



## さざんか

かとう学園 宗像市立河東中学校  
学校通信第38号(R5. 11. 21)

### 技術部、福岡県ロボットコンテストで審査員特別賞受賞！ 九州大会への出場が決まる！

11月18日(土)博多高校で開催された第27回創造アイデアロボットコンテスト福岡県中学生大会に8年生の川原統也さん・加来立虎さん(下町ロボットチーム)、7年生の三船武大さん、住田匠さん・依田健心さん(ツバメロボットチーム)が出場しました。

2チームとも健闘しました。7年生のチームについては、審査員特別賞を受賞し、12月9日(土)10日(日)に九州産業大学で行われる九州大会に出場することが決まりました。

### 9年生の藤田琉生さん、全国ジュニア・ラグビー大会に出場決定！

9年3組の藤田琉生さんは、玄海ジュニアラグビークラブに所属し練習に取り組んでいます。

藤田さんは九州選抜チームに代表として選出されました。来月23日(土)~25日(月)に東京都夢の島競技場で開催される第29回全国ジュニア・ラグビーフットボール大会に出場が決まりました。

### 7年生の兼田圭奈さん、福岡県新人体操大会で総合優勝！

11月19日(日)福岡県立スポーツ科学情報センターで開催された第41回福岡県中学校新人体操競技大会に、本校7年3組の兼田圭奈さんが出場しました。兼田さんは、跳馬・平行棒・平均台・ゆかの4種目すべてで1位となり、中学1年生女子の部で総合優勝を飾りました。

### 授業研修の風景

このコーナーでは、本年度の授業研究の重点の一つが「対話活動」にあると繰り返しお伝えしてきました。今回の主幹教諭の公開授業は「話し合いをしろ」と一言も言わずに自然発生的に対話を通して課題解決に向かう姿が見られました。

### 村瀬主幹(数学)

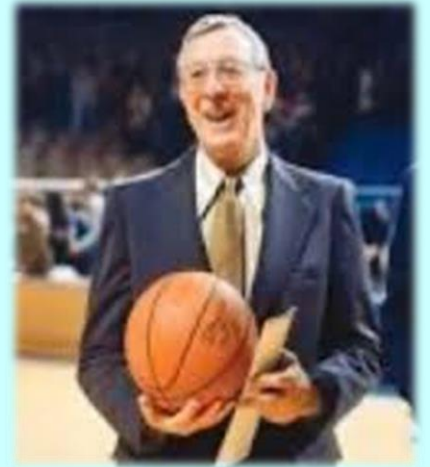
11月14日(火)8年5組で行われた村瀬主幹による数学の公開授業。星形多角形にはどんな規則性があるのかを調べる学習に取り組みました。

星形五角形の条件を変えるとどんな図形ができるのか。また、それに伴ってどんな特徴が出てくるのかという課題のもと、考えるための学習プリントが選択的に3種類用意されていました。8-5の生徒は集中して考え、個人でまず問題に取り組み、10分ほどたつと自然に小グループがいくつもできて、お互いの考えや気づいたことを意見交流していました。



「他人よりうまくなろうとしてはいけない。常に最高の自分になるための努力をなさい。」  
～全米大学バスケット界の名将：ジョン・ウッデンが残した教え～

今もアメリカのスポーツ界の指導者達の間で、レジェンドとして尊敬されている第一人者はジョン・ウッデンだといわれています。彼は、アメリカ大学バスケットのコーチとしてUCLA(カリフォルニア大学ロサンゼルス校)を10度アメリカナンバーワンにした人です。彼の教えは、バスケット関係者に限らず、あらゆるスポーツやビジネスで支持されています。今回はその教えをひもといていきましょう。



彼が一番大切にしたのは、他人と競争するのではなく自分をどう磨くか自分の成長に焦点をあてることでした。だから、バスケットの試合中の指示の中で、絶対に相手チームのことを話さなかったと言います。徹底して自分を見つめること、自分のどこをどう伸ばしどこを修正するかを考えをしばらせたわけです。他人と比較することを極端に嫌いました。そこで繰り返し伝えられたのは表題の言葉「他人よりうまくなろうとしてはいけない。常に最高の自分になるための努力をなさい。」という言葉です。また、同じことですがこの言葉もよく口にしていたようです。「よりよい自分になるための最高の競争相手は自分だ。」

もう一つウッデンが大事にしていたのは、「ベストを尽くす」ことです。次の言葉はウッデンの言葉として最も有名で今も色あせない名言です。

**「成功とは、なりうる最高の自分になるためにベストを尽くしたと自覚し、満足することによって得られる心の平和のことだ。」**

これが自分のベストだというものを出し切れれば、今の自分のベストで負けたのなら人生の敗北ではないというのが彼の教えです。アメリカスポーツ界では、この考え方こそが成功と失敗・勝利と敗北の考え方を変えたと言われていました。そして、ベストを尽くすことこそが勝敗や合否を超えた本当の心の平安や満足をもたらすことだということです。さらに、昨日のベストより今日のベストのほうが上回っている時に、人間の成長があるのだと彼は説きます。「最高の自分になるために全力を尽くした者が成功者だ。」

準備の大切さを語った言葉もあります。試合や入試に向けて、練習や受験勉強での準備の大切さにつながる言葉ですので心にとめてください。—「準備不足は失敗の準備である」

ウッデンの指導は、細部にわたっていたそうです。そのことを物語る有名なエピソードを紹介します。

1年生が入ってきた初日の練習です。新入生はウッデンからどんな言葉を聞けるのか、わくわくしているわけです。しかし、ウッデンはこう切り出します。「今日は靴下のはき方から始めよう」

しわができないように靴下を足の指にしっかりとフィットさせ、かかとを通して、きゅっと引き上げる。そこでテーピングを巻く。

「こうやってはけば、1年間絶対にマメができないし、くつずれをしない。」

同じ要領で、くつひもの結び方も教えていたそうです。小さなこだわりがなければ、大きなことを成し遂げられない。その本質を教えようとしていたわけです。

最後に、ジョン・ウッデンが残した名言のいくつかを紹介しましょう。

「夢をあきらめてはいけない。そうでないと、夢があなたをあきらめてしまう。」

「大切なのは、小さなことだ。小さなことが、大きな出来事を引き起こす。」

「努力を尽くしたかどうかは本人にしかわからないし、  
自分に何ができるかも自分で見極めなければならない」