



## 地区総体、お疲れ様でした

## ～皆さんから元気をもらいました～

7月に入り、3週にわたって繰り広げられた地区総体が終わりました。3年生にとっては、最後の地区総体。陸上の大会との重なりがない限り、各部の応援に行かせてもらいました。タイミングよく行けなかった部もあり、すみませんでした。最終日は、女子バスケットボール部が貫禄の優勝、男子バスケットボール部が1点差で3位決定戦に逆転勝利して県総体出場を決めるという、感動的な幕切れでした。

試合は勝負事。地区総体でも、勝つ人もいれば負ける人もいて、喜びの笑顔もあれば、悔し涙もありました。それでも、最後にはどの人もやり切った満足感を感じる表情をしてくれていたのが、とても印象的でした。

ところで、スポーツ分野の多くの研究論文に、「動機づけ」が取り上げられています。「どのような要素が、モチベーションをより高めるのか」といった具合にです。そんな中に、「熟達雰囲気」というのがあります。能力や結果が重視され、競争を通して目標を達成する考え方（「成績雰囲気」）と違い、努力に価値が置かれ、技能等を身につけ、より高めていく過程が重視される考え方です。そして、「成績雰囲気」より「熟達雰囲気」の方が運動の動機づけにはプラスの影響を与え、個々の満足感に結びつきやすいことが報告されています。

勝つことを「目標」にしていた人は、たくさんいると思います。しかし、勝つことが「目的」になってはいけません。それでは、負けたときに残るものがありません。ライバルに勝つことを目標に掲げ、そのために技術を磨き、努力を積み重ねてきたはずです。そして、「〇〇ができるようになった」というような成長が、皆さん自身のモチベーションを、さらに高めることにつながったではありませんか。だからこそ、たとえ負けたとしても、得るものがあり、やり切った満足感につながったと言えるのではないのでしょうか。これまでの皆さんの努力は、皆さんを大きく成長させてくれたのです。そして、その考え方は、運動の分野にとどまらず、文化・芸術の分野や、日常生活にも生かされる考え方だと思います。

3週にわたる地区総体で、私は皆さんから元気をもらいました。ありがとうございました。今日からまた、次の目標に向けてがんばりましょう。また、文化部の皆さんは、これからコンクールや文化祭に向けて、演奏や作品作りの仕上げにかかりますね。少しでも精度を高めるよう努力を重ね、自分なりの満足感に結びつけてください。

【県総体出場の部活動（団体・個人をあわせて）】健闘を祈ります！

陸上部、男女ソフトテニス部、男子バドミントン部、卓球部、剣道部、男子バレーボール部、男女バスケットボール部、水泳部（校外部）

## 熱中症や水の事故に注意してください

各地で異常な暑さが報告されるようになると、熱中症や水の事故について、連日、報道されるようになりました。皆さんと同年代の人が犠牲になった事故の報道もあります。お亡くなりになった方のご冥福を、心よりお祈りします。

熱中症については、部活動でも細心の注意を払って指導しています。皆さん自身も、水分補給や家庭での食事・睡眠には、十分に気をつけてください。また、水の事故を防止するために、遊泳が許可された場所以外では泳がないことや、海水浴も大人と一緒にいくことなどを守ってください。川や池で泳いでいて亡くなった方もいます。かけがえのない命を守るために、一人一人が注意してください。