



# みなみせや

なりたい自分をイメージしよう

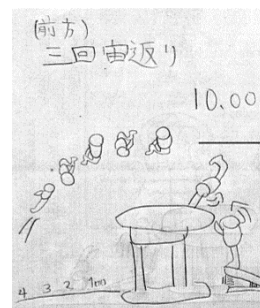
副校長 小嶋一喜

今年度は、夏と冬にオリンピック・パラリンピックがある特別な年度になりました。夏のオリンピック・パラリンピックは東京で開催され、日本人の活躍が目立った大会となりました。メダルの有無にかかわらず一人ひとりのアスリートに様々なストーリーがあり、感動をもらいました。

その中で、体操の内村選手が特に印象に残りました。内村選手は、体操界のキングと呼ばれ、オリンピック体操個人総合を2連覇したり、世界選手権を6連覇したり、無敵な存在でした。年齢を重ねた内村選手は、今回の東京では、鉄棒競技一つにしぼり、難易度の高い技を繰り返し練習してきたそうです。練習で目指していたことは完璧な演技。意識して体を動かすレベルから無意識でもいつも同じようにできるレベルに極めて、本番に臨んだそうです。本番では、前半にあった難易度の高い技を完璧に行い、このまま最後まで完璧に終わるかと思ったとき、まさかの場面で鉄棒から落下してしまったのです。

演技のあとは「努力が普通に裏切られることがある。」と述べていた内村選手が、先日の引退会見で、「あの落下の経験があったから、これから指導者として後輩に伝えていける」と前向きな発言に変わっていました。やはり、努力は必ず様々な形で報われるのだと思いました。

右の絵は、内村選手が小学校のときの自由帳に描いた、3回宙返りのイメージ図です。この他にも多くの技のイメージを図に表していたそうです。当時の内村選手の力では、できない技でしたがイメージを膨らませ、いつかできるようになりたいと思い、努力を重ねていったそうです。



先日、ある教室の休み時間では、自由帳に絵を描いている子どもたちが多くみられました。将来、自分がつくってみたい洋服のイメージだったり、大好きなものだったりしていました。なりたい自分の姿をイメージし見える化し、努力を重ねていくことは、その人の成長にとって大きな役割を果たしていると感じました。

まもなく冬のオリンピック・パラリンピックが始まります。一人ひとりの選手のストーリーに注目して、成長のきっかけを学びたいと思います。