



校長室便り

5-1号



8-6 体のケア	8-1 サリメント を飲む	8-3 PSQ 90kg	1-6 ストレッチ改善	1-1 体幹強化	1-2 軸をぶっか 角度を付ける	2-8 上からボール をたたく	2-2 リストの 強化
8-7 柔軟性	8-0 体づくり	1-3 RSQ 130kg	1-7 リリースポイント の安定	1-0 コントロール	1-5 不安をなくす	2-7 力まない	2-3 下半身主導
8-8 スタミナ	8-5 可動域	1-4 野球杯 銅3杯	1-8 下肢の強化	1-5 体を開かぬ	1-4 メンタルコントロール をする	2-6 ボールを 前でリリース	2-4 可動域
7-1 胸きりとした 目的物	7-1 一喜一憂 しない	7-3 頭は冷静 心は熱く	8 体づくり	1 コントロール	2 キレ	3-8 軸でまわる	3-2 下半身の強化
7-7 ピンチに 強い	7-0 メンタル	7-3 周囲に 流されない	7 メンタル	7 ドラ1 8球団	3 スピード 160km/h	3-7 体幹強化	3-3 肩周りの強化
7-4 波を スるない	7-3 勝利への 執念	7-3 仲間を 思いやる心	8 人間性	5 運	4 変化球	3-6 可動域	3-4 ライナー キャッチボール
6-8 感性	6-1 受け入れ 計画性	6-2 あいさつ	5-8 あいさつ	5-1 ゴミ拾い	5-2 部屋整理	4-8 キャッチボール を増やす	4-2 スライダ ンキレ
6-7 思いやり	6-0 人間性	6-3 感謝	5-7 道具を 大切に使う	5-0 運	5-3 審判への 態度	4-7 遅く落差の あるカーブ	4-0 変化球
6-6 礼儀	6-5 信頼される 人間性	6-4 継続力	5-6 プラス思考	5-5 応援される 人間になる	5-4 本を読む	4-6 スレートと同じ フォームで投げる	4-4 ライナーから ボールに投 げやすさ

～ 大谷翔平 目標達成シートから ～

先日、全校朝会で子供たちに次のような話をしました。

今をときめく大谷翔平選手が、高校一年生の時に作成したのが、上の「目標達成シート」です。このシートは強い目標(夢)を中心に置き、周囲に細分化した目標を書き込んだものです。大谷選手が中心に書いた夢は「8球団からのドラフト1位指名」でした。彼はこの目標を達成するために必要な要素を「体づくり・コントロール・キレ・メンタル・スピード160キロ・人間性・運・変化球」と8つ記入しています。この中で特に私が注目しているのが「人間性」と「運」です。他の6つの要素は、野球で成功を収めたい人物の要素として至極当然のことと思います。しかし後の2つについては、野球には直接関係ありませんが、どんな目標(夢)を達成するためにも必ず必要なのではないかと思います。

人間自分だけの努力では、どうしようもないことが山ほどあります。また、努力する・しないに関わらず、人生には

挫折がつきものです。そうした時に必要なのが「他者からの支援」と「神様・仏様からの支援」だと思います。大谷選手が「人間性」と「運」のまわりに書いてあることは、自分がそうした支援を受けるにふさわしい人物となるための具体的な行動目標ではないでしょうか。

本校では校訓に「誠実」を掲げ、子供たちが将来、他者との関わりの中で自分らしく豊かに生きていく力を育成することをめあてとしています。大谷選手が「人間性」と「運」の周りに書いてあることは、そのめあてを達成するために極めて大切なことだと思います。いいては、互いに助け合う社会を、尊敬し合える人間関係を築くのに必要不可欠なことではないでしょうか。

児童・保護者の皆さんは、この大谷選手のシートからどんなことを感じますか？ご家族で話し合ってみてはいかがでしょうか。自分の目標(夢)やその達成のための道筋、何より人間として大切な何かが見えてくるのではないのでしょうか。

