

平成27年6月1日

# 啓明中だより



啓明中学校通信

平成28年 尼崎市市制100周年 知れば 知るほど あまがすき

## 「わたし」は、どこへ行くのでしょうか

中学校での新しいステージでの生活も2ヶ月が過ぎました。

進級や入学の緊張感が薄れて「自分の地」が出てくる時期です。朝の遅刻が増えてきたり、授業中にふざけてみたり。今の生活状況が「今のあなたの実力」です。勉強も含めて自分の実力を高める取り組みをするのが中学校時代です。そこで、今月は、「目標」について考えてみましょう。

よく、「将来の夢は?」とか「やりたいことは何ですか」とか聞かれて困ることがありますよね。でも、これは面接で聞かれる鉄板の質問です。3年生は年末にはしっかりした答えを準備できていなければ、校長先生の面接練習に耐えることができませんよ。

さて、「将来の夢は?」と聞かれると、「まだ決まっていません」とか「これから見つけようと思います」という答えも多いのですが、夢がみつからないから、今、何もしないでいいのでしょうか。こう聞かれると、「何をしたらいいのかわからない」とか「どうやってやったらいいのかわからない」という話になってきます。

そこで登場するのが「目標」です。辞書によると目標とは、「行動を行うに当たって実現、達成を目指す水準」とあります。

「勉強ができるようになりたい」という漠然としたものではなく、「いつまでに、何を、どれくらいできるようになる」という具体的なものを「目標」といいます。

### 目標達成に向けて

- ① 現在の状況を知る。  
(何ができて何ができないのか)
- ② 目標を設定する  
(自分は、いつまでに、どうなりたいか)
- ③ 計画を立てる  
例えば300ページの問題集1冊を1月でやりきるとすると、 $300 \text{ ページ} \div 30 \text{ 日} = 10$ つまり、1日に10ページやるのです。  
2回目以降には、正解率を設定するのも効果

### ～ええ感じ～

正門を出てすぐ左側にある学校の掲示板と注意書きを美術部員と山口先生が、とっても素敵にリニューアルしてくれました。

ただ貼ってあっただけの掲示物がとっても豪華に見えます!

保護者の皆様も、ご来校の際には、是非、ご覧ください。

的です。

### ④ 自分へのご褒美を工夫して、ひたすら継続する

最終目標に到達するためには、階段を上るように小さな目標を連続して達成していくことが必要になります。この時、小さな目標を達成できた自分にご褒美をあげることを忘れないでください。先生が大学受験の時には、「1日勉強しないで、バレーボールをする」というご褒美を考えました。目標が達成できなかった時にご褒美がなくなるのは大変ショックなのですが、できなかった自分が悪いので、あきらめるしかありません。でも、しんどい時ほど、このご褒美で頑張れたと思います。

最初から自分にピッタリフィットしたいい方法がある訳ではありません。まずは、人の真似から。やるだけやって、ある日急に授業がわかるようになると、本当に感動しますよ!

## 市民スポーツ祭結果

ソフトテニス	団体 ●0-3若草 ●0-3南武庫之荘 個人 守屋・大川○3 2小園 ●0 3 園田東 奥田・奥山●0 3 武庫東 加藤・高木●1 3 園田東 数原・香川○3 2 大庄北 ●1 3 立花 岡田・溜村●0 3 小田北	思うような結果は出ませんでしたが、夏に向かって練習しましょう!
サッカー	1回戦 ●1-5 VIVORIO	開始1秒、キックオフシュートで先制! かつこよかったよ!
野球	2回戦 ○7-0 園田東 3回戦 ●0-2 塚口中 BEST8 進出	優勝チームにワンチャンスをものにされての惜敗でした。夏のリベンジに期待しましょう

## 6月の主な予定

1日(月)～5日(金)	2年生トライやる・ウィーク
1日(月)	3年生 市の学力調査(11月にもありますよ)
3日(水)	1年生校外学習(海遊館)
8日(月)	火の授業
9日(火)	月の授業 生徒朝礼 生徒専門委員会
15日(月)～18日(木)	教育相談(45分授業)
18日(木)	歯科検診(全学年)
19日(金)	3年生進路説明会
23日(火)	避難訓練
24日(水)～26日(金)	期末テスト
7月3日(金)	芸術鑑賞会(大庄中にて大庄中と合同で実施します)