



平成30年度が始まり、1ヶ月が過ぎました。4月には各学年で第1回「進路ガイダンス」が実施され、進路の意識も高まったことと思います。自分の進路に向けてしっかりと取り組みましょう。

## 目標設定について

「将来の夢や目標はありますか？」と聞かれたら、「まだ決まっていない。」「わからない」と答える人が多いのではないのでしょうか。確かに目標をこれ！と決めるのは難しいかもしれませんが。その場合は例えば3つか4つくらい思い浮かべて、どれがいいかなと色々と調べて考えるくらいが気が重くなくていいのではないのでしょうか。



## 目標管理について

### 勉強始めてもすぐ飽きるのは目標設定が遠いから

勉強をやり始めても続かない場合には、その時その時の目標（ゴール）を決めるのがコツです。勉強を続けるためにはゴールを決めるのが大事なのですが、目標の立て方に注意する必要があります。また、時間を目標にするよりも、内容を具体的な数値で表したものがよいでしょう。この方が、工夫してはやく終わらせることもでき、勉強のやる気につながり、試行錯誤がしやすいのです。

### 「大谷選手」が高校時代に実践した目標管理

大谷翔平選手は花巻東高校1年時に「目標設定シート」を作成し、実践しました。シートは縦横9マスあります。(合計81マス) 作成順序 ①ど真ん中のマスに目標を書く(大谷選手はドラ1、8球団) ②用紙中央の8マスに目標を達成するための要素を書く(大谷選手は変化球など) ③外側のその他の8つの枠に②の目標達成要素の細分化された具体的な項目を書く(彼はフォーク完成など)

今、大リーグ「エンゼルス」で大活躍する大谷選手はしっかり「目標管理」ができていたということになりますね。

目標設定、目標管理を心がけ自分の進路を実現しよう！

### 5月 進路関連行事



- 1年 平常講習開始(7日) 実力診断テスト(14日) 進路ガイダンス②(31日)
- 2年 平常講習開始 実力診断テスト(14日)
- 3年 進路ガイダンス②(10日) 実力診断テスト(14日) 面接対策講座①(31日)  
平常講習開始 土曜講習①(12日) ②(19日) ③(26日) 全統マーク模試(3~4日)  
小論文模試①(7日)