明るく健康な生徒　正しい判断力をもち主体的に学び行動する生徒　豊かな情操をもち品位ある生徒

石神井中だより

練馬区立石神井中学校
校長　櫻井　弘
令和５年９月１９日
第５号

主体的に取り組む２学期

校長　櫻井　弘

２学期は、期間が長くその分やるべきことも多く、学習に行事に部活動にと充実した日々が続きます。その中で皆さんには「主体的」に生活してほしいと思います。では、主体的に考え行動するためにはどうしたらよいでしょうか。次のことを参考に考えてください。

１　情報を批判的に評価する力を大切にしましょう。

これは、言われたことに「反発する」ということではなく、与えられた情報を鵜呑みにせず、客観的かつ慎重に検証し、情報の信頼性や正確性を判断する力ということです。そのためには、次の点に着目することが大切です。

①　情報源の確認

情報をどこから得たのか確認します。（信頼できるウェブサイト、学術論文、専門家の意見）

②　複数の情報源の比較

複数の視点から情報を集め、その内容に一貫性があるか確認をします。

③　情報にバイアスや意図はないかの分析

情報は公平で客観的なものか（バイアスがかかっていないか、意図された情報ではないか）確認します。

※バイアスがかかるとは、主観的な思い込みにより特定の物事や人物を偏った見方で判断すること

④　根拠や証拠の確認

裏付けとなる根拠や信頼性のある証拠に基づいたものか確認します。

⑤　論理的思考の適用

矛盾や不明瞭な点がなく、論理的に整合性のある内容か確認をします。

２　時間管理能力を高めましょう。

時間の管理を意識し、日々のタスクや活動を効率化させると、ストレスの減少につながり目標達成に近づきます。そのためには、次の点に着目することが大切です。

※タスクとは、やるべき仕事や任された作業などのこと

①　優先順位の設定

タスクや活動を優先順位に従って整理し、重要かつ緊急なものから取り組むようにします。

②　計画を立てる

過密にならないように余裕を持たせた、適切な時間枠の設定ができるようにします。

③　現実的な時間の見積もり

能力を正確に把握し、タスクにかかる時間を適切に見積もることができるようにします。

④　集中とリラックス

集中したタスクへの取り組みと、休憩などのリラックス状態をバランスよく組み合わせます。

⑤　誘惑の管理

スマホやSNSなどの誘惑に惑わされず集中して取り組むことができるようにします。

⑥　反省と調整

計画が思うようにいかなかった場合には、その原因を分析し改善策を見つけるなど、取り組みを調整します。

２学期の目標を立て、実現するためにはどうしたらよいか主体的に考え、主体的に行動しましょう。保護者の皆様には、２学期もご理解・ご協力・ご支援のほどよろしくお願いいたします。