

克己心

第3学年通信 発行者 大内 美宙
 生徒と教師の合い言葉
 「或づき・考え・実行する」
 第3号
 令和4年4月15日(金)

今年度の最終目標を設定しました！

高1当時の大谷選手が実際に作成したチャート

卒業時に達成したい目標と、それを達成するための具体的方策をまとめた「マンダラチャート」を作成しました。「マンダラチャート」は、メジャーリーグで活躍する大谷翔平選手をきっかけに有名になりました。大谷選手は花巻東高校時代にこのマンダラチャートを活用し、今後どうなりたいかといった夢に対する思考を整理することで、1つずつ実現させていったそうです。生徒にも同様に、なりたい自分の姿をイメージした上で、何に取り組めばいいかを具体化してほしいと思います。本日、実際に作成したもののコピーを生徒にもたせましたので、ぜひご家庭でお子様と一緒に確認していただきたいと思います。

体のケア	サプリメントをのむ	FSQ90kg	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	上からボールを叩く	リストの強化
柔軟性	体づくり	RSQ130kg	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球回	スピード 160km	体幹強化	スピード 160km	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	スライダークレ
思いやり	人間性	感謝	道具を大切に扱う	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

■：第一の目標 ■：達成に必要なこと×8 (3年間で16枚書いた中の、最初の1枚)
 ■：各々の■に必要なこと×8 原田隆史氏・提供

今年度初の生徒会専門委員会



12日(火)の放課後に第1回専門委員会が開かれ、組織編成を行いました。今期も、前年度後期から引き続き、生活委員長を泉花音さん、学習・報道委員長を伊藤康祐くんが続投します。最上級生としての長の任は昨年度とはひと味違うと思いますが、後輩を率いる中で、自分のさらなるステップアップに繋がれるとよいですね。

第1回保護者会 お世話になります



来週18日(月)は、父母と教師の会総会、後援会総会、学級懇談会を開催いたします。これにより、新年度裏磐梯中学校の学校体制が決定することとなります。また、学級懇談会においては、今年度修学旅行についての最終確認を行うとともに、第1回の進路対策委員会も予定しております。ぜひ多くの保護者の方々の参加をお願いいたします。

週予定表

待ちに待った修学旅行、目一杯楽しもう！！

下校時刻	授業計画と主な行事					
	1	2	3	4	5	6
4/18(月) 14:30 部：× 給：○ 整対：国⑩	社	体	理	道	国	*
4/19(火) 15:00 部：× 給：○ 整対：数⑩	国	数	理	総	学	*
4/20(水)						
4/21(木)						
4/22(金)						

授業計画と主な行事の補足情報:

- 4/18(月) 11:25~12:10 4校時終了 14:25~14:55 午前短縮授業
- 12:10~12:20 帰りの学活 15:00~15:35 学級懇談会
- 12:20~13:25 給食・昼休み 15:40~16:10 PTA総会
- 13:25~14:15 授業参観 16:10~16:40 後援会総会
- (※) 17:00~ バド部保護者会@食堂 陸上部保護者会@2年教室
- SUT:なし
- 4/19(火) 全国学力調査(1~3校時) 13:45~14:35 5校時
- 修学旅行事前指導③(4校時) 14:40~14:50 帰りの学活
- 修学旅行結団式(5校時)
- SUT:なし
- 4/20(水) 修学旅行 1日目
- 4/21(木) 修学旅行 2日目
- 4/22(金) 修学旅行 3日目

バス時刻表:

- 4/18(月) 15:05 桧原バス, 15:15 小野川バス
- 4/20(水) 15:05 桧原バス, 15:15 小野川バス
- 4/22(金) 18:28 桧原バス, 18:16 小野川バス

当日のスケジュール

- 13:25~14:15 授業参観(国語)〔3学年教室〕
- 14:25~14:55 全体会 〔2階多目的ホール〕
- 15:00~15:35 学級懇談会
- 15:40~16:10 父母と教師の会総会 〔2階多目的ホール〕
- 16:10~16:40 後援会総会 〔2階多目的ホール〕