

校長室だより 第七号

2017.12.22

「意欲あふれる社会人になろう」

やる気を持ち、努力を続け、自信を持つ

2018年の思い

いよいよの学期も今日で終了、今年も残すところ10日となりました。君たちにとってどんな2学期で、2017年でしたか。やる気を持って取り組めた学期、1年間でしたか。振り返りをしっかりと行い新しい学期、一年につなげてください。

終業式でも話をしましたが目標も持つて。3年生のキャリア教育、進路指導の一つとして皆さんと面接をさせていただきました。その中で将来の夢を聞かせていただいた方もいました。まだ見つかっていない方もいましたが語学を生かして

外国で仕事をしたい、俳優、歌手、教師、保育士などその他もいろいろなりたい職業や夢を語ってくれました。将来を見据えて今を過ごしていくことはとても大切です。

目標、夢をかなえるために参考にしてほしいのが今年、7月にメジャーリーグエンジェルス(入団が決まり、打者とピッチャーの二刀流で有名になった大谷選手が花巻東高等学校の1年生の時に、作成した目標設定シートです。中心に目標、その周りに努力していくこと、またその努力に自分自身が実際に行動していくことをまとめています。このシートでもわかるように人間性が入っていることが素晴らしいですね。目標をかなえるために自分のことだけやっていたらいいのではなく、他者の事を考え行動できる人になることが大切な要因であることがわかりました。これだけの事を考えて行動にいくことはとても難しいことではありますが新年を迎えるに

あたる作ってみてはどうでしょうか。先生も考えてみたいと思います。

体のケア	サプリメントのむ	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	一言一差しない	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	奮闘気に負れない	メンタル	ドラ1 8球目	スピード 160km/h	体幹強化	スピード 160km/h	肩周りの強化
泣きをつけない	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	計画的	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	ストレイトからボールに変わるコントロール	実行力をイメージ

それぞれこの冬休みを大切に過ごし、学習にも励みやる気をもつて3学期を迎えてください。