

SCRUM

～皆で力を合わせて強く前へ前へ～

道徳「目標達成、日々の努力」

長い？短い？GW10連休明けの1時間目は道徳の授業でした。10連休中、塾にクラブにと忙しかった人がほとんどだと思います。勉強でもクラブでも自分の中で目標を決めて取り組むことが大切です。もちろん、目標を設定する場面はそれだけではありません。その目標に向かって日々の努力がどのように影響を与えるのか、3月に45歳で引退をしたイチロー選手の記事、これまでの活躍や引退会見を見て学びました。イチロー選手は「自分が熱中できるものが見つければ、そこに向かってエネルギーを注ぐことができる。自分の前に立ちはだかる壁にも向かっていける」と話しています。そして、イチロー選手に関する本を書いたスポーツ心理学者の児玉光雄さんはイチロー選手の「自分の限界をちょっと超えるというのを繰り返していく。少しずつの積み重ねでしか自分を超えていけない」という言葉から、イチロー選手は遠い先の目標よりも、毎日の成果を積み重ねることを大切にしてきたのだと言っています。イチロー選手はすごい！とみんなが言いますよね。このすごいイチロー選手はものすごいこと（特別なこと）やってきたのではなく、目標を設定してそれを超える（達成）するために毎日毎日少しずつ努力を積み重ねてきたのだと思います。みなさんが今からできる『毎日の成果の積み重ね』とは何でしょうか……。

修学旅行に向けての取り組み

家庭訪問期間中、放課後、毎日残って企画、撮影などががんばってくれています。レク係さん以外の人にもたくさん協力してもらっています。みんながバスの中で退屈しないように一生懸命です！！楽しみにして下さいね。そして、議員さんも修学旅行の持ち物のルールなどを決めるために話し合いを重ねてくれています。こうやってみんな楽しんでためにたくさんの方が動いてくれています。一人一人が修学旅行にただ行くだけではなく、どうやったらみんなで楽しむことができるか、クラスのなかでも話し合いが行われています。バスの座席や宿泊、ラフティングのグループなど、どんどん決まっています。今からどんな修学旅行になるのかワクワクしますね。



みんなの自分にできる『毎日の成果の積み重ね』は何ですか？



その日の授業のまとめをしたり、単語を覚えたり小さなことを繰り返しがんばること。

体幹トレーニング

今、ふとしようとしたことを今するようにしている。

難しいことを望まずに簡単なことからコツコツとやりこなしでいきたい

自分がこれを決めたら、それをさぼらずにでもしんどいときは休みながら続ける

常に考えること

今のピンチをこれからの一歩に生かす。



英検合格や志望校合格に向けて毎日少しずつ勉強すること

クラブなら素振り、筋トレ。勉強なら単語を覚えたり。

スマホの使用時間を減らす

部活でしんどいことを楽しいにかえる。

日々の積み重ねを利用して自分なりに考えたり、人の役に立つようなことをすること

部活での基礎練習、自主練習を毎日積み重ねること