凡　事　徹　底

当たり前のことを当たり前に

蕨市立第二中学校
学校だより
令和４年度
第１０号（２月号）

頑　張　る

校長　椿　智絵

私は、体育科の中学校教員として教員生活をスタートさせました。教育実習生の担当も何度かさせてもらいましたが、秋の教育実習の時期は、毎年長距離走の時期と重なり、教育実習生に長距離走の指導をお願いすることが多かったです。指導を実習生に任せて、私は生徒とよく一緒に走っていました。（走りながら、生徒の様子や先生の指示が適切であるかを確認していました。）

長距離走は、どちらかというとあまり好まれている種目ではありません。10分間走、15分間走、20分間走、25分間走と５分ずつ時間が伸びていくことの恐怖感。ただ走り続けることの苦しさ。「歩くな～」と飛ばされるげき。それでも、走り終えた時の爽快感や伸びた距離、縮んだ記録に達成感を十分に感じることができる種目です。

そんな長距離走の授業中に発した生徒の言葉が印象に残っています。

「私すごく頑張っているのに、実習生の先生に『頑張れ～』って言われると、『頑張ってます』と言いたくなる。応援してくれるのはうれしいけど、これ以上は無理という時もある。」という内容でした。

確かに、運動場面では、「頑張れ」、「ファイト」と応援の声をかけることが多いです。指導する側であれば、もっと上を目指してほしくて、とにかく頑張らせようと声掛けをしてしまうものです。

「頑張れ～」の一言は、やる気や意欲を掻き立ててくれることが多いですが、逆にやる気を失せさせることもあるのだなと、自分の指導場面を振り返るきっかけを作ってくれた一言でした。

同様のエピソードがもう一つあります。

同じくらいの時期に卒業生に向けて学年通信の原稿を書きました。タイトルは、「頑張りすぎずに、頑張って」だったと思います。

みんなはいつも一生懸命でした。
楽しいことばかりではなかったけれど、
楽しくなるように頑張っていました。
頑張ることは素敵なことです。
でも、頑張りすぎると疲れます。
疲れた時は、休むことも大切です。
休んで、元気になってから、
次の１歩を進めばよいのです。
いつも頑張っている皆さんへ。
頑張りすぎずに、頑張って。

子供たちは、大人が思っている以上に頑張っていると思います。叱咤激励をするのも大人の役目ですが、頑張りを認めてあげることも大事な大人の役目です。子供を見ているとどうしても悪いところばかり目についてしまう、直してほしいところばかりが気になってしまうものですが、子供の頑張っているところをぜひ見つけてほしいと思います。

ダイヤモンド社の書籍オンラインの記事「自分を責める」グルグル思考が今すぐやめられる魔法の言葉(https://diamond.jp/articles/-/316767)の冒頭の文章です。

「なんで〇〇できないんだろう」と自分を責めてしまうことがあると思う。
そんな時は「どうしたらできるかな？」と寄り添ってみてね。
「もっと頑張らないと」と焦る時があると思う。
まずは少しでも頑張ったところを褒めてみよう。
「もっと」だけじゃ辛くなるから。
あなたはもう、頑張ってる。

頑張っている二中生に伝えたい言葉です。

《学校教育目標》
自ら学び、深く考える生徒　（知）
心豊かで、思いやりのある生徒　（徳）
たくましく、健やかな生徒　（体）

蕨市立第二中学校
電話：048-443-2670 FAX：048-443-2671
URL：http://www.warabi.ne.jp/~warabi-2/
e-mail：warabi-2@warabi.ne.jp