



1年の計は元旦にあり！ではなく、1年の計は冬休みにあり！

新年1月1日。元旦の朝はきっと誰もが心新たにになります。今年はどうなるのかな、良い年にしたいな、そんな期待にワクワクしながら、今年の目標を立てるのも良いものです。

このことわざは、まさにそんな新しい年の初めに目標を立てて頑張ろう！って感じの言葉ですね。

しかし、考えてみて下さい。本気で何かを成し遂げようと考えれば、現在の自分を客観的にとらえ、自分に合った目標を立て、それを達成するための具体的な対策と行動計画を立てることが必要です。また、自分を客観的にとらえるということは自分の強み(良いところ)と弱み(改善点)を考え、それらを今後に向けてどうしていくのかを確認していくことです。それらのことを短時間でできるでしょうか？・・・なので



つまり、以下のことが必要になるわけです。

- ① 現在の**自分の力を知る**(分析・反省)
- ② **自分の大目標を立てる**
- ③ **大目標達成のために、どんな力が**必要か**考える**
- ④ **大目標達成のために、いつまでに何を**できる**ようになるのかといった**月単位や週単位での小目標を立てる****
- ⑤ **小目標を達成していくための**具体的行動**を考える**
- ⑥ **具体的行動を、**段階的に計画**を立てる**
- ⑦ **実行・継続する**

心新たに新年を迎えるために冬休みを利用し、まずは反省と分析をしっかり行いましょう。その上で目標と具体的な行動を考えると同時に計画を立て実行していきましょう。

その先には今の自分を遙かに超えた自分がいるはず。こんな言葉があります。

「心が変われば、
態度が変わる。
態度が変われば、
行動が変わる。
行動が変われば、
習慣が変わる。
習慣が変われば、
人格が変わる。
人格が変われば、
運命が変わる。
運命が変われば、
人生が変わる。」

私たち学校も授業や各行事ごとにアンケートや自己診断をもとに反省し、継続する部分と改善していく部分を検討・確認するとともに、世の中の情勢や地域・生徒・保護者からのニーズを検討し学校全体の運営に反映させるよう努力しています。

先日、サッカー界ではクラブワールドカップが終了しました。観ているだけでも興奮します。対人競技のスポーツにおいて、強い(勝てる)選手(チーム)は何が違うのでしょうか？

私も30年以上バスケットボールを指導してきましたが、瞬時に状況が変わる競技において①観察力、②判断力、③予測する力の獲得に重点を置いてきました。当然、基礎体力や基礎(個人)技術が基盤となっていることは言うまでもありません。

これは「**一事が万事!**」スポーツの世界だけではなく**学習においても** **または大人になって社会に出ても同じ**ことが言えると考えます。



「**凡事徹底!**」**当たり前**のことを誰よりも**努力**することで**基礎**となる力を身につけ、**刻々と変化**する状況を的確に捉え、**今後に向けての有効手段**を実践していく事が大切だと思うのです。