



学校だより

日野南小学校ホームページ

http://www.edu.city.yokohama.jp/sch/es/hinominami/

令和4年4月28日

5月号

横浜市立日野南小学校



自分を変える！

校長 川田 由紀

「校長先生が変わりました。皆さんも学年が1つ上になりました。変わるということは、自分を変えるチャンスです！」これは私が始業式に子どもたちに話した言葉です。そして、初めての朝会では、自分を変えるための方法を1つ紹介しました。それは、大リーグの二刀流で有名な大谷翔平選手が、高校1年生の時に作成したという目標達成シート（曼荼羅チャート）です。

目標達成シートは、まず真ん中に強い目標（夢）を書きます。その目標を達成するために必要だと考えたことを8個書きます。その8個を達成するためにさらにやるべきことを具体的に8個ずつ書きます。つまり、目標達成に向けて行うべき具体的な行動を8×8=64個書くのです。大谷翔平選手が作成したシートは右の通りです。プロ野球選手になるためには運も必要、そのためには「あいさつ」「ゴミ拾い」…このように考えつくところがさすが必要です。そして夢を達成した今でも、ゴミ拾いを続けているところに人間性を感じます。

大谷翔平(高1当時)が書いたオープンウィンドウ64

体のケア	サプリメントをのむ	FSQ90kg	インステップ改善	体幹強化	軸をぶらさない	角度をつける	上からボールを取く	リストの強化
柔軟性	体づくり	RSQ130kg	リリースポイントの安定	コントロール	不安をなくす	力まない	キレ	下半身主導
スタミナ	可動域	食事夜7杯 朝3杯	下肢の強化	体を聞かない	メンタルコントロールをする	ボールを前でリリース	回転数アップ	可動域
はっきりとした目標、目的を持つ	一喜一憂しない	頭は冷静に心は熱く	体づくり	コントロール	キレ	軸でまわる	下肢の強化	体重増加
ピンチに強い	メンタル	聖闘気に流されない	メンタル	ドラ1 8球団	スピード 160km	体幹強化	スピード 160km	肩周りの強化
波をつくらない	勝利への執念	仲間を思いやる心	人間性	運	変化球	可動域	ライナー キャッチ ボール	ピッチングを増やす
感性	愛される人間	計画性	あいさつ	ゴミ拾い	部屋そうじ	カウントボールを増やす	フォークボール	スライダークレ
思いやり	人間性	感謝	道員を大切に扱う	運	審判さんへの態度	遅く落差のあるカーブ	変化球	左打者への決め球
礼儀	信頼される人間	継続力	プラス思考	応援される人間になる	本を読む	ストレートと同じフォームで投げる	ストライクからボールに振れるコントロール	奥行きをイメージ

■：第一の目標 ■：達成に必要なこと×8
●：各々の■に必要なこと×8 (3年間で16枚書いた中の、最初の1枚) 原田隆史氏・提供

さて、子どもにこの話をする以上、まずは自分もやってみなければと、真ん中に「日野南小が生き生きとした学校になるように」と記し作成しました。なんとか64個の具体的な行動を書き終えた時に、確かに今日から自分がやるべきことがはっきりしたような感じがしました。朝会では、「目標達成シートが欲しい人は校長室にもらいに来てください。」と言って話を締めくくりました。

反応はいかに…。早速にその日から30人くらい子どもたちがシートをもらいに来ました。「僕も野球の選手になりたいです。」「ゲーマーになりたいです。」「美容師になりたいです。」みんなキラキラとした目で夢を語っていました。中でもうれしかったのが、授業参観の時に会った保護者の方の言葉です。「娘から目標達成シートを渡され、お母さんもやってみればと言われたので書いてみました。なかなか64個埋まらずに困っていたら、『あいさつみたいに、日常的なことでいいんだよ。』と教えてくれました。まだ作成中ですが、出来上がったからお見せしたいです。」と話してくださいました。大事なことを落とさずに朝会話を聞き、お母さんに勧め、さらにそれをお母さんが実践するとは、なんと素敵な親子関係だろうと感激しました。

次に大事なことは実践すること。子どもたちに恥じないよう、64個、できることから行動していきたいと思えます。ところで、教職員でこの目標達成シートをもらいに来たのは…1人でした。教職員の心にも響く話ができるよう、励んでいきます。