

磯部小学校

校長室だより

第7号 令和6年10月9日(水)



全校朝礼にて 9/30

明日から10月です。秋本番です。よく、「〇〇の秋」と言われますが、皆さんはどんな秋にしますか？私は、皆さんに、「成長の秋」にしてほしいなと思っています。今日は、そんな成長についてのお話をします。

皆さんは、勉強でも運動でも、練習すればした分だけ、できるようになったり、上手になったりすると思いませんか？もちろん、1回やることができることもあるでしょう。そんなに苦労しなくても出来るようになることもあるでしょう。でも、こんなことはありませんか？

何回やってもなかなかできるようにならない。できたと思っても、次にはできなくなる。そんなことを繰り返しているうちに「自分には無理なのかなあ」と思いだし、ついには「や～めた」とあきらめてしまう。

実は、できるためには秘密があるのです。

初めはなかなか出来ないのですが、それでも、何回も続けていると、あるときから出来ることが続き、1回だけでなく、何回も出来るようになる。たとえば、逆上がりであったり、縄跳びであったりです。出来ないことが続いても、実は、少しずつ、少しずつ力が蓄えられていて、そのパワーがたまってきたときに急に出来るようになるのです。

その、急に出来るようになるまでの目安の(だいたいの)数は、100だと言われています。

内容によって100回だったり、100日だったりします。縄跳びで言うと、前飛びが100回連続でできれば、二重跳びが1回できる力が身についていると言われます。

ところが、だいたいの人は、この100になる前に、「自分には無理だ」と勝手に思い、止めてしまうのです。止めてしまうと、せっかくそれまでにたまった力もなくなってしまうようにはなりません。

つまり、出来ないのは、あきらめてしまうからなのです。

昔から「継続は力なり」と言われます。これは、「続けていると、どんどん自分の力になっていく」という意味と「続けられること自体が、素晴らしい力だ」という意味があります。

もし、今、なかなか出来ないことや出来るようになりたいことがある人は、100回、100日を目標に「こつこつ」を続けましょう。そして、今年の秋を「力を伸ばす成長の秋」にしましょう。