



校長室だより

R5. 7. 20. 号

岐阜市立東長良中学校

夏休み前 全校集会

さて、明日から一年の間で最も長い休みとなる、夏休みが始まります。夏休みは中学生の皆さんにとって、どのような位置づけになると思いますか。

東長良中学校では、小集団の学び合いを大切にしています。それは、一人一人の居場所と幸せを大切にするため。そして、単なる教え合いではなく、対話と協同をととした学び合いによって、学習を深めていくものです。仲間がいればこそ成り立ち、一人ではつけることのできない力をつける大切な活動です。

ただ、自分ひとりで、自分で考え、自分で決め、自分の力でやり抜く力も大切で、そんな力を夏休みにはつけてほしいと思っています。自分自身の話になりますが、中学校の夏休みには、毎日の日課を自分で計画してやり切ろうとしていたことを思い出します。勉強に加えて、坂ダッシュや階段上り、長距離走などのトレーニングの目標を立てて取り組んでいました。そのおかげで、現在があると思っています。

さて、そんな自分の話はさておき、もっと身近な良い例を紹介します。大谷翔平選手です。

大谷選手のマンダラチャートを聞いたことがありますか。これは、大谷選手が高校1年生のときに、将来の夢を達成するために使った目標達成シートです。

まず、9×9の81マスの用紙を準備します。

その真ん中に、自分の夢を記入します。大谷選手は、「8球団からのドラフト1位指名」と書きました。

次にその夢を達成するために必要なことを8つ考えて、目標の周りに記入します。大谷選手は、①体づくり、②人間性、③メンタル、④コントロール、⑤キレ、⑥スピード160キロ、⑦変化球、⑧運が必要だと考えました。

そして、周りの8マスの中心に、その必要なことを記入します。

そして、それぞれに達成するための具体的な目標を8つずつ記入します。例えば、⑧運をつかむためには、①あいさつ、②ゴミ拾い、③部屋そうじ、④審判さんへの態度、⑤本を読む、⑥応援される人間になる、⑦プラス思考、⑧道具を大切に使うと考えました。ゴミを拾うことや、審判への態度など、現在の大谷選手の行動からもうかがうことができますね。

そのようにして、すべてに対して、具体的な目標をたてたのが、これになります。高校1年生のときにこれを作成して今もやり続けていることが、彼の活躍を支えています。

大谷選手のようにとまではいきませんが、こんな目標達成シートを作ってみてはどうですか。自分の将来の夢、そのために今の自分はどうか、何をするとよいのか考えるよい機会になると思います。

明日からの長い夏休み、自分を一回り成長させる夏休みにしてください。そして、元気に会えることを楽しみにしています。