

**教育目標**

自ら考え主体的に学ぶ生徒  
 明るく思いやりのある生徒  
 健康でよく働く生徒

学校だより「岩瀬ヶ丘」



第 1 3 号

平成 2 9 年 8 月 2 5 日発行  
 須賀川市立第二中学校  
 ☎ 7 5 - 2 9 1 0  
 発行責任者：校長 高崎則行

## 「やりたいこと」が目標に変わるとき 「やりたいこと」と「やるべきこと」がつながる

第 1 学期の終業式で、夏休みを有意義に過ごすために「やりたいこと」と「やるべきこと」を自分の責任で両立させようと話しました。

これを踏まえて、第 2 学期の始業式では次のような話をしました。

最近の一流スポーツ選手は、外国語でインタビューを受け、外国語で答えることができ、話す内容も、揺るぎない信念に基づいて論理的に考えを述べています。たいしたものだなあと感心させられます。トッププレーヤーとして世界の舞台上で活躍したいという「やりたいこと」を実現するために、練習を一生懸命やるのはもちろん、(居残りなどをさせられて練習できないなどということのないように)宿題をきちんとやることや健康管理も、さらには外国語を学ぶこと、どの国の人からも認められるような人間性を磨くことも、「やるべきこと」として実行したのでしょうか。他人から命令されたからやるのではないので、中途半端な取り組みでは自分自身納得できなかったはずで



プロ野球、日本ハムファイターズの二刀流・大谷翔平(しょうへい)選手が、花巻東高校の 1 年生の時に作った目標達成シートをインターネットで見ることができます。高校 1 年生の彼の目標は、ドラフトで 8 球団から 1 位指名を受けるということでした。そのために、必要なことを 8 つ掲げています。①体づくり ②コントロール ③(体の)キレ ④メンタル ⑤スピード 160km/h ⑥人間性 ⑦運 ⑧変化球 です。この 8 つを実現させるための実践事項をさらに 8 つ書いています。「②コントロールを磨く」を例に挙げると、「インステップを改善する」「体幹を強化する」「軸をぶらさない」「不安をなくす」「下肢(かし)を強化する」「体を開かない」「メンタルコントロールをする」の 8 つです。こうして「やるべきこと」を実行レベルで意識して練習して目標を実現したのです。

体のケア	サプリメントをのむ	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、目的をもつ	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	雰囲気は測れない	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	部屋そうじ	カウントボールを増やす	フォーク完成	スライダーのキレ
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	奥行きをイメージ

(注)FSQ,RSQは筋トレ用のマシン (出所)スポーツニッポン

「②コントロールを磨く」を例に挙げると、「インステップを改善する」「体幹を強化する」「軸をぶらさない」「不安をなくす」「下肢(かし)を強化する」「体を開かない」「メンタルコントロールをする」の 8 つです。こうして「やるべきこと」を実行レベルで意識して練習して目標を実現したのです。

今それをやると楽しいからではなく、目標として「やりたいこと」が意識されると、それを実現するために「やるべきこと」が考えられるようになります。1 年生は、こういう考え方ができる生徒が徐々に増えてくるでしょう。2 年生は、多くの生徒がそういう考え方ができる段階です。3 年生は、すでにそういうふうと考えて実践することの大切さや大変さを実感しているはずで、強い決意で乗り越えてほしいと願ってやみません。

## 東北大会に個人で2選手、2ペア進出 東北の“てっぺん”を視界に収めたぞ

7月下旬に行われた県大会で次の成績を収めた2選手と2ペアが個人の部で東北大会に出場しました。(○に数字は学年です。)

### ◇水 泳

女子400m自由形 武藤 妃花③ 第4位

### ◇柔 道

50kg級 森 駿介③ 第2位

### ◇ソフトテニス

柏原梨花③・ミヒニャック杏菜②ペア 第3位

鎌田美樹②・永沼さくら②ペア 第2位

東北大会の結果は次のとおりです。

### ◆水 泳(福島・いわき市民プール 8/7~9)

女子400m自由形 武藤 妃花 予選不通過

### ◆柔道(山形県体育館 8/3~5)

50kg級 森 駿介 2回戦敗退

### ◆ソフトテニス(青森県総合運動公園 8/8~10)

柏原梨花・ミヒニャック杏菜ペア 1回戦敗退

鎌田美樹・永沼さくらペア 3回戦敗退

残念な結果となりましたが、帰校後、選手は「東北大会の“てっぺん”を見てきた経験を生かして新たな目標を立て、今後さらなる精進をします。」と語ってくれました。

## ひと味違うぞ！中学生

8月の第2週、市内のある校長先生が電話をくれました。

「お昼を食べにイタリア料理店に入ったら、中学生が一人で食事をしていて、お店の人との会話、言葉遣い、礼儀、どれもあまりに素晴らしいので感心し、是非お知らせしたいと思い電話しました。」

夏休み中、両親ともに仕事の日はお店で昼食をとることもあったでしょうね。きちんとした言葉遣いで会話をし、食べた後は食器を下げ、テーブルを拭いて、店を出たとのことでした。

### (番外編)

これは、実際の場面に少しフィクションを加えています。(ですから「番外編」です。)

8月の第1週目、部活動帰りの男子生徒にこう話しかけました。

「宿題、順調に進んでいるかい？」

「すこし遅れぎみです。」と彼。

「お盆は親戚が来たりして、ハカいかないから、少しペースアップするといいね。」

とアドバイスしました。

彼が怪訝(げげん) そうな表情をしていたので、すかさずこう補足しました。「今のは、『はかどる』のハカだよ。」



## 誰にとっても居心地よく安心できる場所が「心の居場所」



7月27日(木)、須賀川市文化センターにおいて須賀川市明るいまちづくりの会連絡協議会などの主催による第14回少年の主張大会が開催され、須賀川市内13中学校の代表が参加しました。本校の3年 齊藤なおさんが優秀賞に輝き、9月20日(水)に同文化センターで開催される県大会出場が内定しました。

齊藤さんは、学級が「心の居場所」と実感できるまでの自分の経験を振り返り、「一緒にいるすべての人にとって、居心地がよく、安心できる場所が『心の居場所』なのだ。」と考え、(一人残らず)全員で「ここが『私たちの心の居場所』だ。」と言えるようにしたいと訴えました。

社会の最小単位である家族の場合で考えてみましょう。我が家は5人家族ですが、私が家庭を「心の居場所」だと思っても、妻または3人の子どものうちの誰かにとって「心の居場所」になっていないとしたら、それでも私はなお「心の居場所」と考えていられるのでしょうか。そう言うてはいられないはずですが、学級、学校、地域と集団の規模が大きくなると、そういう大事なことに気づくことができる人は少なくなってしまいます。

齊藤さんの主張は、私にとっても大切な発見として、さわやかに胸に響いています。豊かな学校生活、明るいまちづくりという観点でも大切にしたいですね。

この学校だよりは、本校HPからもご覧いただけます。