



7年生学年だよ



2021.6.4



待ちに待った校外行事 鴨池公園 6月1日（火）

4月の終わりごろから計画し始め、様々な準備をしてきた校外行事が晴天のもと実施されました。お天気やコロナ禍が心配されましたが、何とか実施出来ました。前日の最終学年集会で

はそれぞれの目標を述べてくれました。



- ・しゃべったことがない子もいるので、自分から積極的に話して仲間づくりを目指します。(Sさん)
- ・自分の担当の仕事をきちんと最後までやり切りたい。(Mくん)
- ・マスクをはずして笑えないけど、マスクをつけたままでも楽しくしたいです。(Yさん)
- ・困っている人がいれば助けてあげたいと思う。(Kさん)

道中、地域の方に道を譲ってもら

ったり、「どこへ行くの？」と声をかけてもらい温かく見守ってもらいました。ありがとうございました。



最初、はしゃいでちょっぴり怒られる。



お弁当前の感染症対策も忘れてません。



仲間作り弁当タイム。



担任の先生もゲームに参加！



男子は左手しか使えないのが苦しい！



二重跳び何回飛べるかな？

この校外行事で7年生は「仲間づくり・責任・感謝・思いやり」を学んだようです。

アンガーマネージメントって何？

6月3日（木）には本校のSC（スクールカウンセラー）の武岡先生をお招きして、アンガーマネージメントの勉強をしました。2つの小学校の生徒からなる小野南中学校の生徒は自分のアンガー（怒り）をマネージメント（コントロールする）ことは大事です。



スクールカウンセラーの武岡先生

<怒りのままに行動しないために>

- ①すぐできる対処方法
 - ・6秒カウントダウン⇔怒りのピークは6秒
 - ・その場を離れる
 - ・自己会話「落ち着け～…落ち着け～…」
 - ・深呼吸「スー…ハー…」
- ②分身の術を使ってみる
- ③言葉で伝えてみる
- ④書いてみる（書くことは感情の発散）

<生徒の感想>

・いつも怒ると物にあたってドアを強く閉めてしまったりしていました。でも今日の話を聞いてすぐに怒るのを直し、自分と向き合うことを忘れないようにしたいです。(Oさん)



あー腹が立つ
なんでやねん！

- ・今日の学習で分かったことは、怒ったら深呼吸することです。物や人にあたるのではなく自分の中で解決することが大切です。そうすると誰も傷つかないし、自分も後悔しなくなりました。(Iさん)
- ・今日の学習を通して僕は怒りの感情を抑える方法がいくつもあるということがわかりました。(Fくん)
- ・僕が学んだことは、怒りは自然的なものという事です。自分の心がもやもやしていれば、しっかりと相談するのが大切だと感じました。怒りを

をコントロールして、楽しく生活していきたいです。(Fくん)

- ・僕は心のコップをあふれさせないようにしていきたいです。人の嫌な所を見つけるのではなく、良い所を見つけていきたいです。日々の心がけで制御していきます。(Iくん)



<お知らせ>

<期末考査>

6月30日（水）①社会②国語③音楽
 7月 1日（木）①理科②英語③美術
 2日（金）①数学②技術家庭③保健体育

★テスト範囲表は16日（水）に配布します。
 ★テスト4日前（26日（土））からテスト前
 休みで部活動がなくなります。
 ★計画表を立てて学習を進めましょう。

<その他>

- ①市総体
6月18日（金）～20日（日）の予定。
競技によって日程や注意事項が違うので、各部の詳細連絡をご確認下さい。
- ②教育相談
担任の先生と生徒で面談する期間があります。21日（月）～28日（月）