



学校だより



青梅市立東小中学校
令和6年度 第8号
令和6年11月29日

小さな目標で自信をつけよう！

校長

2学期もあと3週間となりました。児童・生徒の皆さん、自分の目標の達成の様子はどうでしょうか。よく、もうできそうもないからやめようとか、自分には無理だからあきらめようとか、思ってしまうことがあります。でも、本当にできないのでしょうか。もしかしたら自分で勝手にできないと決めつけているかもしれません。やればできるのに努力することがつらくなったり、面倒くさくなるとやる気がなくなったり、あきらめてしまうことがあります。では、どうしたらやる気が出てくるのでしょうか。

まずは、自分のできた時のイメージをもつことが大切です。勉強でも、運動でもこんなことができたという自分をイメージしてみてください。例えば、サッカーでシュートを決めた自分。ここにパスをもらって、そしてゴールの右コーナーにシュートして決める。ボールをもらうイメージ、ボールをシュートするイメージをつくります。そして、シュートするまでに必要な技の練習をします。ボールを受け止める技やその場所からシュートできる技を、何回もできるまで繰り返して練習をするのです。すると、試合になった時にもイメージどおりにプレーすることができます。シュートが決まるとできたという達成感を味わい、今度はこんなふうにやってみようというやる気が出てくるのです。

メジャーリーグで活躍している大谷選手は、子供のころ自分がプロ野球で活躍している姿をイメージして「8球団からドラフト1位指名を受ける」という目標を立てたそうです。そして、そのために自分が今達成しなくてはならない小さな目標を立てて、その小さな目標を達成するために努力しなくてはならないことに取り組んだそうです。この小さな目標が、将来、自分の夢を叶える成長につながるのです。

2学期のあと3週間、自分の目標達成のために、小さな目標を立ててコツコツと努力をしてみてください。きっとやりきったという達成感とやればできるという自信がつきますよ。

小学校 関東少年文化祭「シンクロソーラン」

11月8日(金)、小学生は関東少年文化祭（青葉の森公園芸術文化ホール）に行ってきました。昨年度に引き続いての参加となる今回の発表演目は「シンクロソーラン」。授業で取り組んだ「シンクロマット」と、運動会でもおなじみの「南中ソーラン」を組み合わせた東小オリジナルの演目です。力強いソーラン節に加え、マット運動では息を合わせた前転やブリッジ等、見応えのある内容となりました。発表の約8分間、子供たちは全力で演技し、声を出し、集中力を途切らさずに見事にやり切りました。移動に時間がかかってしまった関係で、リハーサルなしでの本番になりましたが、『練習どおり』堂々と発表する姿はとても頼もしかったです。

練習から本番まで、様々な面でご協力いただいた学園・寮の先生方、本当にありがとうございました。

芸術鑑賞教室 即興演劇「パントマイムとコミュニケーション教室」

11月7日(木)、芸術鑑賞教室を行いました。今年は、元「が〜まるちょぼ」のケッチさんによるパントマイムを鑑賞しました。パフォーマーのケッチさんは、世界39か国でパントマイム公演を行っており、声を発せず体の動きと表情だけで様々なことを表現する姿に圧倒されました。

突然、カバンが重くなったり、壁があるように見えたり、児童・生徒も前に出て体験をおこなうなど、ひととき日常から離れ、パントマイムで笑い楽しみ、素敵な時間を過ごすことができました。

<児童・生徒の感想から>

- ケッチさんのパントマイムを生で見られてすごかった。新鮮でした。
- あらゆるものを、声を出さずに演じる姿に感動しました。
- 口からピンポン玉が出てくる手品がすごかった。どうなっているのか不思議だった。
- 相手に伝える時に大切なのは伝えたいという「気持ち」だということがわかりました。
- 動かないカバンは本当に重そうだった。今日はめっちゃめっちゃ笑えました。
- 見えない壁が上手にできるようになりたいです。

最後に、ケッチさんから「思いのこもった感想をありがとうございます。たくさん楽しんでくれてありがとう。夢に向かって今を大切にしてくださいね。」とのメッセージをいただきました！

学園、寮の先生方のご協力もいただきました。ありがとうございました。

中学校 クラブ活動 東京カップ

10月19日(土)に萩山実務学校で第25回三学園対抗野球大会(東京カップ)があり、選手11名で参加しました。萩山実務学校戦8―6○、埼玉学園戦4―13●の1勝1敗という結果となりました。攻撃では四球や盗塁などでチャンスを作り、タイムリーヒットで得点をあげることもできました。守備ではゴロをさばいたり、本塁のクロスプレーでランナーをアウトにしたりと三振でないアウトをたくさんとることができました。攻撃も守備も、試合の中で練習してきたプレーをたくさん成功させることができました。ここ数年の東京カップは、相手の四死球で得点し、三振でアウトを取ることが多かったですが、今回は野球らしい点の取り方、アウトの取り方ができた試合でした。ここまで成長してきたことに満足せず、さらなる上達を目指してほしいです。寮の先生方、応援・ご協力ありがとうございました！

中学校 クラブ活動 関東女子バレーボール大会

10月29日(火)に武蔵野の森総合スポーツプラザで第24回関東女子バレーボール大会がありました。午前中の予選リーグと、午後のフレンドリーマッチの参加で、計5試合行いました。慣れない大きな会場と、大会ならではの雰囲気圧倒される場面もありましたが、選手全員で大きな声を出して試合に臨みました。たくさん練習してきたサーブの決定率も増し、最後の試合では勝利することができました。悔しさも喜びも感じられる、学びの多い大会となりました。寮の先生方の応援・ご協力ありがとうございました。