



学校教育目標

西中だより

自主的に考え正しく行動できる生徒

令和7年1月8日

第11号

校長 土屋 孝夫

TEL 04-2953-7617

相談室 2953-9110

新しい年を迎えて 目標はどう立てるのがいいのか

あ

けましておめでとうございます。本年もよろしくお願いいたします。

さて、令和7年・2025年がスタートしました。新年の目標はたてましたか？

三田紀房さん作の「ドラゴン桜」というマンガがあります。弁護士で学校再建請負人兼高校教師の桜木建二が、劣等感いっぱいでも夢も希望も見失った高校生に、東大を目指させるという筋書きです。俳優の阿部寛さんが桜木先生役を演じたドラマを見た人もいるかも知れません。今回はその中のセリフを紹介しながら、目標の立て方について考えたいと思います。

凡事徹底の大切さ

まずは主人公の桜木先生のセリフから。

「試験で100%の力を出すためには、いつもの服装いつものルーティンでいつもの力を出す。これが本番で結果を出す最良の方法だ。」

このセリフから日常生活の大切さに改めて気づかされます。本番でも動じない「平常心」を身につけるためには、本番と普段をなるべく同じ状態のものにする。TPOをわきまえた言動、制服の着こなしに気を配るなどの凡事徹底は、本番で絶対に効いてくるはずです（特に面接では効果てきめんのはず）。



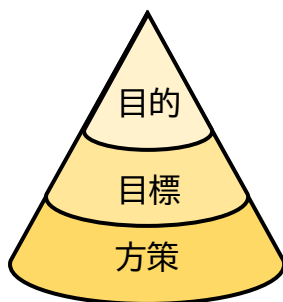
二重目標という考え方

次はアインシュタインそっくりの理科のアイン先生のセリフから。

「目標を立てるときは二重に準備するといいいのでヒ。普通は誰もが「〇〇を〇〇だけやるぞ」と目標を立てます。でも大抵は三日坊主で終わる。なぜなら目標がただの願望になっていて、昨日できなかったから今日は倍やるぞ、などと無理を重ねてしまうから。そしてひとつ失敗すると、すべてがダメだと思って諦めて投げ出してしまふ。これを防ぐために目標を二つにするのでヒ。最低限なしとげたい目標と、できたら理想的な目標の二つを用意するのでヒ。」（アイン先生は語尾に「ヒ」をつける癖があります。）

皆さんなら「理想は、英単語を1日5こ覚える。最低でも1つは覚える。」のような感じでしょうか。年頭に立てた目標をあきらめない、投げ出させない、忘れ去らせないためのひと工夫です。ちなみに中学校3年間で覚える英単語は1600から1800と言われています。

目的＜目標＜方策 の三段階で整理してみる



ところで、大谷翔平さんは、少年時代から一貫して「ドラフト1位でプロで活躍する」という、大きな目標を掲げていたことは有名な話です（とくに実現させて、今はその夢以上のことを成し遂げたからすごい！）。そしてその目標実現のための手段として「体幹トレーニング」とか「ゴミを拾う」などを実践しました。イチローさんや本田圭佑さんなども同様で、世界で活躍した一流人は、夢のような「もしできたら理想的な目標」とその目標に近づくための具体的な小さな目標を少年時代から見失わず貫いたという共通点があります。ちなみに「目標」ということばをよく使いますが、「目的・目標・方策」に分けて考えるのがよいという人もいます。例えば、次のように考えようということです。

	大谷翔平さんの場合		中学2年生の〇〇さん	
目的（＝ゴール）	ドラフト1位でプロ野球選手へ		〇〇高校に合格する	
目標（＝目的達成のための手段）	160kmの直球を投げる	運をつかむ	学校の成績を9科で〇〇点以上にする	家での生活態度を良くする
方策（＝目標達成のための具体策）	体幹・下肢強化 可動域を広げる ピッチング増加 ライフ・キャッチボール	ゴミは必ず拾う 審判へ敬意を 道具を大切に 挨拶をしっかり	姿勢よく座る 提出期限を守る 毎日家庭学習2時間 拳手は1日5回以上	風呂掃除をする 玄関の靴ぞろえ スマホは9時まで 11時就寝6時起床

今年はこのような考え方で目標（広義の意味で）を設定してみてもどうでしょうか。さらに1つ1つの方策などに二重目標を設定すると、確実に前進できる1年になるのではないのでしょうか。

3学期の主な行事

月	日	曜	行 事
1	8	水	始業式
	16	木	避難訓練週間開始
	22	水	私立高校入試開始
	28	火	1年生職場体験学習(～1/30)
2	3	月	1・2年二者相談開始
	4	火	新入生保護者会
	5	水	弁当の日、家庭教育学級閉級式
	6	木	2年・おおぞら保護者会
	7	金	1年保護者会
	8	土	PTA 運営委員会
	12	水	学校運営協議会
	13	木	県公立高校出願(配達指定日)
	18	火	県公立高校志願先変更(～19)
	20	木	3年生期末テスト(～21)
	26	水	県公立高校学力検査、1・2年期末テスト
	27	木	県公立高校面接・実技検査、1・2年期末テスト
3	3	月	県公立高校追検査
	5	水	三年生を送る会
	6	木	県公立高校入学許可候補者発表
	8	土	PTA 緑化推進事業
	12	水	卒業式予行
	14	金	卒業証書授与式
	26	水	修了式

令和7年度の予定は参考までということで掲載してあります。特に2学期の中間テストと体育祭は、新人県大会の関係で流動的です。

令和7年度の主な行事予定

- ・入学式 4/8
- ・保護者会 4/15,17,24 (3,2 お,1 年)
- ・部活動保護者会 5/1
- ・土曜公開授業 5/10
- ・PTA 総会 5/10
- ・通信陸上市予選 5/10,11
- ・中間テスト 5/19,20
- ・宿泊学習 6/9,10
- ・学総市予選 6/12,13
- ・期末テスト 6/25,26
- ・修学旅行 7/2,3,4
- ・保護者会 7/8,10,11 (1,2 お,3 年)
- ・1学期終業式 7/18
- ・三者相談 7/23～
- ・2学期始業式 9/1
- ・新人市予選 9/18,19
- ・3年保護者会 9/25
- ・中間テスト 10/2,3
- ・体育祭 10/11
- ・三者相談 11/5～
- ・土曜公開授業 11/8
- ・音楽会 11/18
- ・期末テスト 11/25,26
- ・2学期終業式 12/24
- ・3学期始業式 1/8
- ・私立高校受験開始 1/22
- ・保護者会 2/5,6 (1, 2 年お)
- ・3年期末テスト 2/19,20
- ・県公立高校学検等 2/26,27
- ・1・2年期末テスト 2/26,27
- ・卒業式 3/13

悩みごとがあったら……

- ①子どもスマイルネット(いじめ、友達、学校、親、どんなことでも)

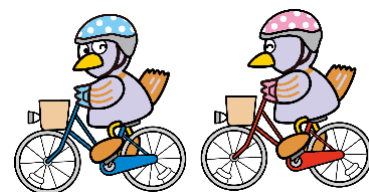
☎ 048-822-7007 10:30～18:00

- ②よい子の電話教育相談(いじめ、不登校、学校生活の悩み)

☎ #7300または0120-86-3192 24時間

- ③児童相談所相談専用ダイヤル(子どもの福祉に関する相談)

☎ 0120-189-783 24時間(虐待かとも思ったら「189」(イチハヤク)へ)



令和6年度狭山市スポーツ賞表彰者について(狭山市スポーツ協会より)

狭山市スポーツ協会では、スポーツ界で優秀な成績を収めた方を規程に基づいて表彰しています。校外のスポーツ活動で該当する場合は、必要に応じてスポーツ協会に2月末日までに応募してください。狭山市役所HPに詳細が掲載されています。

<https://www.city.sayama.saitama.jp/manabu/sports/20241118.html>



コーヒータイム 2025年は令和7年でもあります。7にちなんだちょっと無駄な知識です。

- 1 飛行機の発明で有名なライト兄弟は何人兄弟でしょうか？(↑を見たらわかるでしょ)
- 2 7といえば「ラッキーセブン」。なぜ7はラッキーと言われるのか？由来は何か？
ア 七福神から イ 野球から ウ 曜日の数から エ 虹の色から

前号の問題 九九の答えをすべて足す(1X1+1X2+…1X9+2X1+…2X9+…9X9=?)といくつになりますか？ ⇒答え: 2025

私は地道に1～9まで足すと45なので、1の段は1X45=45で、2の段は2X45=90なので、各段の結果が45, 90, 135…のように45ずつ増えるのでそれを足しました。教頭先生は「45の2乗(45×45)で2025だな」(答えるまで0.3秒)。さすがです。