

7月23日、東京オリンピックがついに開幕しましたね(*^-^*)

梅雨も明け厳しい暑さがつづきますが、皆様体調にはくれぐれもお気をつけてお過ごしください。

今回は、県立村岡高等学校と県立西宮高等学校での取組を紹介いたします♪

★7月13日(火)県立村岡高等学校

株式会社脳ラボ 代表取締役社長であり、メンタルプロデューサーの川谷潤太さんを講師としてお招きし、「脳内レボリューション『脳レボ』2021-東大・甲子園・日本一へ導いた潜在能力の高め方-」と題した講演会が実施されました。

講演では、イメージや無意識の潜在意識が自分を動かすとして、潜在能力を高めるためには、①自分の中のすごい！に気づこう！②心を含めてやってみよう！③心を合わせよう！の3つがポイントであると教えてくださいました。心を含めて集中力が上がった時に発揮される力や心を合わせた同調の儀式をしたときに発揮する力の凄さを実際にワークで体験。体や結果が変化するごとに驚きの声があがっていました。

また、「スポーツは自分を発見させ、自分の能力をのばしてくれる自分自身の表現だ。」として、世界中のアスリートのプレー映像も視聴しました。最後には、「**オリンピックやパラリンピックには自分のイメージを膨らましてくれるすごい人たちが沢山出ています。自分の“なりたい”や目標を見つけて、周りの人たちへの感謝の気持ちを忘れずに頑張ってください。**」とメッセージが送られました。



★7月14日(水)県立西宮高等学校

賀来医院院長であり日本オリンピック・アカデミー(JOA)正会員の賀来正俊さんを講師としてお招きし、「難産だった近代オリンピックの誕生～クーベルタンの世界愛と不屈の情熱・近代オリンピックの真意～」と題した講演会が実施されました。3年生は講堂で、1・2年生はリモートで講演を聞き、学校で購入している県西手帳等にそれぞれが講演内容を記録していました。

講演では、「近代オリンピックの父」と呼ばれるクーベルタン男爵の生涯を通じて、古代オリンピックの歴史や近代オリンピックとして復活を遂げるまで、またオリンピックを開催する主な目的であるスポーツによる世界平和の構築の実現に向けて決議されたエケケイリア(オリンピック休戦協定)等についてお話いただきました。

講演後は、生徒から質問をしたり、「**オリンピックの詳細な歴史を学べたことで、開催についての考え方や見方に変化があった。オリンピックが開催される意味をしっかりと考えてオリンピックを楽しみたい。**」と感想があがるなど、改めてオリンピックの役割や開催意義について学ぶことが出来た貴重な時間となりました。

