



10月号  
学校だより  
(創立151年)

# はたまる



～規律正しく 心をこめて、力いっぱい学ぶ児童を、全職員で育てます～

令和6年10月29日

## 夢や目標を達成するために～具体的に動く～

校長 大塩 正

10月17日(木)で前期が終了し、10月21日(月)から後期が始まりました。

さて、後期始業式の中で、子供たちに大リーグで活躍する大谷選手が高校生の時に立てた目標を達成するための方法について以下のような話をしました。

大谷選手は、高校1年生の時に右記のような「8球団からドラフト1位で指名されること」を大きな目標にしてその目標を達成するための細かい目標を立てました。周りには「体作り」、「コントロール」、「キレ」、「160km以上のスピード」、「変化球」、「運」、「人間性」、「メンタル」などの細かい目標が書いてあります。「運」を良くするために、あいさつ、ゴミ拾い、部屋掃除、審判さんへの態度、本を読む、応援される人間になる、プラス思考、道具を大切にすると書かれていました。また、「人間性」を高めるためには、感性、愛される人間、計画性、感謝、継続力、信頼される人間、礼儀、思いやりが必要だと考えていました。

■ 大谷翔平が花巻東高校1年時に立てた目標達成表

| 体のケア                 | サブライム<br>の体 | FSQ<br>90kg     | インスタブ<br>改善         | 体幹強化           | 軸を<br>ぶらさない           | 角度を<br>つける          | 上から<br>ボールを<br>たく   | リストの<br>強化    |
|----------------------|-------------|-----------------|---------------------|----------------|-----------------------|---------------------|---------------------|---------------|
| 柔軟性                  | 体づくり        | RSQ<br>130kg    | リリース<br>ポイント<br>の安定 | コントロール         | 不安を<br>なくす            | 力まない                | キレ                  | 下半身<br>主導     |
| スタミナ                 | 可動域         | 金車<br>或野村<br>敬史 | 下腿の<br>強化           | 体位<br>開かない     | メンタル<br>コントロール<br>をやる | ボールを<br>握る<br>アープ   | 回転数<br>アップ          | 可動域           |
| はぶか<br>した目標<br>目的をもつ | 一言一<br>言しない |                 |                     | 体づくり           | コントロール                | キレ                  | 転でまる                | 下半の強化 体重増加    |
| ピンチ<br>に強い           | メンタル        | 意図的に<br>書かれる    | メンタル                | ドラフト<br>8球団    | スピード<br>160km/h       | 体幹強化                | スピード<br>160km/h     | 肩回り<br>の強化    |
| 涙を<br>つぐらない          | 勝利への<br>執念  | 作用を<br>思いやる心    | 人間性                 | 運              | 変化球                   | 可動域                 | ライナー<br>キック<br>ボール  | ピッチング<br>を増やす |
| 感性                   | 愛される<br>人間  | 計画性             | あいさつ                | ゴミ拾い           | 部屋そうじ                 | 腕の力<br>アップ          | フォーム<br>完成          | スライダ<br>のキレ   |
| 思いやり                 | 人間性         | 感謝              | 道具を<br>大切に扱う        | 運              | 審判さん<br>への態度          | 新しい<br>フォーム<br>のアップ | 変化球                 | 左打者へ<br>の決め球  |
| 礼儀                   | 信頼<br>される人間 | 継続力             | プラス思考               | 応援される<br>人間になる | 本を読む                  | ストレート<br>投げに<br>慣れる | ストレート<br>投げに<br>慣れる | 投げきき<br>イメージ  |

(注)FSQ、RSQは筋力用のマシン (出所)スポーツニッポン

どの項目も小学生にもできそうなことばかりです。まず、近所の人やボランティアパトロールのみなさんへ「おはようございます。」「こんにちは。」「さようなら。」のあいさつをしっかりとした態度で言う。「だれに対しても態度を変えずに、感謝して礼儀正しく「ありがとう。」と言う。「人としてあまり良くない事」や「少し違うな」と思う感性、あるいは、「きれいだな」「美しいな」という感性をもち、困っている人に優しく思いやりをもって接する。

次にプラス思考、計画性、継続力については、例えば、レギュラーになれなかった時に少しは落ち込んでいいと思いますが、常にプラス思考で物事を良い方向に考えることが大切です。レギュラーになれないのは、もっと練習をやった方が良く、あるいは、レギュラーになれないことによって選ばれない人の気持ちがわかるようになります。レギュラーの座をつかむには、計画的に、そして諦めずに粘り強く(継続力)頑張っていかななくてはならないことに気付くわけです。

これはまさに本校が取り組んでいる暗唱や読書、校庭200周に当てはまります。200周を走るには、毎朝、校庭に出て、2周ずつ走るだけで達成できると計画を立て、続けることです。ゴミ拾い、部屋掃除、道具を大切に扱うことについては、自分の部屋や教室は、片付いていますか。文房具やタブレットを大切に扱っていますか。人は、がんばっている人を応援したくなるし、信頼したくなるのです。これらの大切さは本にもたくさん書いてあります。

みんなには、大谷選手のように明るさ、素直さ、真面目さを持って応援される人間、愛される人間、信頼される人間になってほしいと締めくくりました。

また22日(火)には、西武ライオンズで、抑え投手として活躍された高橋朋己氏に「夢を叶えるために大切なこと」の講話をしていただき、努力することの大切さについて熱く語っていただきました。さらにキャッチボールをしていただき、子供たちは満面の笑みで楽しんでいました。

子供たちが、「秦小の取組」を始め、様々な行事に目標を定め、達成に向けて具体的に動けるよう教職員一同支援していきます。

引き続き保護者の皆様方のご支援とご協力をよろしくお願いいたします。

### 10月の秦小



1・2年遠足



高橋朋己氏の野球教室



長井小との交流会



3年～6年 タグラグビー教室

○ 11月の生活目標

「友達にやさしい言葉を使います。」

○ あいさつ目標

「ともだちにあいさつをします。」

| 日  | 曜 | 学校行事                                | 1年    | 2年 | 3年 | 4年    | 5年 | 6年           |  |
|----|---|-------------------------------------|-------|----|----|-------|----|--------------|--|
| 1  | 金 | 3時間授業 給食なし<br>朗読音楽会 9:30<br>11:40下校 | 11:40 |    |    |       |    |              |  |
| 2  | 土 |                                     |       |    |    |       |    |              |  |
| 3  | 日 | 文化の日                                |       |    |    |       |    |              |  |
| 4  | 月 | 振替休日                                |       |    |    |       |    |              |  |
| 5  | 火 | 全校朝会 フッ化物洗口                         | 14:40 |    |    | 15:25 |    |              |  |
| 6  | 水 | 6年生修学旅行                             | 14:40 |    |    | 15:25 |    |              |  |
| 7  | 木 | 6年生修学旅行<br>くまなび⑬                    | 14:20 |    |    | 15:05 |    | 16:50<br>籠原駅 |  |
| 8  | 金 | 登校指導                                | 14:40 |    |    |       |    |              |  |
| 9  | 土 |                                     |       |    |    |       |    |              |  |
| 10 | 日 |                                     |       |    |    |       |    |              |  |
| 11 | 月 |                                     | 14:40 |    |    |       |    |              |  |
| 12 | 火 | 3年生五家宝体験<br>フッ化物洗口                  | 14:40 |    |    | 15:25 |    |              |  |
| 13 | 水 | 長井小との交流会<br>クラブ                     | 14:40 |    |    | 15:25 |    |              |  |
| 14 | 木 | 県民の日                                |       |    |    |       |    |              |  |
| 15 | 金 | SC (AM)                             | 14:40 |    |    |       |    |              |  |
| 16 | 土 |                                     |       |    |    |       |    |              |  |
| 17 | 日 |                                     |       |    |    |       |    |              |  |
| 18 | 月 |                                     | 14:40 |    |    |       |    |              |  |
| 19 | 火 | 音楽会壮行会(朝)                           | 14:40 |    |    | 15:25 |    |              |  |
| 20 | 水 |                                     | 14:40 |    |    | 15:25 |    |              |  |
| 21 | 木 | 小学校音楽会<br>くまなび⑭                     | 14:20 |    |    | 15:05 |    |              |  |
| 22 | 金 |                                     | 14:40 |    |    |       |    |              |  |
| 23 | 土 |                                     |       |    |    |       |    |              |  |
| 24 | 日 |                                     |       |    |    |       |    |              |  |
| 25 | 月 |                                     | 14:40 |    |    |       |    |              |  |
| 26 | 火 |                                     | 14:40 |    |    | 15:25 |    |              |  |
| 27 | 水 | ロードレース大会                            | 14:40 |    |    | 15:25 |    |              |  |
| 28 | 木 | ロードレース大会予備日/<br>くまなび⑮               | 14:20 |    |    | 15:05 |    |              |  |
| 29 | 金 | 5時間授業<br>授業参観<br>学校運営協議会 13:30      | 14:40 |    |    |       |    |              |  |
| 30 | 土 | スポーツレクフェスティバル                       |       |    |    |       |    |              |  |

お願い

・スクールカウンセラー (SC) スクール・ソーシャル・ワーカー (SSW) の希望は教頭までご連絡ください。

12月の予定

- 12月1日 (日) スポレクフェスティバル
- 5日 (水) くまなび
- 7日 (土) PTA 資源回収
- 9日 (月) SSW (AM)
- 12日 (木) 5年生タグラグビー大会

- 15日 (日) 秦っ子クラブ (餅つき・しめ飾り)
- 16日 (月) 教育相談日
- 23日 (月) 4時間授業 給食最終日
- 24日 (火) 3時間授業 給食なし
- 12月25日 (水) ~ 1月7日 (火)  
冬季休業日