



宗岡小だより

開校明治七年
開校147年目

学校教育目標

よく考える子 思いやりのある子 心も体も元気な子

基本理念「自分がすき 友だちがすき 町がすきな 宗小の子」

めざす学校像

「子供達一人一人の居場所があり、輝ける学校」
「安全・安心できれいな学校」

令和3年一学期末号

志木市立宗岡小学校

児童数 451名・学級数 18学級

住所 志木市中宗岡3-1-1

TEL 048-471-0307

夏休みの生活目標

規則正しい
生活をしよう

- ・朝のうちに学習しよう
- ・交通事故に気を付けよう
- ・2学期の準備をしよう

目標達成シート (マンダラチャート)

校長 石田 賢一

4月8日から始まった一学期も本日で終了となります。新型コロナウイルス感染症が沈静化していない中で一学期でしたが、子供達の普段の感染防止のための取組と各ご家庭のご協力で予定していた教育活動を実施することができました。本当にありがとうございました。明日からは39日間の夏休みとなります。一学期同様に各ご家庭で感染防止対策を徹底していただくようお願いいたします。

さて、現在、アメリカ合衆国で一番有名な日本人は、大リーグのロサンゼルス・エンゼルスに所属している大谷翔平選手ではないでしょうか。日本時間の14日に行われた大リーグのオールスターゲームでは、日本人で初めてホームラン競争に出場し、アメリカンリーグの1番ピッチャーで先発出場、そして勝利投手になるという大活躍をしました。

右の図は、大谷選手が高校1年生のときに作った目標達成シートで、マンダラチャートと呼ばれているものです。大谷選手は、高校1年生の時に将来はプロ野球のドラフト会議で8球団から1位指名を受けることを目標にし、その実現のために必要な事柄をマンダラチャートにまとめました。

このマンダラチャートは、(1)9×9の81マスの表を書き、真ん中に「成し遂げたい目標」を1つだけ書きます。(2)「成し遂げたい目標」達成のために必要と考える「要素」をその周りに8個書きます。8個の「要素」を書いたらその外側にもう一度その「要素」を8個書き足します。(3)「成し遂げたい目標」に必要な8つの「要素」を達成するための「行動目標」を、外側に書いた8個の「要素」の周りに8個ずつ書き込み、81マス全て埋まれば完成です。大谷選手は、「成し遂げたい目標」を「ドラ1 8球団」とし、そのために必要な「要素」として、「体力」「コントロール」「キレ」「メンタル」「スピード160キロ」「人間性」「運」「変化球」と設定し、それぞれの「要素」を達成するための「行動目標」をまた8個ずつ書き出しました。

大谷選手はマンダラチャートを作成する際、なるべく具体的に、また少し高い目標を書き込むようにしたと話しています。「成し遂げたい目標」を達成するために必要な「要素」を細分化することで、叶えたいことへの道のりを明確になったと言えるでしょう。現在の大谷選手に活躍の原点は、このマンダラチャートではないでしょうか。

ぜひ、子供達が39日間の夏休み中に「頑張りたいこと」や「達成したいこと」をご家庭で話していただき、マンダラチャートを作成していただけたらと考えます。大谷選手と同じ9×9のマンダラチャートではなく、3×3の小さなもので結構です。中心に夏休み中に「頑張りたいこと」「達成したいこと」を記入し、その周りの8マスに目標を達成するために必要な「要素」を書き出してください。その「要素」を達成するための「行動目標」を思いつく限り「要素」の周囲に書けると素晴らしいと思います。

夏休み中は、このマンダラチャートを家族全員が目にする場所貼っていただき、日々確認しながら、過ごすことができれば子供達の夏休みは有意義で素晴らしいものになると思います。全ての子供達が夏休みに目標をもって過ごしてくれることを期待しています。

身体のケア	サプリメントを飲む	FSQ80kg	インステップ改良	体幹強化	軸をぶらさない	角度をつける	上からボールを叩く	リストの強化
柔軟性	体力	RSQ130kg	リリースポイントの安定	コントロール	不安をなくす	カまない	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	↑ 体を開かない	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	↑ 体力	↑ コントロール	↑ キレ	↑ 軸で回る	↑ フォーク完成	↑ スライダークレ
ピンチに強い	↑ メンタル	↑ 男気になれない	↑ メンタル	↑ ドラ1 8球団	↑ スピード160キロ	↑ 体幹強化	↑ スピード160キロ	↑ 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	↑ フォーク完成	↑ スライダークレ
思いやり	↑ 人間性	↑ 感謝	↑ 道具を大切に扱う	↑ 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投げるコントロール	↑ 奥行きをイメージ