

# 59回生 学年通信 Brave

第17号  
2022年11月30日発行



## オリンピックに聞く

2年主任

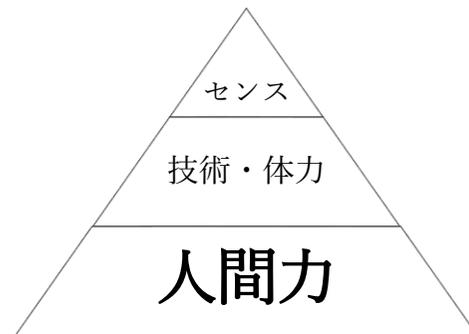
60周年記念式典の第2部で、飛込競技でオリンピック6大会出場の寺内 健さんの講演を聴きました。

ご自身が水泳を始めた時や飛込競技転向のきっかけから、高校1年時に初出場したアトランタ五輪の逸話など世界のトップアスリートとして長く活躍される方のお話はとても興味深いものでした。

中でも、メンタルトレーニング・モチベーションのお話で、日々の練習を意欲的に取り組むために、目標を持ち続けることが重要であると我々に伝えてくださいました。

そのために

- ①目標の明確化
  - ②達成可能性がある
  - ③目的と手段を入れ違えない
  - ④自分で決める
  - ⑤試合に間に合うように設定する
- と、5つのことを要点としてあげました。



また、アスリートとしての能力を三角形として表したとき、上の図のように表現し、「技術や体力・センスなどのパフォーマンスにかかわる能力は、一番下の人間としての土台の上に乗るため、その土台が大きければ大きいほど上の三角形は大きく安定する。」と仰っていました。私は、些細なあいさつや掃除、公共の場でのマナーなど日常の一コマにみなさんを成長させる環境があるのだと感じました。



今後みなさんが目標に向かいそれを達成したいと強く思うとき、このことを思い出し、練習で泣き、結果で笑う瞬間が訪れることを切に願っています。

## 60周年記念式典が行われました

11月12日(土)に県宝創立60周年記念式典が開催され、式典に続いて宝塚市出身のオリンピック選手(飛込競技)の寺内健さん、伊丹市出身の兄弟メッセージデュオちめいどさんによる記念講演会が行われました。式典で県宝の歴史を感じ、講演会では、これから県宝の歴史を作る在校生たちへメッセージが送られたように感じました。



## 12月の予定

- |              |                    |
|--------------|--------------------|
| 6日(火)~12日(月) | 期末考査               |
| 13日(火)~      | 特別時間割授業開始          |
| 15日(木)       | 大学模擬授業(2、3、4限)     |
| 16日(金)       | 球技大会               |
| 19日(月)       | 家庭学習(午前)、芸術鑑賞会(午後) |
| 20日(火)       | スタディサプリ到達度テスト(英数国) |
| 21日(水)       | 総合的な探究の時間発表(3、4限)  |
| 22日(木)       | 人権講演会(3、4限)        |
| 23日(金)       | 大掃除、終業式            |

\*学校カウンセリング:12月5日(月)、15日(木)



## いきいき県宝活動報告会が開かれました

「いきいき県宝活動報告会」は、県宝生による校内外の特色ある活動の発表・報告の機会を設け、積極的に物事に取り組む姿勢を涵養するため、また、校内外の特色ある活動を発表し広く知らせることで、次年度以降の活動のさらなる発展のために開催されています。

2年生は以下の内容を発表・報告しました。

- (1) 授業内容報告 (理系生徒の発表:摂南大学にて大学生体験)
- (2) インターンシップ報告 (保育体験報告)
- (3) 特別活動 コミュニティスクール (地域緑化活動、ジュニアテニス教室)
- (4) 近畿大会以上出場者報告 (陸上競技部)

授業以外でのクラスメートの活躍を知り、参加した全ての生徒にとって大きな刺激となった報告会でした。

