



大内中だより

Webページはこちら→



きつきの丘

令和6年5月30日
第10号

「スポーツ」とは何か？ ～地区総体に向けて～

明日5月31日より、地区総体に向けた部活動強調週間（6月13日まで）に入ります。大内中学校からは、運動部活動の58名の生徒が参加を予定しています。大会を2週間後に控えた今、自分（選手、部員として）ができることは何でしょうか。まずは原点に立ち戻り、自分がその競技を始めた、あるいは続けているきっかけや理由を振り返ってみてはどうでしょうか。



ここでは『「スポーツ」とは何か？』を考えてみたいと思います。日本には「スポーツ基本法」という法律があります。「スポーツを通じて幸福で豊かな生活を営むことはすべての人々の権利」という理念の下、誰もが身体を動かすことを心から楽しみ、健康で、豊かな日本を作るべく取り組みを進めています。

また、スポーツ基本法の前文には「スポーツは、次代を担う青少年の体力を向上させるとともに、他者を尊重しこれと協同する精神、公正さと規律を尊ぶ態度や克己心を培い、実践的な思考力や判断力を育む等人格の形成に大きな影響を及ぼすものである。」という一文があります。

以下はスポーツ庁HPに掲載されている内容の一部です。

本来、「スポーツ」とは「気晴らし」である

そもそも、みなさんはスポーツという言葉の語源をご存知でしょうか？

スポーツ史という分野の研究によれば、英語の「Sport」は19～20世紀にかけて世界で一般化した言葉であり、その由来はラテン語の「deportare」（デポルターレ）という単語だとされています。



デポルターレとは、「運び去る、運搬する」の意。転じて、精神的な次元の移動・転換、やがて「義務からの気分転換、元気の回復」仕事や家事といった「日々の生活から離れる」気晴らしや遊び、楽しみ、休養といった要素を指します。

つまり、これらがスポーツの本質であり、人生を楽しく、健康的で生き生きとしたものにするために、より楽しむために勝利を追及するもよし、自分ペースで楽しむもよし、誰もが自由に身体を動かし、自由に観戦し、楽しめるものであるべきなのです。

このように、スポーツは、体を動かすという人間の本能的な欲求に応えるとともに、爽快感や達成感、他者との連帯感等による楽しさや喜びをもたらし、さらには、体力の向上や、ストレスの発散など、心身の両面にわたる健康の保持増進に役立っていることとなります。また、スポーツは、そもそも「遊び」という本質をもっているので、真剣であればあるほど楽しいものになると考えます。

あらためて、地区総体に臨む3年生の皆さんへ。自分が、その競技を始めた、あるいは続けているきっかけや理由は何でしたか。ご家庭の誰かがやっていて何となく始めた人、大人や友達に勧められた人、テレビ等の映像を見て、憧れや夢を抱いて始めた人など、それぞれ違うと思います。そして続けてきた（続けることができた）理由には、多くの人に関わっているはずで、これまでみなさんを支え続けてくれた人への感謝を胸に刻み、地区総体を迎えてほしいと願います。

衣替え移行期間に入りました



今週初めから衣替え移行期間に入り、夏服へ切り替える生徒が多く見られます。朝のあいさつ運動や登校時の様子も夏らしくなってきました。

さて、秋田を含む東北北部の梅雨入りは、平年6月15日頃となっています。夏服になったとはいえこれから肌寒く感じる日も多くなります。天気予報を確認しながら身体を冷やさないよう中着（下着）を工夫し、体調の維持管理に努めてほしいと思います。