

貴志小だより

令和 4年 1月 No9

和歌山市立 貴志小学校

<http://www7.wakayama-wky.ed.jp/kishi-es/>

☎640-8441 和歌山市栄谷 895-2

☎452-5123

保護者の皆様には健やかな新年をお迎えのことと思います。本年も子どもに寄り添える学校をめざし、頑張ってお参りますので、どうぞよろしくお願い致します。

さて、新年の始まり、新学期の始まりは、誰にとっても物事の取組への新たなる期待と共に、挑戦への意欲を高めてくれるものです。どのような自分になりたいか、そのためにどう一日一日を過ごすべきか、意識するのに、効果的な時期です。

そこで、始業式では、大リーグの大谷翔平選手の目標の持ち方について話しました。大谷選手は今年大リーグで、ピッチャーとして9勝、バッターとして、本塁打ランキング3位、46本のホームランを打ち、昨年の不振を跳ね返し大活躍でした。昨年、怪我等に悩まされ、両刀遣いをいぶかしがられる中、大谷選手はどう精神状態を保ち今年の活躍へとつなげたのか、ネットで調べてみました。調べる中で、大谷選手が高校時代使用していた目標達成シート

(マンダラチャート図1)を見つけました。

目標達成シートは、まず、中央に大きな目標を書きます。大谷選手の目標は「ドラ1 8球団」(ドラフトで8球団に1位指名される)です。中央にその目標を書き、その目標を大谷翔平選手の目標達成シート達成するために8つの目標を設定し(マンダラチャート 図1)ます。その8つの目標についてまた8つより具体的な目標を設定するのです。中心となる「ドラフトで8球団に1位指名される」を達成するために考えた8つの目標は、①体づくり②メンタル③人間性④運⑤変化球⑥スピード⑦キレ⑧コントロールです。その8つの目標をまた8つに具体化するのですが、その目標は、「インステップ改造」「リリースポイントの安定」(⑧コントロールより)といった専門性の高いもの、「ゴミ拾い」「部屋掃除」(④運より)と言った日常生活でもできる身近なもの多岐にわたります。今年達成した大記録をおごることなく、来年を語る大谷選手の笑顔に目標達成シートが重なりました。子供たちにも、目標をより具体的にし、日常でもできることを積み重ね、できる喜びを感じながら、大きな目標に向かって努力してほしいと思いを込めて話しました。

学ぶことは、まねることと言われます。学ぶ環境にお手本となる存在は欠かせません。我々教師も、大谷選手のように目標をもって、前向きに取り組む生き様を示すことで、その役割を果たしていきたいと考えています。

体のケア	サプリメントを飲む	FSQ 90kg	インステップ改善	体幹強化	軸をぶらさない	角度をつける	上からボールをたく	リストの強化
柔軟性	体づくり	RSQ 130kg	リリースポイントの安定	コントロール	不安をなくす	力まない	キレ	下半身主導
スタミナ	可動域	食事夜7杯朝3杯	下肢の強化	体を開かない	メンタルコントロールをする	ボールを前でリリース	回転数アップ	可動域
はっきりとした目標、目的を持つ	一喜一憂しない	頭は冷静に心は熱く	体づくり	コントロール	キレ	軸でまわる	下肢の強化	体重増加
ピンチに強い	メンタル	雰囲気は流されない	メンタル	ドラ1 8球団	スピード 160km/h	体幹強化	スピード 160km/h	肩周りの強化
波をつくらない	勝利への執念	仲間を思いやる心	人間性	運	変化球	可動域	ライナーキャッチボール	ピッチングを増やす
感性	愛される人間	計画性	あいさつ	ゴミ拾い	部屋掃除	カウントボールを増やす	フォーク完成	スライダのキレ
思いやり	人間性	感謝	道具を大切に使う	運	審判さんへの態度	遅く落差のあるカーブ	変化球	左打者への決め球
礼儀	信頼される人間	継続力	プラス思考	応援される人間になる	本を読む	ストレートと同じフォームで投げる	ストライクからボールに投げるコントロール	実行力をイメージ

【一年の計は・・・】2年生より

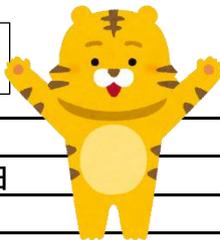
2022年の目標や願いを絵馬に書きました。「どんな目標にしようかな?」「こんな1年にしたいな。」と友達と話しながら願いを込めて書きました。「卓球が上手くなりますように。」や「早くコロナが収まりますように。」など思い思いの願いが書かれています。ただ書くだけではなく、願いや目標が叶うようにどうすればよいのか考えていました。「毎日元気に過ごすためには、早く寝てご飯をいっぱい食べないとな。」と願いや目標が叶うように具体的に考えている姿も見られました。ずらりと並んだ絵馬を見ているとまるで神社のようです。



2年生のみんなの願いが叶いますように。



1月の行事予定



1月の行事予定			
1日	土	元日	17日 月 登下校指導 ALT 身体測定3年
2日	日		18日 火 身体測定2年
3日	月		19日 水 身体測定1年
4日	火		20日 木 給食費・育友会費引き落とし日
5日	水		21日 金
6日	木	登下校指導 始業式	22日 土 シールでアート教室
7日	金		23日 日
8日	土		24日 月
9日	日		25日 火
10日	月	成人の日	26日 水
11日	火		27日 木
12日	水	委員会 身体測定6年	28日 金
13日	木	身体測定 5年	29日 土
14日	金	身体測定 4年	30日 日
15日	土		31日 月 ALT
16日	日		



〈2月の行事予定〉SC: スクールカウンセラー

1日SC 2日委員会 9日貴志中入学説明会 3日 委員会 15日SC 17日新入児説明会
26日貴志中物品販売

※2月の行事については今後の状況をみながらお知らせいたします。