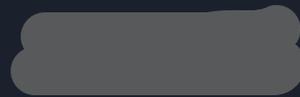




人は、なぜ努力するの  
だろう





## 研究の動機

- ・中々努力ができないから
- ・努力のコツを知って自分も努力をしたいから
- ・辛いのに努力するのはなぜだろうと思ったから。



## 研究方法

- ・インターネットで調べる。
- ・成功した人の話を聞く
- ・自分で努力してみる
- ・友達に聞いてみる



# インターネットで調べる

- ・努力を努力だと認識していない。
- ・「こうなりたい」「こう変わりたい」という願望を叶え

Smart log「[努力とは何か？努力家の考え方&努力する意味がわかる0の名言を紹介!](https://smartlog.jp/149641#:~:text=%E5%8A%AA%E5%8A%9B%E3%81%A8%E3%81%AF%E3%80%81%E3%80%8C%E3%81%93%E3%81%86%E3%81%AA%E3%82%8A%E3%81%9F%E3%81%84,%E3%81%8C%E5%8A%AA%E5%8A%9B%E3%81%A8%E8%A8%80%E3%81%88%E3%81%BE%E3%81%99%E3%80%82)」(参照2023-03-2)

<https://smartlog.jp/149641#:~:text=%E5%8A%AA%E5%8A%9B%E3%81%A8%E3%81%AF%E3%80%81%E3%80%8C%E3%81%93%E3%81%86%E3%81%AA%E3%82%8A%E3%81%9F%E3%81%84,%E3%81%8C%E5%8A%AA%E5%8A%9B%E3%81%A8%E8%A8%80%E3%81%88%E3%81%BE%E3%81%99%E3%80%82>

慧真館「[本当に努力できる人は、努力を努力だと思っていない ... - 慧真館](https://keishinkan.jp/archives/blog/post-5365)」(参照2023-03-2)

<https://keishinkan.jp/archives/blog/post-5365>

# 成功した人の話を聞く

アフロ <https://www.aflo.com/ja/editorial-images/features/90>

[イチローの軌跡 | 写真素材・ストックフォトのアフロ](#)

参照(2023-03-2)

## イチローさん



報われるとはかぎりませんね。  
もっといえは努力と感じている  
状態は、まずいでしょ

周りからすれば努力しているように見える、でも  
ただ本人からすればただ楽しくてワクワクしながらやっ  
ていることが努力だと述べています。

# 内村光良さん



失敗したぶんだけ成功を掴むことができたり、努力したぶんだけそれに見合う報償なり報酬がもらえるんじゃないかと僕は思っています。

ORICON NEWS [内村光良 - ORICON](#)

[NEWS](https://www.oricon.co.jp/prof/243025/photo/)

# 池上彰さん



とにかくやらなければ、  
何も始まらない。やってみるしかない。結果は、  
やってみた後に、  
考えればいい。

[池上彰とは\(イケガミアキラとは\) \[単語記事\] - ニコニコ大百科](#)

(参照2023-03-2)

<https://japaclip.com/businessman-saying-good-question/>



できる範囲で努力し  
てみるそしたらそれ  
に見合う結果が出る



# 自分で努力してみる

毎日学校の周りを走ってみました。

1日目2分35秒 5日目2分12秒

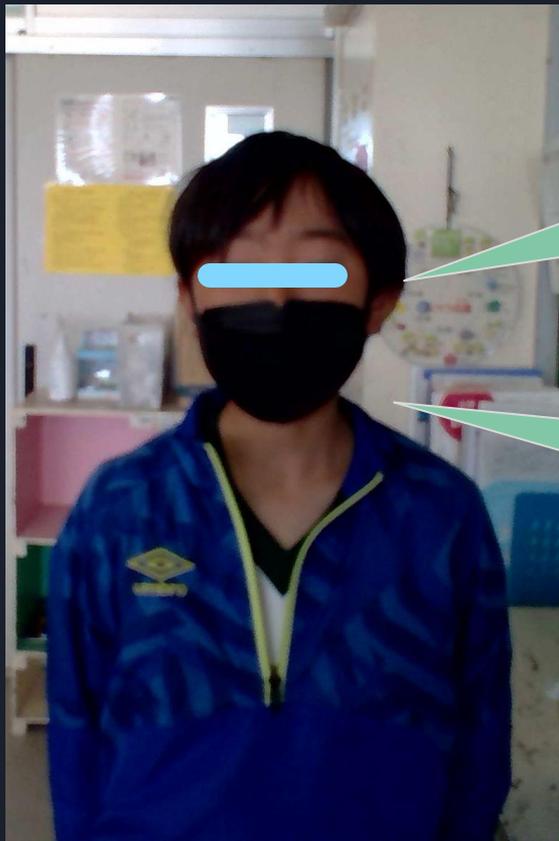
2日目2分24秒 6日目2分5秒

3日目2分14秒 7日目1分54秒

4日目2分4秒

1年も続けられる気がしませんでした

# 友達に聞いてみる



持久走大会で10位以内  
に入るため

辛くないですか？

大変だけど辛くはないです



努力しているつもりはないけど  
強いて言うなら陸上大会で選  
手・補欠になれなかったから。

共通点 辛いと思い努力をしてい  
ない 目標に向かって頑張ってい  
る。



## まとめ

- 人は、目標に向かって努力をする。
- 努力は、辛いと思いつけるものじゃない。
- できる範囲で努力をする。そしたらそれに見合う結果が出るはず。



## 感想・今後の課題

- ・努力をしている芸能人の言葉を聞き 努力の本当の意味についてしれました。
- ・これからは、自分も目標に向かって 毎日努力をしていきたいです。



## 参考文献

<https://smartlog.jp149641>

<https://keishinkan.jp/archives/blog/post-5365>



ご清聴ありがとうございました