花緑輝

令和２年度
学校報９月号④
大仙市立
太田中学校

新人総体結果～男子庭球全県へ～

【ソフトテニス】

男子は団体予選リーグで角館中に完勝するも南外中に惜敗。そして進んだ決勝Ｔの準々決勝で協和中に１ー2 で敗れた。個人戦で小松・鈴木ペアと服部・小柳ペア（ともに全県出場）がファイナル４に進んだのだから力はこんなもんじゃない。更なる奮起を期待したい。

逆に女子は，個人戦ではファイナル４に進んだペアはなかったが，予選リーグは１位通過。決勝Ｔの準々決勝で協和中に勝利し，準決勝で神代中に１ー2 で惜敗しての団体３位。しかし，優勝した曲中は１年生が主力と聞いた。負けてられない。

【バレーボール】

予選リーグで，角館中・西明寺中・桧木内中の合同チームに 0 - 2 で敗れた。しかし，各セットの点差はわずかで，接戦だった。それに大会前の練習試合では本校が圧倒していたのを見た。十分に勝つチャンスはあったが，要所でミスが出た。残念ながらミスをゼロにすることはできないが，5 回あったミスを 3 回に減らすことは可能である。そのためには基本の反復しかない。

【野　球】

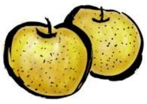
初戦の美郷中戦は 5 - 2 で快勝。それまで貧打に喘いでいた本校だったが，好機を逃さず先手を取った。野球は心理的側面の大きいスポーツだ。そして主導権を相手に渡さず最後まで戦い抜いた。2 回戦の相手は強豪西仙北中で，一時は 6 点のビハインド。でも，粘って守りくらいついて 3 点差まで詰め寄った。今後に希望をつなぐスコア（3ー6）である。しかし，油断は大敵！心理的側面の強い野球では普段の生活が試合に影響する。

【卓　球】

卓球の男子個人戦で佐藤選手がベスト 16 進出，女子個人戦では伊藤選手，石﨑選手が 2 回戦まで進んだ。スポ少経験者の多い学校と戦うのは大変である。団体戦では，女子は１回戦で角館中に 0 - 3 で敗れ，男子は 2 回戦で美郷中に１ー3 で敗れた。

美郷中男子は，個人戦でベスト４に４人が進んだ。つまり独占！その他に第 2 シードだった選手もいる。その美郷中と対戦して１勝を挙げた草薙選手はよく粘った。

良い習慣に近道



「記（録）には自分自身を客観視し，『メタ認知』を鍛える効果がある」
[illegible]　野　信　氏

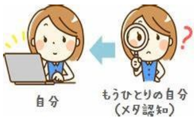
★良い習慣を身に付けるためには，自分に対する気づきを高めることも有効です。左記のような指摘もありますので，生徒が毎日記入している「デイリー　ライフ」を活用して，自分自身への気づきを高め，習慣の改善につなげる取組を始めています。

デイリーライフ
Y
Year
Daily Life Y　2020／年間
毎日の生活の記録

★ポイントは，学習時間・就寝時間・ゲームをした時間・その日に頑張ったことを記録し，週末に自分自身を振り返る！です。

◆

＊メタ認知：自分の言動について，頭の中のもう一人の自分が別の次元から，その言動を見つめ調整したりすること。


自分
もうひとりの自分
（メタ認知）

＊メタ認知の例

○自分ばかりしゃべっていて，人の話を聞かないなあ。
○シュートがいつも右にそれる。少し左に打とう。etc

例）ある週のある人のお昼

月	火	水	木	金	土
カップ麺 おにぎり	カルボナーラ	コンビニ弁当	菓子パン ジュース	カツカレー	タピオカだけ
糖質・脂質豊富	高カロリーで脂質も多め	炭水化物・脂質たっぷり	糖質がズバ抜けている	太りたい人はまずこれ！	でも糖質豊富で高カロリー

「まずいな。こんな食生活だからおれは太ったんだ。」

（ある人）　　＊これはメタボ認知！（笑）

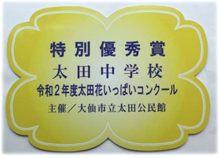
◆

★「デイリーライフ １週間の振り返り」（3 年生）

- 「メディアの時間が増えてきているので気を付けたい。」
- 「（日記を見ると）苦手な分野の所が少しずつ得意に変わっていっているのがうれしかった。」
- 「睡眠時間が短くなっているので伸ばしたい。」
- 「（データを見て）勉強時間をもっと増やそうと思いました。」
- 「スマホの時間を減らした分，それを勉強の時間にあてられた。」
- 「１週間分合計してみたら，勉強とメディアの時間があまり変わらなかった…。」

特別優秀賞をいただきました！

令和 2 年度太田花いっぱいコンクールで特別優秀賞をいただきました。みんなが頑張った成果です。



特別優秀賞
太田中学校
令和2年度太田花いっぱいコンクール
主催／大仙市立太田公民館