

# 向陽中だより



本校生徒会キャラクター「ひま SUN」

第9号

令和5年1月30日

杉並区立向陽中学校

<教育目標> ◎ よく考える人 ○ 思いやりのある人 ○ たくましい人

## 目的の実現のために目標を立てる

校長 斎藤 耕一郎

「冬休みの生活」のしおりには、生活面と学習面の目標を記入するところがありましたが、皆さんはどのような目標を立てましたか。

日々、勉強やスポーツなどを行っていく中で、「目標」という言葉はつきものです。目標を掲げることによって、目的意識を高くしたり、やる気を高めたりすることができます。

そもそも、「目的」と「目標」の違いを知っていますか。

○「目的」とは、長期間で、最終的に到達したいゴールのこと

○「目標」とは、目的となる最終的なゴールの実現に向けて、その途中で設定される小さなステップのこと



## 目的の実現のために目標を立てる。

日頃の行動に対して、目標を細かく設定し着実に達成していれば、いつか目的に近づけるかもしれません。目標の設定では、目標に一定の基準がないと、現状の改善もできません。

例えば、「将来、海外とやりとりができる仕事に就く」という目的に対して、どうしたら実現できるかを自分で考えます。そこで、「英語のワークを3冊やる」という具体的に行動する目標を立てたとします。そこに「英検3級を取得する」という目標を立てれば、「英検の試験までにワークを終わらせる」という目標も必要となってきます。達成可能な目標になるように自分で計画を立て、さらに「1週間で何ページは終わらせる」というような目標をつくれば、自ら行動しようとしていきます。目標の達成には、いつまでに、どの程度などの具体的な計画も必要となります。もし、思っていたように目標が達成しなかったら、さらに他のことも追加や変更して効果を図るという改善もできます。自分に合った目標を設定することで、目的の実現に向けて少しずつ良い方向へ導いてくれるのです。

ただし、その目標は高すぎてもいけません。自分の実力と相談して達成できそうな項目を設定することが大事になります。まずは、目的の実現までのステップを創造し、そこから自分に合った適切な目標を立てることを意識してみてください。本当に改善しなくてはと自分で感じ、実現可能な範囲での目標の設定ができると目的の実現に少しでも近づくことでしょう。逆に、目標の達成だけにとらわれると、目標を達成した瞬間に燃え尽きてしまうことになってしまいます。しかし、自分が実現させようとしている目的をしっかりと理解し、意識していれば、次のステップでも、またやる気も高まるし、燃え尽きることもありません。

「夢を追うこと」、夢や将来に向かって努力し続ける姿勢が、その人を成長させます。たとえ、目的に対して方向転換をしても、前進しているから新しい成果を生み出すことができるのです。君たちの成長は何気ない日々の努力の積み重ね、目標によって成し遂げられるのです。

自分の将来に向けて方向性を定め、自分に合った具体的な目標の達成によって少しずつ目的を実現させていき、将来に向けて自分を成長させることができます。本当の目的を失わず、少しずつでも前進してください。

## 書き初め展

冬休みの課題として、書き上げた書き初めが各教室に展示されています。各学年の代表として2名ずつの作品が区の書き初め展に出品されました。(写真右側)

### 【区展出品】

- 1年生 2名
- 2年生 2名
- 3年生 2名



## 中央ろう学校とのオンライン交流会

1月19日(木)の放課後、地域交流として毎年行っている中央ろう学校の生徒会との交流会をオンラインで行いました。本校からは、生徒会役員と有志で参加し、自己紹介・学校紹介やゲーム、互いの質疑応答を通して和やかに時間を過ごすことができました。これからもよろしくをお願いします。



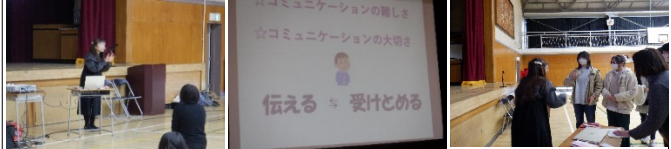
## 土曜公開授業 1年「海洋学習」

1年生が1月14日(土)に、成蹊学園サステナビリティ教育研究センター客員フェローの田中 一秀氏(サイエンスイラストレーター)をお招きして「海と人類の共生」をテーマに、海の中の世界や海からの恩恵、海洋汚染などについてのお話を伺いました。また、生きた化石シーラカンスの魚拓をご持参くださり、海についての興味を深めることができました。田中様、本当にありがとうございました。



## 3年「福祉学習」

3年生が1月14日(土)に、杉並区聴覚障害者協会の柿原 和子氏と手話通訳者のお二人をお招きして「共生社会」について、ご自身の体験を交えてお話しいただきました。また、手話を教えていただき、障害のある方々を身近に考えられる機会となりました。柿原様・手話通訳のみなさん、本当にありがとうございました。



## 生徒の活躍

【東京都中学生冬季バドミントン杉並区予選大会】  
女子シングルス 第3位 2年

【第32回 東京都中学校区部新人卓球大会】  
団体 第5位

【第3ブロックバドミントン1年生大会 区予選】  
男子シングルス 第2位 1年  
女子シングルス 第3位 1年

【第31回“明日のTOKYO”作文コンクール】  
佳作 3年

【東京都読書感想文コンクール】  
都佳作 3年

【杉並区読書感想文コンクール】  
入選 3年  
佳作 3年  
佳作 1年

### 【今後の予定(2月)】

- 1日(水)~3日(金) 2年 スキー移動教室  
(長野県菅平高原)
- 6日(月) 全校朝礼・安全指導
- 8日(水) ④カット4時間授業  
(先生方の研修会のため)
- 9日(木) 1年 理科出前授業  
「物質の状態変化」
- 10日(金) 3年3時間授業(私立高入試・給食なし)、漢検(第3回)
- 15日(水) 職員会議
- 16日(木) 避難訓練
- 17日(金) ⑥一斉委員会

- 18日(土) 土曜公開授業  
③3年セーフティー教室(薬物乱用防止教室)  
新入生保護者説明会(13:30~体育館)
- 20日(月) 生徒会朝礼
- 21日(火) 3年3時間授業(都立一次入試・給食なし)
- 24日(金) 第4回定期考査 1日目  
(社会・数学・音楽)
- 27日(月) 第4回定期考査 2日目  
(理科・美術・技家)
- 28日(火) 第4回定期考査 3日目  
(英語・国語・保体)