

1 主として自分自身に関すること

(1) 望ましい生活習慣を身に付け、心身の健康の増進を図り、節度を守り節制に心掛け調和のある生活をする。	(2) より高い目標を目指し、希望と勇気をもって着実にやり抜く強い意志をもつ。	(3) 自律の精神を重んじ、自主的に考え、誠実に実行してその成果に責任をもつ。	(4) 真理を愛し、真実を求め、理想の実現を目指して自己の人生を切り拓いていく。	(5) 自己を見つめ、自己の向上を図るとともに、個性を伸ばして充実した生き方を追究する。
望ましい生活習慣を身に付けることは、心身の健康を増進し、気力と活力に満ちあふれた充実した人生を送る上で欠くことのできないものである。また、心身を鍛え、調和のある生活することは人格形成にも深くかわる。しかし、現在社会においては若者の欲望や衝動を刺激するものも少なくない。したがって、生活のあらゆる場において節度を守り節制に心掛け、心身の調和のある生活の実現に努めることは、 自己の人生を豊かにし、意義ある生き方につながることを理解できるようにする必要がある。	人間としてよりよく生きるには、目標や希望をもつことが大切である。「目標」には、必ずしも生涯をかけて達成するといった遠大なものだけではなく、身近で日常的な努力によって達成できるものもある。日常生活の中のほんの小さな目標であっても、それが達成されたときには満足感を覚え、自信と勇気が起こるものである。このような達成感も、自己の可能性を伸ばし、人生を切り拓いていく原動力となり、次のより高い目標に向かって努力する意欲を引き起こすことにもなる。このことを積み重ねる中で、人生の理想や目標を達成しようとする強い意志が養われ、生きることへの希望も育まれてくる。	人間としての誇りをもって生きていくためには、自ら考え、判断し、実行し、自己の行為の結果に責任をもつことが求められる。したがって、深く考えずに付和雷同したり、責任を他人に転嫁したりするのではなく、自らの規範意識を高め、自らを律することができなければならない。どのような小さな行為でも、それは自分で考え、自分の意志で決定したものであるとの自覚に至れば、人間はそれに対して責任をもつようになり、生涯において何かをなすときも、それを誠実に実行するようになる。そこに、道徳的自覚に支えられた自律的な生き方が生まれ、自らの責任によって生きる自信が育ち、一個の人間としての誇りがもてるようになるのである。	いかなる時代に生きても、人は自己の人生を切り拓いていく積極性と力強さをもつことが大切である。真理とは、だれも否定することのできない普遍的で妥当性のあるものを指し、真実とはうそや偽りのないことであり、人間らしい誠実な生き方が求められると考えられる。そして、理想は、この真理や真実を探究した結果、自分の人生をかけて実現すべき価値を見出したときに強く意識されるものである。よりよく生きる力は、こうした積極的な生き方を追い求める中で培われるのである。	「汝自身を知れ」「吾日に三たび省みる」という言葉があるように、これまでや現在の自分、そして将来こう在りたいという自分を静かに見つめ直すことは、自己の向上を願って生きていく上で重要なことである。また、一人一人の人間は姿や形が違いうように、人それぞれには必ずその人固有のよさがある。その個性を生かし伸ばしていくことは、人間の生涯をかけての課題でもある。充実した生き方は、そうした自分の人生への前向きな取組を繰り返す中で、おのずと体得される。
中学生に時期は、心身ともに著しい発達をみせ、活力にあふれ意欲的に活動できる。しかし、心と体の発達が必ずしも均衡しているわけではないので、軽はずみな行動によって健康を損なってしまったり、時間や物の価値を軽視してその活用を誤ったりするなど、衝動にかかれた行動に陥ることもある。また、これまで身に付いてきた望ましい生活習慣に対して、外面的には反発や抵抗を示すこともある。	中学生の時期は、自分の好みことや価値を認めたものに対しては意欲的に取り組む態度が育ってくる。また、希望と勇気をもって生きる崇高な生き方に憧憬をもつ年代でもある。しかし、障害や困難に直面すると簡単に挫折してしまうこともあり、理想どおりにいかない現実にも悩ま苦しむこともある。さらに、変化の激しい社会であることから、目標を立てにくい状況にもある。	中学生の時期は、自我に目覚め、自主的に考え行動することができるようになる。しかし、一方では自由をはき違えて奔放な生活を送ったり、周囲の思惑を気にして他人の言動に左右されてしまったりすることも少なくない。また、自分自身にかかわる行為が自分や他人にどのような結果をもたらすかということを深く考えることができない面も見られる。	中学生の時期は、人間としての生き方や社会のしくみなどについての関心が高まってきて、自分の将来に向かって理想を求める傾向が強くなっていく。そこには、自分の人生をよりよく生きたいという内からの願いがある。しかし、その描く理想は必ずしも自分の置かれている現実についての十分な認識に立っているのではなく、自分を過大視したり、安易に現実と妥協したり、集団の中に埋没して主体性を失ったりして、ときには絶望したりすることもある。現実と遊離した理想を性急に求めるあまり、その夢が破れたときは人生のむなしさを感じてしまうことも多い。	中学生の時期は、自己理解が深まり、自分なりの在り方生き方についての関心が高まってくる。「人生いかに生きるべきか」といった命題にも真剣に取り組むようになる。このことは「よりよく生きたい」という願いの裏返しであり、価値ある人生の実現に向けて限らない模索をしていることを表している。一方で、自分の姿を自らの基準に照らして考えたり、他人との比較においてとらえたりするために、その至らなさにも一人思い悩むことも少なくない。そして、他人と同じように扱われることを嫌ったり、反対に他人と異なることへの不安から個性を伸ばそうとすることに消極的になりがちである。
指導に当たっては、行動の仕方や物事の処理の問題としてとらえるだけでは十分ではない。心身の健康の増進、生涯にわたって学ぼうとする意欲や習慣、時間や物を大切にすることなど、望ましい生活習慣を身に付けることが、充実した人生を送る上で欠くことのできないものであることを、生徒自らが自覚できるようにすることが大切である。	指導に当たっては、具体的な生活の中で目標を達成した経験を振り返らせたり、日常的な努力で達成できる目標をもたせたりすることが大切である。そして、達成できたときの成就感や満足感を繰り返し味わわせることを通して、希望と勇気が生まれてくるよう指導することが重要である。また、生涯をかけての目標や理想をもつことが、日々の生活を充実することにつながることを気づかせることも大切である。そのためには、広い視野に立って、ものごとを正しく判断し、目標を実現するための諸条件を検討しながら希望と勇気をもって実行するとともに、困難に屈しないでねばり強く最後まで着実にやり抜く強い意志と態度を育てるように指導することが必要である。	指導に当たっては、自己の尊厳に気付き、何が正しく、何が誤りであるかを自ら判断して望ましい行動がとれるようにすることが大切である。そのためには、悪を悪としてはっきりとらえ、それを毅然として退ける良心の大切さに気付くようにしなければならない。良い行為とは、自分にとっても他人にとっても良くなければならない。この意味で、自分の行為の動機は純粋さにとどまらず、その行為が及ぼす結果についても深く考えられるようにすることが必要である。自由を放縦と誤解してはならず、自分や社会に対して常に誠実でなければならないことを自覚し、責任をもった行動がとれるように指導することが大切である。	指導に当たっては、人間や社会の在り方についての真理や真実を求めつつ、生きることについての目的や目標をもち、よりよく生きようとする積極的な態度を育てることが重要である。そのためには、的確な判断力をもって現実を見つめたり、将来に向かって理想を実現していくことの大切さについて、自己の生き方とのかわりをもつて考えられるようにすることが肝要である。そして、絶えず高い理想を求め、志をもって明るく生き生きと生きることが、人生に意欲をわかせる、自分の生涯を豊かにすることにつながることを自覚できるようにすることが必要である。	指導に当たっては、自己の欠点や短所の追究のみに偏ることなく、自己の優れている面の発見に努め、自己受容・自己理解を深め、さらに伸ばしていくようにすることが大切である。また、自分のよさは自分では分からないことが多いので、生徒相互の信頼関係を基盤として互いに指摘し合い、高め合う人間関係を作っていくように指導することが重要となってくる。さらに、優れた古典や先人の生き方との感動的な出会いを広げる中で、充実した生き方についての自覚を深め、自分自身のよさや個性を見いだしていくことができるようにすることが大切である。