

1年生校外学習だより 《特別号》

2022年5月11日(水) 大和三山巡り

文責:1年主任 小林 佳代

『大和三山巡り』を終えて

当日の天候は生憎の小雨でしたが、教室を出発するころには雨も止み、大和三山を巡るのにはいい具合の日和になりました。

男女混合のメンバーで元気よく出発して行くのを見送り、巡視に出かけると…早速、計画した順路を逆にたどっている班を発見！様子をそっと伺っていると、慌ててきた道を引き返し始めました。ゴール後にその時の状況を聞くと、同じ時間に出発した他クラスの班につられて歩いてしまったということでした。

同様に道を間違い、計画していた時刻よりも遅くなった班が他にもありましたが、全ての班が香久山公園に到着。晴天の下、お弁当を広げることができました。

次は生徒の感想です。※写真は肖像権への配慮から解像度を下げています。

「班で誰かが疲れていたり、遅れていたら、その人に合わせて休憩したり歩くのをゆっくりするなどの助け合いができた。学校に着いたときにすごく達成感があった。」

到着時刻の誤差など、計画通りにならなかったこともあったけど、班のチームワークは深まったので、これからの班活動が楽しみです。

「到着時刻の誤差など、計画通りにならなかったこともあったけど、班のチームワークは深まったので、これからの班活動が楽しみです。」

道がわからなくなった時も、班のみんなで協力して目的地まで行くことができた。」

この他、お弁当のイラストや、耳成山で防空壕を見た感想などがありました。

暑い中の活動となり、疲れた様子ではありましたが、「みんなでやり切った！」という達成感、満足感が教室に満ちていました。

この気持ちを忘れず、互いを尊重する学級、学年づくりに頑張っていってほしいと願っています。



《おまけのコーナー》

自分の将来の夢(願望・目標)を現実にするには

米メジャーリーグのロサンゼルス・エンゼルスへと渡り、活躍する大谷翔平選手。そんな大谷翔平選手の野球センスを培ったのが「目標達成シート」といわれています。

大谷選手は、「8球団からドラフト1位指名をされること」を目標とし、達成のために次のようなシートを作りました。

このようなシートは目標が明確になり、目標を達成するために努力すべき必要な項目がわかります。

また、習慣として身につけるべきことがはっきりします。これだけ多くの項目を一度に作成するのは難しいかもしれませんが、1か月ごと、学期ごとに分けてマスを埋めていき、目標の達成を目指してください。

「目標(シートの真ん中に記入)」の設定…*「自分の成し遂げたいこと」を書く。

「8つの要素」の設定ポイント

(右のシートでは体づくり・メンタル・人間性…のマス)
*「心・技・体・生活」の要素を満たすことを心がける。
*「自分」だけでなく「他者の視点」を含めて、8つの「要素」を洗い出す。

行動目標①	行動目標②	行動目標③
行動目標⑧	要素	行動目標④
行動目標⑦	行動目標⑥	行動目標⑤

「行動目標」の設定ポイント…中心に書いた目標を達成するために必要な「要素」を得るためには、同じように複数のことを「努力する」必要があります。8つの要素を記入したら、次はそれらの要素を身につけるために実践する「行動目標」を決めていきましょう。行動目標を設定する際は、数字や期日などを意識するとゴールがはっきりし、明確な目標になると思います。

努力なくして目標や夢は実現せず、夢は寝言で終わってしまいます。「毎日放課後に〇時間〇〇をする」「宿題をする前にユニフォームを干す」など、すぐ行動できる目標から取り組んでいきましょう。