

平成27年度

練馬区立光が丘第三中学校

# 光が丘三中だより

第5号

「知の輝き」「心の輝き」「身体の輝き」

URL <http://www.hikarigaoka3-j.nerima-tky.ed.jp/>

平成27年10月19日

## 「目標を立てる」

校長 眞々田 透

3日前に1学期の終業式が終わり、2学期になりました。1年を半分に分けて前半と後半というふうに考えることができますが、今日から後半が始まります。

3年生は、それぞれ自分の希望する進路を実現するために、さらに力を付ける時期を迎えています。学習面では、自分のペースを大切にし、最後の最後まで頑張りたいと思います。

2年生は、学校生活の中心として活躍することを期待しています。1時間1時間の授業をはじめとして行事・生徒会活動・部活動に集中して取り組み、充実した学校生活を築いて欲しいと思います。1年生はすっかり中学校生活に慣れたと思いますがこれからが頑張りどきです。

1学期には、運動会・修学旅行をはじめいろいろな行事、委員会、部活動に取り組み、大きく力を発揮できました。2学期は、これから合唱コンクールなどがありますが、それぞれに大いに力を発揮してもらいたいと思います。

そこでさらに力を発揮するために、1学期の反省から目標を考え、自分は学年の終わりには「こうなっていたい、こうしたい」という考えで目標を立ててほしいと思います。目標を立てる上で大事なことを2つ上げると、一つ目は、目標とは「こうなっていたい、こうしたい」という見通しや希望ではなく、「こうするのだ」という強い気持ち、意志をもつことです。きびしい言い方をすれば途中であきらめたり、投げ出してしまふようなものは目標とはいえません。強く意識することで、頑張れるし、自分自身のレベルアップにつながります。

二つ目は、目標を達成するには、スモールステップといいますが、もう少し小さな目標、具体的な目標を立ててみることです。期間も残り6ヶ月あるわけですが、10、11、12月と3ヶ月ずつに分けて立ててみる、さらにできれば月ごとの計画にしてみるということです。そして「千里の道も一歩から」と言います。遠い道もまず一歩を踏み出さないと始まらない。とにかく目標に向かって踏み出してみ、自分ができるところから小さな目標をひとつひとつ達成することで、大きな目標の達成につなげていくことです。一人一人が自分でよく考えて目標に向かって何事にも全力を尽くせる2学期にしてほしいと願っています。



女子体育の授業にて『空手』エイッ!

## これからの主な行事・予定

- 10月23日(金) 生徒総会  
10月30日(金) 合唱コンクール(練馬文化センター)  
11月2日(月)～10日(火) 3年 進路面談  
11月3日(火) 文化の日  
11月6日(金) 1年 クリーン運動  
11月12日(木)～14日(土) 中間考査  
11月13日(金) F組 八校合同文化発表会(練馬文化センター)  
11月19日(木) 1年・F組 歯科健診  
11月27日(金) 1年 校外学習  
12月1日(火) F組 校外学習  
12月3日(木)～9日(水) 1・2年 教育相談 3年 進路面談  
12月12日(土) 学校公開  
12月25日(金) 冬季休業前全校集会



地区祭にて 美術部展示

## 部活動がんばってます！

### 女子バレーボール部

新人大会 ブロック大会出場  
対大泉中 2-0、 対石神井中 2-0、 対大泉学園中 1-2  
対練馬東 2-0、 対学大附属中 2-1、 対北町中 1-2

剣道部 第3ブロック秋季剣道大会 男子団体の部 第3位(都大会出場決定)

吹奏楽部 練馬区連合音楽会に参加 光が丘地区祭に参加

女子バスケット部 新人大会 1回戦 対練馬東中 70-16、 2回戦 対富士見中 105-16  
ベスト4決め 対中村中 48-50 惜敗

園芸部 校内農園にて 芋掘り実施

卓球部 フジイケ杯(個人戦) 4回戦、3回戦進出

陸上部 区民大会 3年男子 100m 2位 和田涼吾

練馬区連合陸上大会(陸上部以外からも出場しています)

男子 共通 800m 3位 杉森静波、7位 赤木孝之輔、

1年 100mハードル 8位 尾崎駿太郎、3年 110mジュニアハードル 5位 別所勇哉、

1・2走り高跳び 6位 山口順平、3年走り高跳び 5位 佐藤一樹、

1年走り幅跳び 6位 麻島爽生、3年走り幅跳び 6位 田中光明

1・2年砲丸投げ 2位 鳥海隼之介

女子 1年走り幅跳び 3位 小向由里菜、1・2年 砲丸投げ 4位 堀祐理

女子ソフトテニス部 新人戦 団体の部 優勝(都大会出場決定)

美術部 光が丘地区祭に出品

他の部も新人大会など、運動の秋、文化の秋を謳歌しています！！