

令和5年11月8日（水）

目標達成に必要な五つのステップ

皆さんが、マラソンに出場しなければならなくなったことを想像してください。どうやって、マラソン大会でいい結果を残しますか？

そのためには、逆算力が必要です。まず、皆さんにとっていい結果とは何ですか？そうです。いい結果とはいいタイムです。

まず、目標タイムを設定することが大切です。次に目標を達成するために、練習メニューを書き出します。次に、その練習メニューに従い、時間を決めてキビキビと練習します。そして、自分で決めた練習メニューをこなしていきます。もちろん、メニューの修正は必要かも知れません。

このマラソンの練習を、テスト勉強に置き換えてみましょう。

最初に目標を立てます。次に目標を達成するために、やるべきことを書き出します。次にやるべきことの優先順位を決めます。そして、時間配分を決めます。最後に優先順位の高いものから、決められた時間配分で勉強していくのです。

大切なのは「逆算力」です。来週14日から2学期末テストが始まります。昨日からテスト前部活動停止期間に入っています。テストという目標と、残りの時間からどのくらいのペースで何をするのかを考えましょう。

喜入中の皆さんが、ゴールから逆算して自分で時間配分し取り組むことを期待しています。