



夢現 2025.1.15 プロジェクト

勝高 Voice 第5号

久世中出身
岩野明里



▼「夢現プロジェクト」を通して、困った時に人に頼る大切さを学べたことが、私にとって大きな収穫でした。同じグループの友達や先生、時には地域の方々に意見を聞くことで、自分一人では思いつかないような発想を得ることができました。もし人に頼ることがなければ、チームとして全員が同じ方向を向いてここまで探究活動を進めることはできなかったかもしれません。人に頼ることは、お互いの信頼を高め合うことにも繋がります。たくさん頼らせてくれたグループの友達には、感謝の気持ちでいっぱいです。このような経験を社会に出る前の高校生のうち積むことができ、本当に良かったと感じています。

▼勝山高校独自の活動である「夢現プロジェクト」は自分で設定したテーマを調べ深めていくもので、とても楽しいと思います。ただ調べるだけでなく実際に体験したり、聞き取りをしたり、実験を行ったりすることで自分たちのテーマをより深める事ができます。また活動を通して、仮説に反する結果や思わぬつながり、関係性が見つかることもあり、様々な疑問や気づきを得ることができました。グループのメンバーが持つ個性を活かしながら一つのテーマについて取り組むことは、とても楽しいことでした。

落合中出身
奥田大智



✓ 勝山高校では、「総合的な探究の時間」を「夢現（むげん）プロジェクト」と呼んでいます。自分の夢、興味・関心などから、職業・学問を知り、そこから関連するニュースや普段の生活の中での課題を見つけます。そして、生徒自らが問いを立て探究のテーマを設定し、探究活動を行います。探究活動における研究結果は、ポスターセッションやレポートにして発表します。各年次の秀逸な研究グループは、勝山文化センターのポンテホールでも発表を行います。

インタビュー INTERVIEW

今回は本守優希斗さん(蒜山中出身)にインタビューしました！本守さんは第63回岡山県総体スキー競技(クロスカントリー)において、クラシカル競技 優勝、フリー競技 2位、学校対抗得点 優勝 と活躍しました！
また、2月に北海道名寄市で開催される全国高校総体へ出場します！

蒜山中出身
本守優希斗



クロスカントリーについて教えてください！

スキー板を履き、山の中などに作られたコースを走り、タイムを競う競技です。

クラシカル競技とフリー競技があり、滑り方が違います。クラシカル競技ではコースにレーンが設けられ、主にその上を滑ります。フリー競技ではレーンが無く、「スケーティング」という滑り方をします。僕は、フリー競技の方が速く滑ることができそうですが、坂を上るときの呼吸リズムや滑り方のリズムなどからクラシカル競技の方が自分に合っていて滑りやすいと感じます。

競技の魅力について教えてください！

体力だけではなく、板の手入れや当日のワックス合わせなどの下準備にも大きく左右されるというところに面白みがあるとおもいます。

例えば、クラシカル競技では登り坂で後退しないようにするために「グリップワックス」という滑り止めを板に塗るのですが、これは強すぎると前にも滑らなくなり、逆に弱すぎると坂道を登れなくなってしまいます。そのため、いかにその日の雪質に合うものを使うか、また自分の滑りに合ったものを見極められるかという本番前の判断が最も悩ましいところだと思います。しかしその分、雪質に合ったものを使えたときはとても嬉しいです。

競技を続けてきて、

**自分の成長につながったと感じたことはありますか？
筋力・持久力、忍耐力、慎重さです。**

筋力に関しては、上半身はクラシカル競技もフリー競技も同じような筋肉を使うのですが下半身は別の筋肉を使って滑るので偏りなく筋肉がついたと思います。そして、メンタル的にも成長し、忍耐力がついたとも思います。様々な場面で、しんどくなった時には「もう一歩、もう一歩」と踏ん張ることができるようになりました。他にも、グリップワックスの話のように判断を急ぎすぎてはいけない場面の多いスポーツでもあるので、慎重さも身につけているのではないかと思います。

全国高校総体への意気込みを教えてください！

自分の精一杯を発揮し、少しでも良い結果が残せるように頑張りたいと思います。

会場である北海道の雪質やコースの形など未知であることが多いですが、悔いのないように滑りきりたいと思います。

岡山県立勝山高等学校

岡山県真庭市勝山 481
TEL 0867-44-2628

