

校訓	真善美	令和5年度 学校だより	発行日	令和5年6月27日
教育目標	自ら考え、行動し、 未来を創造できる生徒の育成 感謝する心、確かな学力、健やかな心身を育てる	「荒中だより」 6月 水無月 第10号	発行者	伊丹市立荒牧中学校 校長 山崎 佳恵

今週末、総合体育大会 最後まで諦めないで、全力発揮！！

何事も、『最後まで諦めないで取り組むこと』は、自分の可能性を広げることや伸ばしていくことに繋がります。できることが増えると自信に繋がり、新しいことや苦手なことにも挑戦する勇気がわいてきます。だから、何ごとにおいても『最後まで諦めないで取り組む姿勢』を大切にしてください。

【熱中症対策】

テストが終わった日から大会へむけての練習が始まっていますが

「こまめに水分補給」

「6～7時間の睡眠時間確保」

「朝食をとる」



自分の命を守るため、本領発揮するために3つのことを守ってください。スポーツも、勉強も、大会や試験日に目標設定をして体調を整えることが必須です。どんなに一生懸命取り組んできても当日全力発揮できなければ悔いが残ります。そうならないためにも自分の心身のコンディションは、自分でコントロールできるように、試行錯誤することです。自分の命は自分で守るのです。張り切って、急激に無理をせず、暑さや運動に体を徐々に慣らしていきましょう。ハッピールーティーンは、日常から自分でつくっていかないと、「その時だけ」では緊張してしまって、なかなか本領発揮することができません。

校内掲示物【総合体育大会 行くぞチーム荒牧】が掲示されています。部活動の集大成、全国大会まで続く最後の大会は、3年生の“有終の美”がかかっています。どれだけ納得のいく試合をして、悔いなく最後を迎えるかですが、後輩や顧問の先生方の温かい応援メッセージが3年生のみなさんを支えてくれることがよくわかります。明日の壮行会の姿勢、決意表明が楽しみです