

# 群竹



今週から2月になりました。厳しい寒さが続いておりますが、校庭を回って見ますと、一見枯れ木のように見える木々も、枝の先には芽が見られ、春に向けて芽吹く準備をしていることが分かります。そして本日(2/3)は節分、明日(2/4)は立春です。あと2か月で進学・進級を迎えます。

先月も同じようなことをお伝えしましたが、生徒たちには、この時期に一年間の成長を振り返り、これからの自分のめあて・目標を再度確認し、来るべき春（新年度）に備えてほしいと願っております。



生徒たちにとってよりよい春の訪れとなるよう、今年度の指導を最後までしっかり積み上げていく考えです。

## ◇第2回地域部活動推進研修会

既にご案内のとおり、本校は昨年度から2年間、県・市教育委員会から指定を受け、休日の部活動を地域に移行する実践研究である「地域部活動推進事業」に取り組んでおります。



地域部活動としての活動が1月末で終了となるにあたり、1月27日(金)に今年度2回目となる「地域部活動推進研修会」を開催しました。

今回は、地域部活動の指導者及び運営団体の「たぬまアスレチッククラブ」代表、本校各部活動顧問、さらに佐野市教育委員会及び佐野市文化振興課担当者が一堂に会し、今年度の成果や課題について確認しました。

研修会では、まず先月放映されたとちぎテレビ「ナイトニュース9」を視聴していただき、その後、保護者の皆様にもご協力いただきました地域部活動アンケートの結果について考察しました。

保護者アンケートの結果では、本校の地域部活動への取組に概ね肯定的な回答をいただきました。しかし、「今後の部活動の在り方」については、以下のとおり休日の部活動を担うのは学校か地域かで意見が拮抗する結果となりました。

平日も休日もすべて学校（従来の学校部活動）	39%
平日は学校、休日は地域	39%
平日も休日もすべて地域	2%
その他	20%

来年度（令和5年度）は、国が示した部活動地域移行の「改革推進期間」1年目となり、佐野市では今年度までの本校の研究実践の成果を生かし、部活動地

域移行を順次進める予定です。

そこで、今後も生徒及び保護者の皆様に部活動の地域移行の趣旨をご理解いただくよう周知に努めるとともに、「活動して良かった」と実感できるような取組を工夫していく考えです。

#### ◇地道に2か月がんばってみましょう！

先週号に続き、池谷 裕二 先生（東京大学薬学部教授）の講話内容を紹介します。2月1日(水)の校長講話で内容を引用し、次のような話をしました。

楽しいことがあれば笑うことは当たり前ですが、実験により、逆に「笑うと楽しくなる」ということが分かっています。そしてこの逆の方が圧倒的に強いということも分かってきました。これは、身体がスイッチとなって心、感情が生まれるということです。

このことは日常生活でもとても大切で、例えば掃除は嫌々でも、始めると気分が乗ってきます。このように脳は作業を始めることによって興奮し、やる気が出てくるというものです。

やる気は行動を起こすためのエネルギーではなく、行動した結果だということです。だからやり始めない限り、やる気は出ないということです。

「では、できる人とできない人では何が違うのか。やる気ではないのか。」私(校長)はやる気が大切と思っていましたが、池谷教授の見解はそうではありませんでした。

できる人の特徴は「やる気ではなく、システムに従う」こと、例えば優秀な生徒は勉強する気分になるのを待つことはなく、勉強する時間になったら粛々と始めます。これができる人の特徴で、やる気は必要ないそうです。

勉強や仕事で大切なのは、その場のすごいモチベーションではなく、継続できる力、じわじわ長く続けられる力だそうです。

もちろんやる気が大切な局面はたくさんあります。例えばスポーツはその場のすごいモチベーション、つまりやる気が大切だそうです。

でも、勉強はやる気ではなく、システムに従うことです。システムに従うというのは習慣化することです。習慣化の一番のポイントは、そのことが面倒くさくなくなるまで続けるということです。習慣化に要する日数は、実験による平均値で66日、何かを始めたらとりあえず2か月は続けることです。習慣化できれば、脳を一番負担なく使えるとのことでした。

前回の校長講話では、まず簡単なことから始めましょうと伝えましたが、今回はそのことを2か月くらい継続してみようという提案です。

思い起こせば、はるか昔、私(校長)が受験生だった頃、よく「継続は力なり」と言われました。

(参考：2021.10.21 全日本中学校長会研究協議大会静岡大会記念講演)