常磐東小学校　校長だより

常なる磐

つねなる　いわ　seasonⅢ
令和　４年１０月　７日(金)
その２　通算２６４号

◇ 本番は、練習のように　vol.Ⅰ

陸上大会に向けたスローガン【競技に　応援に　マナーに　力の限り】を大会の場で具現化した常磐東小選手団。たいへん立派であった。全部員に拍手を送りたい。

小さな失敗もあったが、挽回するチャンスはすぐにある。大会と同様に学校を離れる「山の学習」と「修学旅行」の場で「失敗」を「経験」に変えたいものだ。

そして、部活動を引退する６年生。数少ない練習の中、努力を積み重ねることの大切さを練習に励む姿で後輩に示し、無言の背中で、練習態度で伝えてくれた。

後輩にとっては、何にも代えがたい【無形の財産】となったことだろう。

さて、緊張を解したり、緊張を和らげたりする際に使う掛け言葉のひとつに「本番は練習のように」がある。　けれども、大事なのは、この言葉の前だ。

【練習は本番のように　　本番は練習のように】。

限られた部活動の練習。本番を想定して練習を積み重ねきたからこそ、「本番は練習のように」という言葉が生きる。高ぶる気持ちを抑えてくれるのだ。そして自信が湧いてくる。対していいかげんに練習に取り組んで大会を迎えたとしたらどうだろう。自信など微塵も湧かない。それどころか、練習してこなかったことをその時大きく後悔し、スタートラインに立っただけで不安は倍加するに違いない。

さて、本校の選手はというと、日々の部活動で「本番のように」大会を想定して練習する姿をずっと見てきた。だから、「本番は練習のように」もてる力を、高めた力を発揮するだけである。自信が漲(みなぎ)り、肝(きも)も据(す)わった状態で大会を迎えた。

大会での入賞者は1000m走に出場したMAIさん、KOU君の両名と100m走のAMIさんの3名だが、入賞まであと一歩だった選手や自己記録を大会で更新した選手、応援で力を尽くした選手など、堂々と胸を張れる選手もいっぱいいる。

そんな選手の健闘ぶりをいくつか紹介したい。

まずは男子4×100mリレーのアンカーを務めたKAI君。走り終え、自校のテントに戻ってからがよかった。

大会はフィールドとトラック競技が並行して行われるため、片側に集中していると他方を見逃してしまうことがよくある。けれども、KAI君はよく競技を見ていた。それだけじゃない。自分が競技を見逃してしまうのを見透かしたかのように、「先生、高跳びで次にJさん跳ぶよ」とか、「今から走るHさんの二つ後のレースにAMIさんが走るよ」と教えてくれる。他にも「幅跳びはどこだ」とつぶやくと、すぐに反応して「あそこの人が集まっているところです」と教えてくれた。「自分の出番がすんだら終わり」じゃないのがチーム。まさにお手本の姿だった。

走高跳びに出場した5年生のJさん。登録は控え選手だが、体調不良でやむなく欠場した選手の代役で出場。大会で見事に自己記録を伸ばす。そして記録更新を目指した跳躍。成功に至らなかったものの、3回全ての跳躍が本当にあと一歩。

それでも、他校の6年生が多くを占める中、堂々と学校代表を務めあげた。

同じく走高跳びに出場したTRA君。高身長が圧倒的に有利と言われる高跳び。そして高身長選手の出場が多い中、TRA君はどちらかと言えば小柄な方。そこで彼も自己記録を更新し、高身長の選手と渡り合う。身長差をカバーするだけの跳躍の秘訣は、TRA君の跳躍フォームにあろう。私が見た限り、TRA君の跳躍フォームが一番理想的であるように見えた。表面写真にあるように非常にﾀﾞｲﾅﾐｯｸだ。入賞には届かなかったが、準備・助走・跳躍の全ての姿に気持ちが表れていた。

走幅跳びに出場した5年生のSOU君。試技後、テントに戻ってきた時は「入賞できなかったです」と寂しそう。それでも持てる力を遺憾(いかん)なく発揮したと言える。

エントリー選手15名の内、6年生は12名。出場選手のほとんどが上級生だ。

その中でSOU君は3位と数㎝差の4位。出場した5年生では断トツのトップ記録であり、優勝した6年生と比べても30㎝程。悔しさが残らないはずがない。

大事なのは来年に繋げること。「本番のように」練習できたSOU君ならできる。