



# 原一中だより

第 9 号 令和 6 年 1 2 月 2 3 日 (月) 発行

令和 6 年度 重点目標 未来をみつめ ともに輝く生徒

## 2024年を振り返る

12月は、今年1年を振り返る時期です。振り返りをおして、自分自身を客観的に見つめ直すことができます。客観的な視点で自分自身を捉えると、どう成長できて、どんな学びを得られたかが把握できます。ただ単に、「頑張った」とか「よかった」、「ダメだった」では不十分です。きちんと時間をかけて振り返ることが必要になります。失敗やうまくいかなかった経験、達成できなかったことなどを思い出すと落ち込んでしまう可能性もあります。しかし、現在の自分が過去の自分を見つめ直すことで、乗り越えるべき課題やチャレンジしたい取組などが明確に意識できるようになるはずで

す。振り返りのポイントは、次の2つです。

### ①印象的な出来事を肯定的に受け入れること

成功体験や楽しかった出来事は、肯定的に受け入れやすいので、「なぜうまくいったのか」も分析します。失敗や辛かった体験は、否定的な気持ちで思い出すので、「失敗などから得た学び」に目を向けます。成功も失敗もプラスの部分に注目し、肯定的に受け入れることで自己肯定感が高まり、次のチャレンジに向けての意欲が増すはずで

### ②ネガティブな点にもきちんと向き合うこと

自分が抱えている課題や改善すべき短所など、できなかったことや失敗したことを掘り下げます。その中で、なぜ結果に結びつかなかったかを考え、それを次の「道しるべ」にします。失敗や達成できなかったことを他人のせいにするのではなく、自分に足りなかった部分を見つめ直して改善することで、自分自身の成長の鍵とします。

## 秋～冬 活躍の軌跡

\*相双地区で3位以上、かつ県大会出場権を得た運動種目コンクールは相馬地区以上で特選や金賞等を掲載します。

### ■ジュニアオリンピックカップ U-16

#### 陸上競技大会福島県予選大会

○女子ジャバリックロー 第2位 遠藤さん

#### ■相双地区中学校新人ソフトテニス大会

○男子団体 第1位

男子個人 第1位 米倉さん、橋本さん

第2位 伊賀さん、鈴木さん

第3位 今田さん、管野さん

○女子個人 第2位 佐藤さん、紺野さん

#### ■相双地区Sリーグソフトテニス大会

○男子団体 第1位

#### ■中学校新人陸上競技大会相双地区大会

○共通女子800m 第1位 小林さん

第2位 森山さん

○1年女子1500m 第1位 馬場さん

○1年女子100m 第2位 大平さん

○2年女子100m 第2位 塩野さん

○1年女子1500m 第3位 森山さん

○2年男子砲丸投げ 第1位 仲宗根さん

○1年男子1500m 第2位 鈴木さん

○共通男子3000m 第2位 星さん

○2年男子1500m 第3位 星さん

#### ■相双地区中学校新人卓球大会

○女子団体 第3位

#### ■相双地区中学生新人バドミントン大会

○女子シングルス 第2位 増田さん

#### ■相双地区中学校新人大会柔道競技

○男子団体 第3位

○男子個人 第1位 荒さん

第2位 遠藤さん

第2位 榎本さん

第3位 中山さん

○女子個人 第1位 神崎さん

#### ■福島県中学校体重別柔道選手権大会

○女子個人 第2位 神崎さん

#### ■第70回相馬地方読書感想文コンクール

○特選 田中さん、馬場さん

真城さん、小谷津さん

#### ■第70回青少年読書感想文福島県コンクール

○特選 田中さん

○準特選 小谷津さん

#### ■福島県造形作品秀作審査会

○特選 蕪木さん、富田さん、遠藤さん

松岡さん、野田さん、横山さん

鈴木さん

#### ■全国中学生人権作文コンテスト

○奨励賞 鈴木さん、三品さん

#### ■第30回日本管楽合奏コンテスト全国大会

○中学生A部門 優秀賞

#### ■アンサンブルコンテスト相双支部大会

○金賞 クラリネット四重奏 県大会出場

打楽器三重奏 県大会出場

サクソフォン四重奏 県大会出場

木管打六重奏

金管八重奏A

金管八重奏B

#### ■ジュニア献血ポスターコンクール

○入選 清水さん

#### ■日本クラシック音楽コンクール地区本選会

○優秀賞 鈴木さん 全国大会出場