

# 学校全体で取り組む「向上心ノート」

(県立惟信高等学校)

## 1 取組のねらい

明るく素直であるが、気持ち弱く、自立心の乏しい子どもの現状は、本校だけが抱える問題ではない。本校では、このような子どもたちの心を育て、「生きる力」を養うことを目標とした教育活動を模索してきた。本校のキャリア教育では、進路決定を促すという側面よりも、社会人として通用する自立心と、他者と協調する心を兼ね備えた「人格形成」に重きを置いている。そのための具体的な取組として、生徒の自己啓発を図ることを目的とした本校独自の「向上心ノート」を作成した。

「向上心ノート」は、テーマを与え、それについて調べたことや感じたことを書かせるワークシートによって構成されており、その時々場面や生徒の成長過程に応じて、身近で無理なく素直に取り組める題材を選択している。

## 2 ホームルーム活動での「向上心ノート」の活用

ワークシートの内容を他の年間行事とも関連付けられるように工夫し、ホームルーム活動の時間を使って実施している。

| 月   | 「向上心ノート」のワーク内容       |
|-----|----------------------|
| 4月  | ①「早朝登校の内容と取り組む意義」    |
|     | ②「高等学校で何を学ぶのだろう？」    |
|     | ③「早朝登校終了」            |
| 5月  | ④「優しさについて」           |
|     | ⑤「好きなものを見つけよう」       |
| 6月  | ⑥「逆引き大辞典を活用しよう」      |
|     | ⑦「職業まるわかり事典を活用しよう」   |
| 7月  | ⑧「向上の心は芽生えていますか？」    |
|     | ⑨「コース選択について考えよう」     |
| 9月  | ⑩「後半戦スタート」《右図参照》     |
| 10～ | ⑪～⑬「読むー感じるー自分の意見を書く」 |
| 2月  | 《右ページ参照》             |
| 3月  | ⑭「この一年を振り返ろう」        |

### 後半戦スタート！ 短期・長期の目標を持とう！

《ワーク10 裏面簡略版》

**ワーク2** 次の二つの項目「将来の夢」「今なすべきこと」について、自分が強く心に響くキーワードを5回程度選び（○で囲む）、そのことに注目して、それぞれの項目を自分の考えを言葉にしてみてください。（あれこれと思い描く中で何か見えてくるものです。）

#### 将来の夢 キーワード

職業 大学 専門学校 学びたいこと 正社員 フリーター お金 スポーツ  
ボランティア 資格 旅行 世界 子供 責任 名誉 社会貢献 親孝行 財産  
結婚 独立 住宅 家族 趣味 生きがい 起業 健康 老後 政治 癒し 余暇



将来の夢・長期目標（思いっくまま自由に書いてみよう）

\*実施ワークは6行分

#### 今、すべきこと キーワード

学習 英語 数学 国語 社会 理科 実力 知識 読書 授業 努力 考える  
休を鍛える 学習習慣 2年次類型 文系 理系 友達 部活動 継続 自信 趣味  
心を育てる 我慢 進路を考える 夢 家族 時間 性格 定期考査 向上心 生活



今、すべきこと・短期目標（将来の夢を心に描いて、今、すべきことを考えてみよう）

\*実施ワークは6行分

**ワーク3** せっかくなので。ワーク1・ワーク2で考えたことをもとにして、「今日からの実践目標を立てましょう！」（下線部を埋めてください。）

私は、少なくとも\_\_\_\_\_の間、  
\_\_\_\_\_することを  
日々の目標とします！



6日（月）までに担任に提出してください。

ワーク⑩からの「学年団によるエッセイ」は、それぞれ教員の実体験からにじみ出た感慨をつづっている。裏面には、文章に関係した内容が掲載されている。

### 3 向上心ノート

「向上心ノート」には、自己を振り返るアンケートや質問が用意されている。生徒自身が「自己を見つめる」ことを手がかりにして、生徒の日々の頑張りと生きる道を探していくことを応援していくものである。

執筆された先生方の文面にふさわしいテーマを見つけ出すことや、生徒の感想を毎回担任が点検し、コメントを書くことなど苦労もあるが、生徒理解を深める上で役立っている。

# 向上心ノート



## 心を培うワーク 読む → 感じる → 自分の意見を書く 第8回

今回は、2組の担任で英語担当の〇〇先生のお話です。先生は大好きなお父さんの生き方を通して、君たちに「自分が納得する生き方」を大切にしてほしいと訴えられています。毎回、いろんな視点から、先生たちが語られる文章は、君たちの成長を期待する想いそのものです。心の扉を開けてください。

### 読む

「人生、生きざらぬ」

〇〇〇〇

私がお父さんといつも聞かされていた言葉。私の父はこの5月で36年間勤めた自衛隊を退職する。昼間は車の修理工をしなから、夜間高校を卒業し、18歳から生まれ故郷の九州を離れ、石川県の航空自衛隊小松基地に入隊した。

父は、みんなが憧れるようなパイロットでも、整備士でもなかった。階級もない。ただ筋肉がいっぱいあって、走るのがやたら速かったのを覚えている。

父の職場は階級がきちんと決まっているため、上下関係が厳しい。年節順ではなく、階級順だ。防衛大学を出たずっと年下の幹部候補生が、自分を追い越し、上司になる。だけど、彼らは若く、現場の経験もないので間違いない。そんな時、父は本当に怒って注意する。怒鳴って唾吐してやることもある。一歩間違えれば命にかかわる失敗もあるからだ。そんなことがあって、家に帰ってきた時は、それはそれはへこんでいた。階級制度の厳しい世界で自分の上役に意見したのだから、それやあ、自分の進退も気になるだろう。でもそんなとき、いつも言っていたのがこの言葉。

「人生、生きざらぬ」。

階級とか、地位とか、お金とか、あれは越したことはない。だけど、そのために意思に反することをしたり、間違えから目をそらしたり、不誠実だったり、そんなことを自分に押し込めて、長いものに巻かれて生きていくくらいなら、自分が正しいと思っただけに正直にならなりたい。どれだけ誠実に頑張っても生きていくか。それが大事だといつも言っていた。今思えば、きっと父はこの言葉を自分に言い聞かせながら、踏ん張っていたんだなあ、と思う。

こんな父を私は尊敬している。この人が親で本当によかったと心から思う。生きざらぬが正しい。

「生き様」・・・結果だけではなく、日々のそれぞれの場面で、どう生きるか、どう選択するか、その姿や生き方そのものが「生き様」です。「生き様」を大切にできるには、自分なりの「より良い」という価値基準や「正しさの判断基準」が何よりも必要です。君はそんな「自分だけの心のものさし」を持っているだろうか、考えてみよう。

君は「心のものさし」を持っているだろうか？ (〇か×か、直感で答えて見よう。)

- ① 商品を買うとき、「値段の高いもの=カッコイイ」というようなブランド志向は全然ない。( )
- ② 世の中に起きている出来事や事件に対し興味があり、自分なりの意見を持ちたい。( )
- ③ どんなに辛くても、大変なことでも自分の好きなことなら頑張れる。( )
- ④ 損得よりも、自分が正しいと思うことを大切にしている。( )
- ⑤ ファッションや持ち物でも、皆と同じであると安心する。( )
- ⑥ クラス会議や、何かをみんなで決める時、人任せにしてしまう。( )
- ⑦ 学習において、「興味がある」、「内容が分かる」ということより「テストの点数」を気にする。( )
- ⑧ うまくいかないことがあるとき、自分の責任より、他の人や周りの環境のせいにしてしまう。( ) (前半に〇、後半には×が多い人は、「心のものさし」がしっかりしていると考えられます。)

考えて欲しい。「自分は、読まれているかい？」

以前にも紹介した、四カ国の高校生意識調査です。(それぞれ、四校回答で「強くそう思う」を選択した人の比率)

| 四カ国高校生意識調査            | 日本    | 米国    | 中国    | 韓国    |
|-----------------------|-------|-------|-------|-------|
| 何にでも関心を持ち、意見や疑問を持つ    | 32.9% | 66.3% | 63%   | 25.6% |
| 自分の利益を犠牲にしても、正しいことをする | 14.3% | 62.1% | 23.3% | 22.8% |

高校生である今、挑戦しなければ、一生「納得できる生き様」「自分の生き方」が手に入らないかもしれない。毎日の学習や部活動、様々な訓練はすべて自分の「心のものさし」を育て、「自分の生き様」を創っています。頑張れ！ 自信！

感じる 〇〇先生の文を読んで、心に残った部分をいくつか抜き出し、感じたことを書き留めてください。

|       |  |
|-------|--|
| 抜いた部分 |  |
| 感じたこと |  |

自分の意見を書く 〇〇先生は、「結果がどうあれ、一生懸命頑張ってください。」「納得できる生き様」を築いてほしい」と、みんなにエールを送っています。高校生活を一年通じた自分を見つめて下さい。

題

### 教員や生徒の声

#### 〇教員の声

- 文章を書かせることで生徒の違った一面が見られ、自分が書いたコメントで、心を開いてくれたことがうれしい。
- これは生徒たちの心に種をまく作業だと思う。

#### 〇生徒の声

- 今までほとんど文章を書いたことがなかったけれど、だんだん書くことに慣れてきた。心に残る言葉がたくさんあり、将来役に立つと思った。