



1万時間の法則 ～継続こそ力なり～

副校長 目黒 浩志

あと3週間ほどで夏休みになります。私が学級担任や算数少人数を担当している頃、学期の終わりや年度末に、以前読んだ本の中にあった「1万時間の法則」という話を子どもたちにしてきました。「1万時間の法則」というのは、だれでも「何かを目指して1万時間を積み重ねることができたら、その道の一流のプロフェッショナルになれる」というものです。(ただし、正しいやり方で時間を積み重ねることが大切です。)

まず、子どもたちに将来なりたいものがあつたら、どれぐらいその勉強や練習等をすればいいと思うかを聞いてみます。すると「いっぱい練習すればいい」とか「上手や下手もあるので、人によって違うかも」といったつぶやきが聞こえてくることが多くありました。その後、私から「1万時間の法則」について話をした上で「1万時間って何年ぐらいだろう?」という問題を投げかけ、子どもたちと一緒に計算をしてみることにしていました。最初は、単純に1日24時間として計算すると $1万 \div (365日 \times 24時間)$ で約1年2カ月になることを確認し、次に寝ている時間や学校で勉強している時間などを差し引いて現実的に毎日自分のやりたいことを続けられる時間を3時間ぐらいと想定し、計

算してみます。結果は、 $1万 \div (365日 \times 3時間)$ で約10年になります。つまり、1万時間の法則が正しいとすれば、1日3時間、毎日自分の夢に向かって勉強したり、そのことを練習したりすることを続けられれば、10年でその道のプロになれるということを子どもたちと確認してこの話を終わりにしていました。話の後、子どもたちの中には、具体的な数値が分かったことで「今日からやってみようかな」といった前向きなつぶやきをする子も多くみられました。

またこの本には「人はある行動をしてから60秒以内にほめられると、再びその行動を繰り返す確率が高まる」ということも書いてあり、子どもの続ける力を育むコツは、この「すかさず望ましい行動をほめること」にあるようです。

ご家庭でもお子さんと一緒に毎日続けられそうなことを決めて、1万時間の法則の第一歩を踏み出してみてください。そして望ましい行動をほめることを通して、お子さんが1つのことを続ける気持ちを応援してあげてください。続ける力を身に付けることが子どもたちの将来の可能性を広げていくことの一助になると思います。夏休みを有効につかって、ご家庭でも有意義な時間をお過ごしください。

7月の生活目標 『整理整頓をしよう』

1学期も残り1か月となりました。学習用具の持ち帰りや、ロッカーや机の中の整理整頓など、計画的に進めていきたいと考えています。教室を4月よりきれいにし、気持ちよく1学期を終えられるよう、指導していきます。

お子さんが持ち帰った学習用具の確認や点検、文房具の補充などをよろしくお願いいたします。学習用具や文房具の補充につきましては、「たかにハンドブック」の7ページから10ページを参考にしてください。

～7月の行事予定～

日	曜	行事等	授業時数					
			①	②	③	④	⑤	⑥
1	日							
2	月		4	4	4	4	4	4
3	火	保護者会(低)(久) 避難訓練 SC	5	5	6	6	6	6
4	水		5	5	6	6	6	6
5	木	都学力調査⑤ 保護者会(中)	5	6	5	5	6	6
6	金	たてわり班遊び(2) こころの劇場⑥	5	5	5	6	6	6
7	土							
8	日							
9	月	委員会	5	5	5	5	6	6
10	火	保護者会(高・5年富士学 園説明会含) SC	5	5	6	6	5	5
11	水		5	5	6	6	6	6
12	木		5	6	6	6	6	6
13	金	理科出前授業(久)	5	5	5	6	6	6
14	土	たかにまつり 第3回学校運営協議会	3	3	3	3	3	3
15	日							
16	月	海の日						
17	火	SC	5	5	5	5	5	5
18	水	着衣泳(ういてまで教室)③⑥	5	5	6	6	6	6
19	木	大切なすいみん講演会② ④(久) 給食終	5	6	6	6	6	6
20	金	終業式 特別時程	4	4	4	4	4	4
21	土							
22	日							
23	月	夏季休業日始 夏季水泳指導①②久 パワーアップ教室①②						
24	火	夏季水泳指導③～⑥ パワーアップ教室③～⑥						
25	水	夏季水泳指導①② パワーアップ教室①②						
26	木	夏季水泳指導③～⑥ パワーアップ教室③～⑥						
27	金	夏季水泳指導①②久 パワーアップ教室①②						
28	土	高二小に泊まろう会						
29	日	高二小に泊まろう会						
30	月	夏季水泳指導③～⑥ パワーアップ教室③～⑥						
31	火							

○の数字は学年を表します。

SC・・・スクールカウンセラー来校日です。

水曜日は原則、毎週特別時程です。

PTA・地域行事等は斜体で表します。

※7月2日(月)は小中一貫研修会のため、4時間目を短縮し
13:05に下校します。

特別支援学級連合移動教室

6月13日(水)～15日(金)に特別支援学級連合移動教室があり、久我山学級の3～6年が参加しました。「自分のことは自分です。」というめあてを意識して行動することで、1回りも2回りも大きく成長して帰ってくることができました。

～8月31日・9月の行事予定～

日	曜	行事等	授業時数					
			①	②	③	④	⑤	⑥
31	金	始業式 特別時程	3	3	3	3	3	3
1	土							
2	日							
3	月	給食始 発育測定① 学校見学始 SC	5	5	5	5	5	5
4	火	発育測定④	5	5	6	6	6	6
5	水	発育測定⑥ 座・高円寺 演劇鑑賞教室④	4	4	4	4	4	4
6	木	たてわり班活動(3) 発 育測定⑤ 保護者会(高・ 6年弓ヶ浜説明含)	5	6	6	6	6	6
7	金	学校見学終 発育測定③	5	5	5	6	6	6
8	土							
9	日							
10	月	発育測定② 委員会 SC	5	5	5	5	6	6
11	火	保護者会(低)	5	5	6	6	6	6
12	水	発育測定(久)	5	5	6	6	6	6
13	木	保護者会(中)(久)	5	6	5	5	6	6
14	金	水泳指導終	5	5	5	6	6	6
15	土	セーフティ教室 引き渡し訓練 CS	3	3	3	3	3	3

9月12日(水)は特時で1・2年生5時間、4～6年生6時間です。

保護者会のお知らせ

7月に今年度第2回目の保護者会を、下記の日程で行いますので、ご出席ください。

- 1年 3日(火) 15:00～(ランチルーム)
- 2年 3日(火) 15:00～(各教室)
- 久我山学級 3日(火) 13:45～(教室)
- 3年 5日(木) 15:00～(各教室)
- 4年 5日(木) 14:30～(ランチルーム)
- 5年 10日(火) 15:00～(ランチルーム)
- 6年 10日(火) 15:00～(6年オープン)

土曜授業 たかにまつり 7月14日(土)

2年生から6年生、久我山学級がクラスごとに考えたお店を出します。前半後半に分かれてお店番をします。お客さんのときは縦割り班の中での異学年のペア学級(1・6年、2・4年、3・5年)の友だちと行動します。7月14日の学校公開の日ですので、どうぞ一緒に楽しんでいただき、子どもたちのいきいきとした活動を是非ご覧ください。

「大切なすいみん」講演会

日時：7月19日(木) 10:45～12:00

講師：星野 恭子先生 場所：体育館

2・4年久我山学級が学習します。

保護者の方も是非ご参観ください。

※6月15日実施の全校体力調査へのご協力ありがとうございました。

※皆様が集めてくださったベルマークで校庭に投的板を設置することができました。
有効に使わせていただきます。