武　一　中

令和２年１２月２５日
武蔵野市立第一中学校
学校だよりＲ２－１４号

URL:http://dai1-jh.musashino-city.ed.jp/

「振り返り」をしましょう

校　長　　中嶋　建一郎

「振り返る」という言葉から皆さんはどんなことを連想しますか。辞書を見ると、「空間的、または時間的に後方を見ること」と書かれています。空間的に後方を見るというのが動作として後ろを見ることです。

後ろを見ると便利なことがあります。例えば、校庭にライン引きでまっすぐな線を引くとき、前を向いて引いているだけだと、まっすぐに引いているつもりでも、曲がってしまうことがあります。時々、後ろをみることで曲がりそうなのを修正することができます。中には、後ろ向きになって、引いた線を見ながら引く人もいます。

辞書に載っていたもうひとつの時間的に後方を見ることは、過去の行動や考えを思い出し、確認することです。これも過去の自分の行動や考えの曲がり具合を見て、修正するのに活用できます。また、今後のやる気につながる可能性もあります。

今日で２学期が終わります。そして、あと１週間で２０２０年が終わります。２学期という単位、または１年という単位であなたの行動の「振り返り」をしてみてほしいと思っています。

私がお勧めする「振り返り」は、自分が頑張ったこと、自慢できそうなこと、成長したこと等の良かったこと３つに対して、直した方が良いこと、失敗したこと等、あまり良くなかったこと１つの、３対１の割合で考えることです。皆さんは成長期ですから、できるようになったことがたくさんあるでしょう。去年より今年の方が良くなったこと、成長したことが多いのではないでしょうか。

「振り返り」で考えついたことは、ノートや手帳に書きだして後からでも見ることができるようにしておきます。これは、次の「振り返り」と比較するときや、何年か分をまとめるときに使います。

３年生に対して１１月末から、高校入試に向けた面接練習をしました。私の質問の中には「あなたが中学校３年間で頑張ったことは何ですか」や「１分間で自己ＰＲしてください」というのがありました。自分は何をしてきたのか、良いところは何か、その場でとっさに思いつく答えでは十分でないことがあります。「緊張して思い出せなかった」「何であのことを言わなかったんだろう」という後悔もありそうです。３年間分の「振り返り」をしてベスト３を選んでおきましょう。

「振り返り」をすることで、自分の成長具合や、まっすぐに進んでいるか、方向は合っているか等を確認して、新学期や新年の目標を考えてみてください。

長い２学期、お疲れさまでした。始業式でまた会いましょう。

２５日（金）終業式の話より

◇◇一中生の活躍◇◇

【世界連邦運動協会　武蔵野支部】
第 49 回全国小・中学生ポスター・作文コンクール作文の部
・岡田智也　　市長・支部長賞

【ソフトテニス】
第 72 回武蔵野市民体育祭ソフトテニス大会
・隈本・蓑和ペア　中学男子　優勝
・内山・濱ペア　　中学男子　３位

【水泳】
多摩地区中学校水泳競技大会　第 25 回 SPRINT 選手権
○個人種目
２学年

・安部　彪吾	男子１００ｍ個人メドレー	第１位　１’１５”１４
	男子５０ｍ背泳ぎ	第２位　３３”５７
・松林　晃佑	男子１００ｍバタフライ	第２位　１’１４”１９
	男子５０ｍ自由形	第１位　２８”２３
・佐川　遠	男子５０ｍ背泳ぎ	第６位　３８”５２
	男子１００ｍ自由形	第３位　１’１１”５１
・白鳥　さにい	女子１００ｍ自由形	第３位　１’１３”７４

１学年

・橋本　実乃莉	女子５０ｍバタフライ	第１位　３４”４０
	女子５０ｍ平泳ぎ	第２位　４１”００
・橋本　灯里	女子５０ｍバタフライ	第３位　３５”６２
	女子５０ｍ背泳ぎ	第１位　３６”３０
・浅海　結里	女子１００ｍ自由形	第６位　１’２１”０２
・黒沼　歩夢	男子５０ｍバタフライ	第３位　３７”２５

○リレー種目

・白鳥、橋本実乃莉、橋本灯里、桑名チーム	
代表女子２００ｍメドレーリレー	第２位　２’３１”０６
・安部、小川、松林、佐川チーム	
代表男子２００ｍメドレーリレー	第２位　２’２２”５６
・白鳥、桑名、橋本灯里、橋本実乃莉チーム	
代表女子２００ｍリレー	第３位　２’１５”２８
・松林、安部、黒沼、佐川チーム	
代表男子２００ｍリレー	第２位　２’０１”５７