



# 石神井中だより

練馬区立石神井中学校

校長 櫻井 弘

令和4年3月10日

第11号

## 新たなスタートをするために

校長 櫻井 弘

3月になりました。今年度のまとめをしっかりと行い、4月からの新しい生活に備えてください。希望をもって良いスタートするためには、「まとめ」(成果や課題を明らかにする)をしっかりと行い、「目標」(実現のための方策)が必要です。良い目標とするための考え方の例を紹介します。

例) A君は定期考査で良い点数を取りたいと思い、そのために勉強しよう頑張りますが、なかなか状況が改善しません。そこで、次の定期考査に向け、気持ちを新たに目標を作りました。

### 「点数アップ大作戦」

1 授業を真剣に受ける

2 家庭学習をしっかりと行う

この目標でA君は、望み通りの結果を達成できるでしょうか。皆さんはどう思いますか。

目標に対する疑問を考えてみましょう。

疑問1: 真剣に受けるとはどういうこと? 疑問2: しっかりととはどういうこと?

この例から、「点数アップ」という目的に対しての取り組み目標(実効策)としては、もっと具体的な目標の方が良さそうです。例えば「家庭学習をしっかりと行う」では、①どのくらいの時間 ②どんな内容をどのように(復習・予習) ③成果確認のため などについて考えてみると、より自分でも意識しやすく、周囲の理解も得られると思います。

### 2 家庭学習をしっかりと行う

① 毎日2時間机に向かう

② 復習のため授業ノートからまとめノートを作る

③ 成果確認のためeライブラリの問題を解く

このように具体的にしていくことで、取組を継続することができ、目標達成に近づくことができます。また、目標達成の期日をどのように設定するかも大切になります。なぜなら、具体的取り組みの内容が厳しすぎると、自分自身の「心」や「体」へのダメージが考えられるからです。このことから、まず自分はどうなりたいのか(目標)を考え、目標の達成時期はいつなのか(1学期末なのか、卒業する時なのか、さらにその先なのか)を見定め、そのために必要で継続して続けられることをできるだけ具体的に決めていくと良いと思います。そして、自分自身との対話も必要です。しかし、自分のことは自分自身ではなかなかわからないものです。その時、家族や友人、先生などにアドバイスを求めるもの良いと思います。自分で考え行動に移すことが大切です。同じようにノルマを果たしても、取組への気持ちのモチようにより結果が違ってくると思います。3年生の皆さんは、新たなステージで活躍するために、2年生・1年生は石中生としてランクアップするために、この機会にしっかりと考える時間を作ってください。年度末は、自分自身について考える良い時期だと思っています。

(参考・引用文献: 細谷功「具体抽象トレーニング」)

### 【保護者の皆様】

令和3年度もコロナ禍への対応を余儀なくされ、生徒諸君・保護者の皆様・地域の皆様が一体となった、学校行事や石神井地区ならではの活動が中止や規模縮小となってしまい残念に思っています。また、3学期には急速な感染拡大などありご心配いただいたものと思います。しかし、そのような中でも保護者の皆様にはいつも変わらず、ご理解・ご支援・ご協力をいただきありがとうございます。今後も様々な課題が出てくると思いますが、「生徒が通いたくなる学校 保護者が信頼を寄せる学校 地域が誇りに思う学校」の実現に向け努力してまいります。今後ともよろしく願いいたします。