

必ず春は来る！頑張れ3年生！

広徳中学校の生徒の皆さん、保護者の皆様、校長の児島です。3年生は、ようやく私立高校の一般入試が終わってひと段落もつかの間、次は公立高校の一般入試に向けて保護者会が行われています。進路決定のその時まで、どうかブレずに頑張ってくださいと思います。そして何よりも、体調には十分に気を付けて下さい。春はそこまでやって来ています。すでに推薦や特色化の入試で、進路が決定した仲間が周りに増えてくると、どうしても気持ちが焦ってしまいますが、この試練がきっと将来の糧（かて）になると信じて頑張ってくださいと思います。進路が決定した皆さんは、そんな仲間の応援団として、できる限りのサポートをしましょう。「受験は団体戦」です。自分の出番が終わりベンチに下がっても、自分のチームを応援したり、裏方としてサポートするのはとても大切なことです。それがきっと、皆さんのメンタル（＝精神力）を鍛えてくれると思います。

○ 持っている力を確実に引き出すために

勉強だけでなく、部活動や習い事、クラブチームなどの活動でも、何かに一生懸命に取り組んだという体験は、中学生の皆さんにとって本当に大切です。何かに真剣に向き合い、越えなければならないハードルを経験することで、少しの失敗・落ち込みでは慌てないメンタルを身に付けることができます。たとえ、自分の思った通りの結果にならなくても、「努力して、実力を身に付けた経験」は、必ず自信につながります。この自己肯定感は、将来きっと役にたつはずですよ。

そしてもちろん、大事なテストの最中にもあきらめないメンタルは必要です。特に受験本番では、分からない問題が続いたり、慣れない会場で雰囲気に飲まれたり、といったことはよくあります。

そんな時に一番大事なことは、落ち着いて考えることです。大事な場面で落ち着くために、自分が今まで経験してきた大切な場面、例えば、試合前にグラウンドやコートに立ち、声を出して気合いを入れた時や、本番前にステージに立ち、ライトを浴びた時のドキドキ感、そして、それをやり終えた時の気持ちを思い出してみてください。きっと、その緊張感が程よい刺激になって、皆さんの気持ちを上げてくれることと思います。

○ 節分が過ぎ、立春をむかえ季節は春へ

2月3日（土）は節分でしたが、皆さんは豆まきをしたり、恵方巻を食べたりしましたか？来年は、地球と太陽の位置関係から暦がずれる影響で1日早まり、2月2日が節分になるそうです。

節分は、春が始まるとされる立春の前日で、季節を分けるという意味があります。来年の事を言うと鬼が笑うといいますが、来年は1日だけ、春が来るのが早くなります。

入試と卒業が間近になってきた3年生、いよいよ3年生へ進級する2年生にとっては、春が来るのがうれしいような、寂しいような複雑な気持ちかもしれませんね。1年生にとっては、先輩になる時が近づいて来た感じがします。広徳中の皆さんに、どうかよい春が訪れますように。



【まだまだ冬景色の広徳中グラウンド】