



# 満天の星

令和4年7月14日  
村上市立神納小学校  
学校だより7月号



ブログ随時更新中

## まずは、夢に向かって目標を立てよう！ (夏休みは、絶好のチャンス！)

校長 見原 恵

7月の全校朝会で、子どもたちに、アメリカで大活躍の大谷翔平選手のお話をしました。毎朝、テレビ各局で大谷選手の速報が放送されるほどのフィーバーぶりに、野球ファンのみならず日本人として嬉しく感じるのは、私だけではないことと思います。そんな大谷選手が高校生から取り組んでいたのが、「オープンウィンドウ64」(別名：マンダラシート)です。【下図参照】

では、大谷翔平選手が、高校の3年間で書いた16枚の中の最初のシートを見てみましょう。

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	上からボールを叩く	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	雲田風に流されない	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	部屋掃除	カウントボールを増やす	フォーク完成	スライダーのキレ
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	ストレートからボールに換えるコントロール	奥行きをイメージ

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

原田隆史氏提供「一流の達成力」より

道具を大切に・審判さんへの態度・プラス思考・応援される人間になる・本を読む」を行動目標に掲げています。

日本人らしいと言えばそれまでかもしれませんが、今、大谷選手フィーバーがあるのも、野球での活躍(二刀流・ホームラン数・勝利数等)以外の行動目標が大きいのではないかと思います。

令和4年度の夏休みは、34日間の長い夏休みになります。子どもたちには、是非この夏休み中に、**2学期以降の目標、将来の夢に向けての目標**をじっくり考えてほしいと思っています。「オープンウィンドウ64」にチャレンジしてみるのもいいかもしれませんね。私も「日本一の学校、神納小学校」に向けての「オープンウィンドウ64」にチャレンジしようと思っています。

保護者の皆様、地域の皆様には、様々な制約がある中、1学期間たくさんのご支援・ご協力をいただきました。本当にありがとうございました。夏休み中も、子どもたちを見守っていただきたいと思います。よろしくお願いたします。

この作成方法は、まず初めに「9×9の計81マスの中心に一番達成したい目標」を書きます。(大谷選手は、ドラフト1位8球団)次に、目標達成のために必要な「基礎思考」を中心の目標の周りに8つ書きます。(大谷選手は、体づくり・コントロール・キレ・メンタル・スピード・変化球・人間性・運)そして、8つの「基礎思考」を外側の3×3のマスの真ん中に置き、その周りに8つの「行動目標」を書きます。ここで、注目したいのが、野球の要素以外の部分です。それは、大谷選手のすごさ、そして、どんな夢にも共通する部分です。(大谷選手は、『人間性』を基礎思考に選び、「感性・愛される人間・計画性・思いやり・感謝・礼儀・信頼される人間・継続力」を行動目標に掲げています。また、『運』を基礎思考に選び、「あいさつ・ゴミ拾い・部屋掃除・

## 5年 自然体験教室

6月14日(火)、15日(水)に5年生は自然体験教室に行ってきました。2日間とも天候にも恵まれました。自然体験教室では、フォトオリエンテーリングやカヌー、キャンプファイヤー、野外炊さんなどの体験活動を行いました。子どもたちにとって忘れられない思い出になりました。



## 和み会の皆さま、ありがとうございました



6月17日(金)に山田地区の和み会の方に来ていただき、エベレスト周辺の草刈りをしていただきました。1時間程度であつという間に刈り終わりました。子どもたちにとって一番の遊び場所であるエベレスト。休み時間などで、子どもたちも気持ちよく活動することができると思います。ありがとうございました。

6月22日(水)に本年度最初となる学習参観を行いました。参観後は、地震を想定した避難訓練が行われ、その後、引き渡し訓練となりました。多くの保護者の皆様に参観、そして訓練に参加いただきました。ありがとうございました。



## 学習参観、引き渡し訓練



## 体力テスト



6月24日(金)に全校での体力テストを行いました。星の子班ごとに各種目を行い、上の学年の子が、下の学年の記録をとったり、声掛けをしたりする姿が見られました。運動量が少なくなっている傾向が見られます。熱中症には十分気を付け、体力向上に向け体を積極的に動かしてほしいです

## 8月の予定

- 12日(金)～16日(火) 閉庁日  
※この期間、学校に職員はいません。
- 26日(金) 2学期始業式
- 29日(月) 3時間授業 給食なし
- 30日(火) 給食開始

## 9月前半の予定

- 1日(木) 委員会
- 8日(木) 学習参観 学年懇談会  
第2回コミュニティ・スクール
- 13日(火) 避難訓練(不審者)
- 14日(水) 全校テスト(国語)
- 15日(木) 全校テスト(算数)クラブ