

北中だより 8月号

自主・自律・自己実現

茨木市立北中学校

北中学校がめざす生徒像

豊かな心を持ち、たくましく生きる生徒

7月21日から待ちに待った夏休みになります。

夏休みの一カ月あまり、特に3年生にとっては進路選択に向け大切な夏休みになります。次のことを大切に、充実した夏休みになるよう努めましょう。



○規則正しい生活を送る

夏休みは、とするとだらだらした生活になりがちです。毎日の生活設計をきちんと立て、規則正しい生活ができるようにしてください。夏休み計画表等を活用し、計画的に学習に取り組みながら、提出物をしっかり仕上げるとともに、部活動など定められた活動にもきちんと参加し、充実感のある夏休みにしましょう。

○自分なりの目標を明確に定め、自ら工夫して努力する

目標を達成するためには、努力することが不可欠です。また、せっかく目標を持っていても、そのための努力がなかなかできないという人も多いのではないのでしょうか。

自分で努力できない人の多くが、「やる気が出ない」という理由をあげています。「やる気が出ないからできない」と言っても、何もしないのはよくありません。やる気がでないのならやる気を出せるように努力する必要があります。



やる気は自分で意識して出すことも可能です。そのための方法もいろいろあります。

たとえば『目的意識を明確にする』『達成の魅力を感じる』『今できることをやる』『愉しんでやる』『集中と休憩』『やる価値を考える』などさまざまな方法が考えられます。

しかし、大事なのは自分で工夫してみることはないのでしょうか。

何かを読んだり人に教えてもらったことは、一度やってみてできないと、「役に立たない」と考えてしまいがちなものです。(本当は、そこから自分の工夫が始まるのだと思いますが) いろんなものを参考やヒントにして、自分で考えて工夫することが大切なのではないのでしょうか。



自分に合うようにアレンジできるのは自分だけです。自分なりのやる気を出す方法をいくつか身につけることができれば、その方法がいちばん自分には役に立つのです。そういう工夫をする習慣を身につけていくことが、今後のために役に立つのです。

部活動でも1・2年生に活動の中心が移るのがこの夏休みです。

この時期を機会に、今まで3年生が培ってきた流れを基に、新しい空気を活動に盛り込んでいって欲しいと思います。そして、活動時間中は真剣に集中し、試行錯誤を重ねることで充実した活動の基が作り上げていくことが出来ます。部員全員が協力して活動してくれることを期待しています。

