長先生は、いい意味で「開き直れる」ことができるかどうかだと思います。「勝たなければ、いい点をとらなければ・・・」など、結果のことばかり考えすぎてしまうと、自分が自分自身にプレッシャーを与えてしまい、緊張感が増し、十分に力を出し切ることができません。「結果なんてどうでもいい」と、いい意味で「開き直り」、目の前のことにのみ集中することができれば、余計な力が抜け、十分に力を出し切ることができます。そのような、いい意味での「開き直り」ができるようになるには、自分の力でどれだけ準備をしてきたかが大切です。普段から自分で決めたことをやり続けるなど、自分に甘えない努力が自信につながり、「ここ！」という勝負どころでの精神的な支えになるのです。人の目はごまかすことができても、自分自身をごまかすことはできません。「勝負どころで力を出し切るために大切なこと」は、『これだけのことをやってきたんだから絶対に大丈夫だ』と、自信を持って、言い切ることのできる準備をすることができるかどうかです。 7月4日 生徒朝礼 校長講話

保護者の皆様へ お礼

保護者の皆様方のご理解とご協力のおかげで、本日の終業式を迎えることができました。ありがとうございました。2学期も『信頼される学校』を目指し、教職員一丸となって取り組んでまいります。1学期と同様に、あたたかいご支援をいただきますようよろしくお願いいたします。

