



自分の進みたい方向へ帆を調整しよう



生徒のみなさんへ

● いよいよ一学期も最終日を迎えました。本年度はコロナによる制限も少なくなり、いろいろな行事が行われました。皆さんがよく頑張る姿を見られたことを大変うれしく思います。毎日の授業、考査・テスト、学級の係活動や生徒会活動（生徒総会・各委員会のコンクール等）、学校行事、部活動など、精一杯頑張る皆さんの姿に、先生たちはとても勇気づけられました。

さて、明日から38日間の夏休みが始まります。「やっと休むことができる!」と喜ぶことは良いことですが、完全に休み（停止）モードに入ってしまうと、せっかく今まで頑張ってきたことが途切れてしまい、台無しになることもあります。ですから、皆さんに気を付けてほしいことをこれから伝えます。

◆ 一学期に、自分なりに何を頑張れたのか、

逆にもう少し努力が必要だったことは何かを考えよう ◆

学期の変わり目を、じっくり自分を振り返る期間にすることが大切です。中学校生活を「航海」に例えるならば、夏休みは、「完全に止まることなく、進みながら帆を調整する期間」です。今までよりも時間の余裕が生まれる分を、「ここをこんな風に変えたい」と、目標を決め、そのためにじっくり取り組む期間にしてください。例えば、「ある教科の成績が今一つ伸びなかった。理由は〇〇。だから夏休みは〇〇に取り組む。」「学級の係活動がうまくやれなかった。理由は〇〇。だから二学期は〇〇というやり方にしよう。」「部活動で〇〇が足りなかった。だから〇〇に挑戦しよう。」など、一つ上の自分の理想とする姿を思い浮かべ、具体的に「やること」を決めてみましょう。「なんとなくがんばる。」では長続きしません。より具体的に書き出すことが大切です。



個人情報のため、ホームページ版では表示できません

左の表は、アメリカ大リーグで活躍しているプロ野球選手の
大谷翔平選手が、高校1年生の時に
つくった目標達成シート[※]です。彼の
成功は、学生時代から、具体的
で明確な目標を掲げ、その目標に
向かって自分を調整し、努力を積
み重ねた結果だと思えます。ここま
で詳しいものではなくてもよいの
で、ぜひ、皆さんも「**振り返り**」→
目標の設定 → **具体的に取り組
むことを考える(調整)**」というこ
とを行ってみてください。

※【目標達成シート】自分が達成したい目標をシートの中に書き、実現のためにどんなことが必要なのかを、より具体的に書き出したもの。これを見ると、いかに大谷選手が自分自身を冷静に振り返り、具体的にやるべきものを考え出しているかがわかります。また、野球の技術に関するものだけでなく、心や日ごろの生活に関するものに目を向けていることも素晴らしいですね。特に「メンタル」に欠かせないものに「はっきりとした目標・目的をもつ」「波をつくらない」「雰囲気にならせない」と挙げていることは、皆さんにも参考になるものと思います。また、なりたい自分に「人間性」を欠かせないものとして挙げていることも感心させられます。「努力に勝る天才なし」という言葉の通り、彼はこれら具体的な目標に向かう努力によって、目標を一つ一つ達成し、野球界で輝き続けています。

それともう一つ、私が始業式に2・3年生に伝えたことについても振り返ってみましょう。

①「当たり前なこと」を毎日積み重ねていく

凡事徹底。当たり前を積み重ねると、やがて「特別」になります。天才と呼ばれる人は、雲の上の人ではなく、当たり前を続けた人です。だから、日頃が大事。人には必ず、ここぞという勝負の 때가やってきます。勝負の時のために、今、この瞬間を大切にしよう。「こつこつとやり続けることが」「勝つコツ」です。

②「こつこつ」の具体的な目標を持つ

授業、家庭学習、学校生活、部活動、友達関係など、それぞれ今までの一つ上を目指す目標を設定しよう。

③ 考動力をつける

指示されなくても動く。そのために、「今、どのように動けばベストか」と今の状況から物事を考え、動くことを目指そう。「指示待ち行動」から自分で考える「考動」へ。このことでも、アンテナをもつことが大切です。

覚えていてくれたでしょうか？ さあ、夏休みが始まります。節目に当たるこの時期に、しっかり自分を振り返り、これからの進むべき道、方向性を決め（帆を調整し）、そのためにやるべきことを、少しずつでいいから始めてみましょう。3年生は、希望する進路実現・卒業という目標（港）へ向け、2年生は、これから湯川中のリーダー学年になるための力を蓄えるという目標（港）へ向け、1年生は相手（他者）の思いをしっかり受け止め、自分を成長させるという目標（港）へ向け、力強く航海を続けてほしいと思います。



● 平和に関する学習 ●



7月11日は全学年、「僕たちは戦争を知らない」という映像を視聴し、平和に関する学習を行いました。子供時代に戦争を体験した方々の声を聞くため、若者が全国各地を訪ねるドキュメンタリーです。戦争がいかに悲惨なものか、人の命や心を簡単に奪い去るものかといったことを、実際に戦禍の中を生き残った方の声の中から感じ取ることができました。戦争は教科書の中の事ではなく、今もどこかで被害を受けている人がいるということを念頭に、改めて「戦争とは何なのだろう」「二度と悲惨な出来事を起こしてはならない」と考えるきっかけになったのではないかと思います。

● 火災避難訓練 ●



6月23日は火災避難訓練を行いました。避難時間は昨年より短縮され、整然と避難が出来ていたと感じられました。また、「イメージしながら行動する」ことも大切です。「火災や地震は、いつどこで起こるかわからない」が大前提です。実際は皆さんがどこにいる時に災害が発生するかわかりません。「本当に災害が発生したらどういった経路で逃げるべきか」ということをいくつかイメージしておくことが大切です。火災なら現場から遠ざかる経路や煙の被害に遭わない経路を、地震ならガラスや落下物などの危険物から身を守る経路をイメージしておくことが必要でしょう。