

木崎中だより

5号

平成28年8月31日(水)
さいたま市立木崎中学校
048(886)4302

逆境での力

校長 大澤 敬

39日間に及んだ夏休みも終わり、いよいよ2学期が始まりました。1学期の終業式で私が願った通り、こうして無事に皆さんと会えたことを何よりも嬉しく思います。気持ちも新たに2学期も充実した学校生活を送っていきましょう。

さて、今年の夏休みはリオ・オリンピックの日本人の活躍に一喜一憂した夏休みでした。12時間の時差をものともせず、夜中や早朝からテレビで観戦した人も多かったろうと思います。私も連日の日本人選手の活躍に胸を躍らせ、暇さえあればテレビを観ているような生活を続けてしまいました。その中でも特に印象に残っているのは、困難な状況での選手の底力でした。4年に1回の世界の大舞台で、しかも追いつめられた状況の中であの力がどこから出てくるのか、私は本当に驚嘆しました。男子体操団体の逆転の金メダル、女子バドミントン、男女卓球の追い込まれてからのポイント連取、女子レスリングの残り数秒からの逆転勝利など、観ている方が諦めてしまうような状況で形勢を逆転してしまうあの力はどこから出てくるのでしょうか。

よく「精神力」とか「気力」という言葉を聞きます。昔ほど使われなくなりましたが、やはりスポーツをやっている人は、練習中にこの言葉を使って指導を受けたことはあるでしょう。私が子どもの頃は「スポーツ根性もの」の漫画やドラマの全盛期だったので、非科学的な練習方法や指導方法が行われていた時代でした。例えば練習中は疲労を増加させるという理由で水を飲ませてもらえない等、今はそんな指導は絶対にしませんが昔は当たり前でした。喉が渇くのを我慢するので確かに「精神力」「根性」は必要だった気もしますが、命の危険もある事など当時は全く知りませんでした。時代は変わり、今は科学的な根拠に基づいた合理的な練習が行われ、昔ほど「精神力で勝負」的な雰囲気はなくなりました。

しかし、今回のオリンピックで感じたことは、日本の選手たちが追いつめられた状況の中で自分の力を存分に発揮できた理由は、私にはどうしても「精神力」が理由だったとしか思えないのです。厳しい練習を重ねてきたのはどの選手も同じです。実力は紙一重でしょう。しかし勝敗はついてしまう。その勝敗を分ける最後のプラスアルファの部分、それは「精神力」ではないのでしょうか。個人の精神力や根性に頼るだけではもちろん勝てません。しかし技術だけでは勝てないことを示してくれたのだと思います。厳しい練習に耐えてきた自信、世界でいちばん練習してきたという自負、それが逆境の中で信じられない力となって発揮されたのです。「精神力」とは「自分に対する自信」とか「自分への信頼」と言い換えてもいいかもしれません。

さあ、今日から2学期が始まります。勉強はもちろん、様々な活動が行われます。「精神力」、つまり「自分に対する自信」や「自分への信頼」をどれだけ付けることができるか、何でも一所懸命挑戦してみてください。それはきっと苦しい時、逆境に立った時に皆さんを助けてくれるはずです。

最後にオリンピックも盛り上がりましたが、木崎中でも大変頑張ってくれた人たちがいます。水泳で女子400mメドレーリレー(田邊 橋本 齊藤 解良組)が関東大会出場、女子400mフリーリレー(高瀬 藤田 中野 亀井組)が全国大会出場、女子200m背泳で高瀬さんが全国6位入賞という素晴らしい結果を残しました。4年後の東京が楽しみになりました。