

神根中だより

～歌声と笑顔あふれる学校～

令和3年 1学期末号 (7月20日)

学校教育目標
主体的に学ぶ、
心豊かでたくましい生徒



川口市立神根中学校

〒333-0823 埼玉県川口市石神1515-1
電話 (048) 296-7025

真剣にプレーした学校総合体育大会

校長 松村 一人

今年度の埼玉県学校総合体育大会の川口市予選会は、保護者の方々の観戦なしのもと、新型コロナウイルス感染拡大防止を徹底しながら、無事に終了することができました。本校の生徒たちは、ほとんどが最後の大会でもあり、真剣にプレーする姿がありました。どの選手も精一杯プレーしたことを胸を張って報告させていただきます。結果は、前回の神根中だよりでお知らせしましたが、県大会にコマを進めることができたのは、「男子バスケットボール部」「女子バレーボール部」「男子・女子ハンドボール部」「水泳部」「陸上部」です。「水泳部」は県大会も終えましたが、それぞれの県大会で、更に力を蓄えて、その力を発揮してほしいと願います。

大谷翔平選手（ロサンゼルス・エンゼルス）の目標達成シート

大谷 翔平 2010

8-8 体のケア	8-1 サリメント その心	8-2 FSQ 90kg	1-6 フォーム改善	1-1 体幹強化	1-2 軸をぶらさない	2-6 角度をつけろ	2-1 上からボール をすくなく	2-2 リストの 強化
8-7 柔軟性	8-0 体づくり	8-3 RSQ 130kg	1-7 リストポイント の安定	1-0 コントロール	1-3 不安をなくす	2-7 力まない	2-0 キレ	2-3 下半身主導
8-6 スタミナ	8-5 可動域	8-4 朝3杯	1-4 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	2-5 回転数アップ	2-4 可動域
7-8 胸を膨らました 目的を	7-1 一喜一憂 しない	7-2 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 軸でまわす	3-1 下肢の強化	3-2 体重増加
7-7 ピッチに 強い	7-0 メンタル	7-3 周囲の 流れに 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	3-0 スピード 160km/h	3-3 肩周りの強化
7-4 変化を つけない	7-5 勝利への 執念	7-6 仲間を 思いやる心	6 人間性	5 運	4 変化球	3-6 可動域	3-5 ライナー キャッチボール	3-4 ピッチング を増やす
6-8 感性	6-1 愛おしみ	6-2 計画性	5-8 あいさつ	5-1 ゴミ拾い	5-2 部屋を片づける	4-5 コントロール を増やす	4-1 フォーク完成	4-2 スライターの 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	4-3 左打者への 決まり球
6-6 礼儀	6-5 信頼される人間	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 ストレートと同じ フォームで投げる	4-4 スライクから ボールに投 げよう	4-4 実行力を イメージ

「打者と投手の二刀流」で、歴史的快挙を続けている大谷選手の目標達成シート。マスコミでも複数取り上げられました。これについての私の考えを神根中HPに掲載します。生徒のみなさんも「目標達成シート」を作成してみたら？