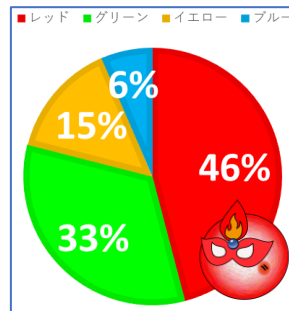




## 努力する夏! 「わくわく」夏休み

本日21日(木)、いよいよ終業式を迎え、1学期を無事終えることができました。私は、終業式で次のような話をしました。

まず、1学期を振り返って、1番成長したと思う出来事や場面を思い浮かべてもらい、その結果どの心が伸びたかを振り返ってもらいました。Zoomで行いながら、アンケートフォームに入ってもらい、ライブでグラフを示し、その理由も子供たち何人かに答えてもらいました。最も伸びた心は右のグラフにあるように「帯西レッド」でした。これは学年によって差があるようですので、夏休みにでも内容を精査して紹介します。



次に、夏休みを有意義に過ごす方法について話しました。学級でも夏休みのめあてを決めているようですので、まずはそれを達成できるように頑張りたいと思います。まだ夏休みの目標を立ててない子供には、ぜひ次のような視点で夏休みの目標を立てて欲しいと思います。「①やりたいことをできるだけたくさん(付箋などに)書き出す ②『普段できないこと』『毎日続けること』に分ける ③自分にできそうなことを選ぶ ④さらに絞り込んで具体的な行動目標を決める」という手順です。具体的な行動目標(めあて)には「時間・回数・場所・相手・実現可能か」などの視点が入ると実行しやすく、振り返りもしっかりできます。そして夏休みの最終週の8月22日(月)をメドに振り返って、目標が達成できていたら自分を大いにほめ、2学期の準備をしましょう。また、目標が達成できていなかったら、最後まで諦めずにチャレンジしましょうと話しました。

おいちゃんの町の夏祭りに行く	漢字のドリルをする	学校保健委員会で決めた運動をする	立山山にクワガタタリに行く
花火をする	朝ごはんの皿洗いを担当する	自由研究に取り組む	クロールで100m泳げるようになる
家族でバーベキューをする	お風呂掃除をする	本を10冊読む	アイデア貯金箱を作る
読書感想文を書く	夏のドリルを仕上げる	美味しいスイーツを作れるようになる	朝ごはんのメニューを一品作る

普段できないこと	毎日つづけること
おいちゃんの町の夏祭りに行く	立山山にクワガタタリに行く
朝ごはんのメニューを一品作る	家族でバーベキューをする
美味しいスイーツを作れるようになる	夏のドリルを仕上げる
学校保健委員会で決めた運動をする	漢字のドリルをする
朝ごはんの皿洗いを担当する	お風呂掃除をする

自分の力でできそうなことを選ぶ

さらにしぼり込んで具体的な行動目標にする

普段できないこと	毎日つづけること
朝ごはんのメニューを一品作る	学校保健委員会で決めた運動をする
YouTubeをみて、ソングを使ったメニューをつかって、家族に食べてもらう	クラブを毎日1分間×3セット続ける
漢字のドリルをする	一日一ページ漢字のドリルをする

最後に、フィギュアスケートの羽生選手の言葉を紹介しました。羽生選手は以前、「努力はウソをつく」という言葉で世間を驚かせました。結果的に、羽生選手はこのインタビューの1年半後のピョンチャン五輪で2大会連続の金メダルを獲得します。一時は参加が危ぶまれるほどの大けがを乗り越えての快挙でした。この「努力はウソをつく」には続きがあります。「努力はウソをつく、でも無駄にはならない。(中略)努力の正解を見つけることが大切。」さて、羽生選手が語った「努力の正解を見つける」とは、どんなことでしょう。

私個人的には、「①具体的な行動目標を決めること ②目標を達成しようと努力すること ③本気で取り組み、喜んだり、悔しがったりすること」だと思っています。夏休みは、具体的な行動目標をはっきり立てて、本気でチャレンジして、各自が納得のいく「努力の正解」を見つけて欲しいと思います。例えそれが失敗しても構いません。失敗は次に繋がります。挑戦の連続が人を大きく成長させるのです。

