

## (解説)

・その教育手法で本校に導入を検討しているツールは次の3つである。

①ルーティンチェック表、②日誌、③夢・目標達成シート

・これらのツールはいずれも大谷翔平選手が花巻東高校時代から「曼荼羅チャート（オープンウインドウ64）」とセットで使用していたことでも有名なツールである。また、現在、それらは新潟県内においては、全国大会レベルで活躍している数多くの高校の運動部（野球部、陸上部、バレーボール部等）でも採用し、実践して、成果を出しており、先日の新潟の地方新聞でも、監督の言葉として紹介されていた。

・なお、本研修では参考文献として、書籍「Baseball Clinic」2021 10月号（ベースボールマガジン社発行）を用いているので、詳細はそちらをご覧ください。ちなみに、そこには「2021特別ルポ」として「中越高の夏」と題して新潟県の私立高校の取組も紹介されていました。

註：本校では書籍に紹介されている上記①～③のツールを本校の現状に合わせて改変していることを申し添えます。（詳細をお知りになりたい場合は上記の書籍等に直接あたるか、ツールの開発元である原田教育研究所のホームページ等を頼りに情報入手することをオススメします。）

# 地盤改良(自らこころを育む)ツール① ルーティンテック表

ルーティンチェック表

県立出雲崎高等学校

年 番 氏名

		ルーティン行動	目的と取組効果の確認																合	目	小
				土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	計	標	計	
奉仕活動	家庭																				
	社会																				
ルーティン行動	①																				
	②																				
	③																				
	④																				
	⑤																				
	⑥																				
	⑦																				
	⑧																				
目標		%以上にする	日計																		

※行動目標を作成し、毎日、できたら○、できなかったら×をつけることを毎日の習慣にする。  
これにより、理想に近づくと同時に、こころが強くなるし、自己肯定感も高まっていく。

### 3 ルーティンテック表に組み込む行動(規準) 例

#### (1) 心の器づくり ※主に奉仕活動へ

- ・ 時を守り、場を清め、礼を正す。(森信三)

#### (2) 学校風土づくり (風土の改善)

- ・ 良いことをする。(リレーション形成：思いやり)
- ・ 悪いことはしない。(ルール厳守)

#### (3) 個人課題への適応

- ・ 「総探」「自己探」からの学んだ行動
- ・ 自分のエゴグラムの型を生かすための行動
- ・ 自分の過去の成功分析、失敗分析から気づく行動
- ・ 自分の発達特性に応じた行動 (SCサポート必要)
- ・ 自分の夢・目標の達成に向かう行動

# 地盤改良(自らこころを育む)ツール② 日誌

日誌

年 組 番 氏名

〔私の夢・目標〕⇒

	月 日 (月)	月 日 (火)	月 日 (水)	月 日 (木)	月 日 (金)
今日の私が できたこと (自画自賛)					
"価値観確認" 今日の大切な言葉					
"全ては我が師" (+):(-)=50:50 が教えてくれた事					
"反省を改善へ" 今日をもう一度 やり直せるなら					

	月 日 (土)	月 日 (日)	今週のふり返し	
今日の私が できたこと (自画自賛)			今週の良かったこと ①	今週の良かったこと ②
"価値観確認" 今日の大切な言葉			今週の気づき ①	今週の気づき ②
"全ては我が師" (+):(-)=50:50 が教えてくれた事			今週をもう一度やり直せるなら ①	今週をもう一度やり直せるなら ②
"反省を改善へ" 今日をもう一度 やり直せるなら			次週の私の課題(意欲・抱負) ①	次週の私の課題(意欲・抱負) ②

このシートは「子どもの夢を叶える家庭の教科書」原田隆史著 (Gakken) に記載の「ユメ☆カナシート」を一部修正して作成しています。

※毎日、思考する時間を持つ。これにより、思考力・判断力・表現力を高め、メタ認知を強くする。  
エゴグラム(A)を高めることができ、社会性のある振る舞いができるようになっていく。

# 地盤改良(自らこころを育む)ツール③ 夢・目標達成シート【最強ツール】

夢カナシート

新潟県立出雲崎高等学校 年 組 番	氏名	シート 作成日	⇒ 夢・目標を 叶える日	あなたが夢・目標を叶えるために毎日行くと 決めたルーティン行動を書きましょう。	あなたが夢・目標を叶える日迄の期間を細かく分け いつまでに何をするか行動計画を立てましょう。	日付 いつまでに
あなたが叶えたい夢・目標は何ですか？ できるだけ5W1Hを意識して鮮明にイメージして書きましょう。				①私は毎日	{1}	/
<div style="display: flex; justify-content: space-between; align-items: center;"> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px;">有形</div> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px;">私</div> </div> <div style="display: flex; justify-content: space-between; align-items: center;"> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px;">他者 社会</div> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px;">無形</div> </div>				②私は毎日	{2}	( )
				③私は毎日	{3}	/
				④私は毎日	{4}	( )
				⑤私は毎日	{5}	/
				⑥私は毎日	{6}	( )
				⑦私は毎日	{7}	/
				その夢・目標の価値やそれを達成したときに得られる成果などを幅広い視点から書きましょう。		
その夢・目標を叶える心を意識し、大切に磨いていくために、毎日行う奉仕活動を書きましょう。				夢・目標を叶えるた めに協力して欲しい 人を書きましょう。	1人目	に
【家庭】	【学校・社会】	その人から協力して ほしい支援内容を書 きましょう。		2人目	に	3人目
				して欲しい	して欲しい	して欲しい

※使うタイミングは、大会参加、資格取得、定期考査、進学・就職試験、オープンキャンパス、ボランティア活動、学校行事 等の“チャレンジする場面”である。1～2か月前くらいに、この用紙で成功のシナリオを作成し、イキイキと取り組んでいくように、指導・支援する。