



武蔵野

学校だより NO4
平成29年 7月号
昭島市立武蔵野小学校
校長 岡部 操



やる気を出させる目標設定

校長 岡部 操

梅雨の晴れ間、子供たちは校庭の芝生で元気よく遊ぶ姿が見られ、とても嬉しく思います。今学校は1学期のまとめの時期であり、21日からは夏休みを迎えます。日頃できない様々な事に挑戦できる機会でもあります。人は小さな成功を繰り返し経験し、自信や有能感、次への意欲を高めていきます。そこで、やる気を出させる目標の立て方を考えてみます。

(1) 目標は自分で決めさせる

子供は、自分で決めて主体的に行いたいという欲求をもっています。大人から「〇〇しなさい」と言われて、なかなかできなかったことが、自分で決めたことは見違えるように実行したということがあります。自分の意思で決めたと、感じさせることが大切です。このことが、実践への意欲と自らの行動に責任をもたせることにつながります。

子供が主体的に目標を立てることは、子供に任せて放っておくことではありません。目標が的外れだったり、問題を含んでいたりした場合は大人からの助言が必要になります。より良い自分に向かって前進できるようサポートすることが大切です。

(2) 目標は短い期間で具体的に設定する

毎年新年の目標を立てる人は多いと思いますが、その目標を一年間意識し続けることはなかなか難しいことです。また、「今月の〇〇目標」というのがありますが、個人目標では「今週の目標」の方が、取組の計画や振り返りができるのではないのでしょうか。「今週は、なわ跳びを毎日10分やろう」とか「今週は、9時までに寝よう」という目標ならば意識して一週間頑張ることができます。

また、上記の目標が「たくさん運動をする」や「早寝をする」だったらどうでしょうか。どのくらい運動したらたくさんなのか、何時に寝たら早寝なのか曖昧になってしまいます。やるべきことの量や時間などが明確であると、行動の遂行がはっきりとして、評価もできます。できたときには達成感を味わい、無理な時には目標値を調整することもできます。

(3) 「頑張ればできそう」の目標にする

ある目標に対して、取り組んでいく自信があるかがとても重要です。この気持ちがあれば必要な努力を惜しまず、失敗や困難を伴っても諦めずに挑戦できます。目標が高くなりすぎると無理かもしれないという気持ちが生じてしまいます。

最終的な目標が高いことは良いですが、坂道を上るように一步一步を進む場合「一步」には適切な幅があります。また、目標が低いと達成感を味わうことができません。

学校生活や家庭生活において、教師や保護者は上手な目標設定で、子供の意欲と努力を継続させるよう助言・支援をしたいものです。やる気を出させる目標設定の参考にしてください。

