

# 令和4年度群馬県立高崎東高等学校1学期始業式式辞

皆さん、おはようございます。

始業式にあたり、お話をさせてもらいます。

いよいよ、今日から令和4年度の1学期が始まります。この1学期始業式という学校行事は、数ある学校行事の中でも「儀式的行事」に位置づけられるものです。そしてこの儀式的行事には意味があるのです。皆さんの中には「カタッ苦しい」とか「毎年、毎回決まり切ったもの」など、もしかしたらあまり前向きにとらえていない人もいるかもしれませんが。しかし今回は、この儀式的行事は学校生活の中でどのような位置付けにあるのか、という視点でお話をしたいと思います。

「儀式的行事」は、学校の教育内容を定めた学習指導要領に、「学校生活に有意義な変化や折り目を付け、厳粛で清新な気分を味わい、新しい生活の展開への動機づけとなるようにすること。」と記述されています。つまり、皆さんに変化を意識してもらいたいのです。新年度が始まる、新学期が始まる、という生活の変化を意識してもらいたいのです。そしてその際に、例えば、今年度も部活動を頑張る、3年の受験生になったのでこれからは毎日夜の8時から勉強をするなど、気持ちを新たにしたり、今までの取り組みの継続を強く意識したりするのに、この儀式的行事・始業式を利用してもらいたいのです。ちなみに終業式は、この新学期の始めに建てた目標などが、ちゃんと実行されたかを振り返ったり、評価するためにあります。

次にこの始業式は毎年、毎学期、行われるものです。つまり学校行事の中でルーティン化しているものです。ルーティンとは「決まった動作」や「日課」という意味です。ところで、このルーティンを利用すれば、仕事や勉強のパフォーマンスを高めることができるということを皆さんは知っているでしょうか。ルーティンの効果は、心理学や脳科学の方面からも実証されていることです。ルーティンの最大の効果として、「やる気のスイッチが入る」ということです。野球のイチロー氏のポーズ、体操の内村選手のポーズは有名ですよ。この仕草をすることで集中力を高めているのです。勉強を始める前に必ず机の上の片付けを行う、お茶を飲む、手を洗う、バッテリーボックスには必ず左足から入る、何でもいいのです。「これをすればやる気スイッチが入る」という特定の行動や動作があると、仕事や勉強・スポーツを切り替え良く、スムーズに始めやすくなります。学習指導要領に書いてある「新しい生活の展開への動機づけ」に、特にこの1学期始業式を利用してください。新たな決意、目標を立て、その目標達成のための具体的な取り組みを考えるのにふさわしい日なのです。

最後に始業式のルーティンの中に「校歌」があります。人間は集団的な生き物と言われます。何かの集団に属していると精神的に安定することができます。新型コロナウイルス感染症拡大の影響で、マスク着用、大きな声で歌えないなど制約はありますが、この儀式的行事での校歌合唱で、高崎東高校の一員であるという帰属意識を持ってください。

以上、自分なりのルーティンを確立するきっかけとなるよう、この1学期始業式の活用を願い、令和4年度1学期始業式の式辞とします。

令和4年4月8日

群馬県立高崎東高等学校 校長 関口 俊邦