

# 本郷だより

第 200 号

平成 28 年 5 月 31 日 発行

文京区立本郷小学校

<http://www.bunkyo-tky.ed.jp/hongou-ps/>

## 目標を設定して

主幹教諭 岡田 実

運動会という大きな行事を終えて、子供たちは、今、ホッとしていることでしょう。何か大きな事を成し遂げた後は安堵感があり、何とも言えない心地良さが残ります。一生懸命に取り組み、課題を乗り越えたとき、人は、目に見えるものではなくても間違いなく成長しています。また、たとえ形としては残らなくても、かけがえのない貴重な思い出としてずっと刻まれていくことでしょう。

一方で、大きな何かを成し遂げた後には、急に目標が無くなり、脱力感、空虚感を味わい、我に返ったかのように目の前の現実と直面し、マイナス思考になったり、無気力になったりもします。

学校では、1年間を通して様々な行事が予定されています。運動会や学芸会、宿泊行事、遠足、社会科見学などの校外学習。それぞれの行事を行うためには、大きさは異なれど、必ず準備が必要です。それぞれの行事を成功させるための準備を授業中や休み時間等を使って熱心に行っていきます。当然、日々の生活は忙しくなり、気持ちにゆとりが無くなりやすくなりますが、目の前にやらなければならない目標が明確に見えていることや、1つのことに集中して取り組んでいるため、不安が少なく、気持ちが安定し、過ごしやすくなります。行事の準備で、当然日々の生活は忙しくなるのですが、人は目の前の目標に向かっていくとき、やる気に満ちており、気持ちが充実し、困難なことを苦に思わずに取り組むことができます。そして、忙しくも清々しく過ごせるものです。

そのように、気持ちの浮き沈みを少なくし、できるだけ安定した気持ちで過ごすためには、大きくなくても常に何らかの目標を設定し続けることが大切だと考えます。そのために「今日は何を頑張るのか。」「この時間はどんなことに取り組むのか。」など、やることに価値を見出し、明確にしておけば、行動することに意味があり、周りから入ってくる様々な情報に惑わされることもなく、前向きに活動することができます。

何気ない普段の生活を過ごしやすくしてくれるのは、周りの人々ではなく自分です。目標を設定することは誰にでもできます。それが自分を動かすための力となって働いてくれます。時には文句や愚痴を言うことも、人間なのでガス抜きとして必要なときもあります。しかし、文句や愚痴を言うことは目的ではなく、あくまでも前を向いて動き出すための手段です。言っただけでいてもそこから何も進みません。次の目標を設定し、前を向いて動き出した方が、僅かかもしれませんが何かが変わっていきます。

事の終わりは事の始まり。同じことをやり直すことはできませんがまた始めることはできます。大きな目標、小さな目標、どんな目標でも構いません。目標を設定し、達成するための作戦を立て、準備をしましょう。そして、日々の生活がやる気に満ち、明るく、常に充実したものとなるよう、また前へ前へ歩き出せるよう教職員一同支援してまいります。

## 6月の行事予定

### 生活目標

### 礼儀正しくしよう

週	日	曜日	時程	朝会	昼	学校行事	放課	週	日	曜日	時程	朝会	昼	学校行事	放課
C	1	水	水			内科検診(2)		B	16	木	特				
	2	木		集	読				17	金		体	読	避難訓練(不審者侵入訓練)	
	3	金	特			内科検診(1)			18	土					
	4	土							19	日					
	5	日							20	月			全	読	水泳指導始 クラブ活動③
A	6	月		全	読	委員会活動③		C	21	火		サ	読	地域支援スタッフ 読み聞かせ(4~6) 水道キャラバン(4) 国立近代美術館見学(6)	
	7	火		安	読	遠足(3)			22	水	水				
	8	水	水	縦					23	木		集	読	演劇鑑賞教室(3)	
	9	木		サ	読	遠足予備日(3)			24	金		音	読		
	10	金		集	読	八ヶ岳移動教室前日検診(5) プール前検診(該当児童のみ)			25	土	特			土曜授業公開②(火曜時間割) 道徳授業地区公開講座	
	11	土							26	日					
	12	日							A	27	月		全	読	クラブ活動④ 水泳指導参観期間始 (7月8日まで)
13	月		全	読	八ヶ岳移動教室始(5)		28	火			サ	読	ふれあい給食会(4・6)		
14	火		サ	読	八ヶ岳移動教室(5)		29	水		水			午前授業 研究授業6年2組		
15	水	水			八ヶ岳移動教室終(5) 給食試食会		30	木			集	読	こころの劇場観劇(6) がん教育(6)		

全…全校朝会 集…児童集会 音…音楽朝会 体…体育朝会 安…安全の日 縦…縦割り遊び サ…サンサンタイム 読…読書タイム 特…特別時程