

五輪選手から学ぶ「学ぶ姿勢」 ～認めて、褒めて、喜んで～

副校長 齊藤 誠

今年は、7月から8月上旬にかけて、最高気温が35度以上の猛暑日が続き、夜間も25度以上の熱帯夜の日があるなど、熱気に満ちた夏休みとなりました。TV画面では、毎日オリンピックの放映が続き、熱戦に思わず歓声を上げた方も多いのではないのでしょうか。

1. 五輪選手のコメントから学ぶこと

今回のオリンピックでも、北海道にゆかりのある選手の活躍が数多く見られ、競技の前後にインタビュー等を聞くと、ますます応援したくなったり、心を動かされたりしました。

そうしたインタビューの中から、2人の選手のコメントを紹介します。

- ・開 心那（スケートボード「銀メダル」・苫小牧市在住）

「メダルを取れたら最高にうれしい。自分らしい滑りで、スケートボードがかっこよくて楽しいっていいところを見せたい」（道新電子版 7月24日）

- ・北口榛花（陸上やり投げ「57年振りの決勝進出」・附属旭川小学校卒業）

「決勝も笑って試合できるようにがんばりたいと思います」（gorin.jp 8月3日）

この2人に共通しているのは、選手自身が競技を楽しんでおり、その楽しさをみんなに伝えたいと話しているところです。最年少のメダリストとなった13歳の開選手は、テレビのインタビューに答える際にも無邪気な笑顔とうれしさがはじけていました。本校の卒業生でもある北口選手は、予選の競技中、一投終えるごとに笑顔をあふれさせていました。

また、練習についての質問に対して、次のように答えています。

- ・開「（どのくらいの時間練習したのかという質問に対し）その日によって違う。やりきったときにやめる」（NHKニュース日本 8月5日）



- ・北口「東京五輪でどうこうということではなくて、66mを投げたあとも『それ以上を投げるためには何かを変えないといけない』という思いはずっとありました」（月陸Online 8月2日 ※インタビューは2019年のもの）

開選手のコメントからは、「何時間やったら終わり」というタスクをこなすだけの練習ではなく、「〇〇ができるようになったらやめる」という目標達成型の練習を積み重ねてきたことがうかがえます。また、北口選手のコメントからは、成果を出した後も次の目標を見据え、向上するためによりよい方法を追究して試行錯誤し続けていることがうかがえます。



2. 2人の選手から感じたこと

2人を見ていて感じたことは、競技を楽しみながら、練習では具体的な小ステップの目標を立て、絶えず達成しながら更に少し高い目標に到達できるよう、練習方法を主体的に考えながらトレーニングを続けてきたのではないかということです。これは、子供たちが学習する際にも大変参考になると思います。

「〇ページやったら終わり」「〇時間やったら終わり」「〇〇ができるようになったら終わり」など、毎日の家庭学習の終わり方をどのようにすることが、自分の成長に一番適しているのか試行錯誤し、学校のテストの答えは学習方法を見直すための材料として活用すると、毎日の学習の質の向上が期待できます。学習することが目標ではなく、目標（将来の夢など）達成のための手段が学習になるはずです。

3. 五輪選手からの示唆を学習に生かして

学習して分かったこと、できたこと、考えを人に伝えたことなどが「楽しい」と感じられるようになると、スポーツと同様に「繰り返し挑戦したい」と感じられると思います。そのためには、多くのスポーツ選手が口にする、「このメダルは、支えてくださったサポーター、チームの選手、監督、そして、家族のおかげです。」という言葉に表れているように、学校と家族の支えが必要です。

学校では、より多くの教科で専門の教員が教科指導を行うことで、学習の内容がよく分かり、楽しさも実感してもらえよう、教科専科や教科担任制の授業を行う時間を増やしました。また、「1人1台端末」の時代を踏まえた学習指導の在り方を試行しながら実施しています。



御家庭においては、「認める」、「褒める」、「喜ぶ」の3ステップで、お子様への言葉掛けをしていただきたいと思います。

認める・・・小さな才能も、人と比較せずに認めてあげてください。お子様の素質や才能は保護者が一番よく分かっています。

褒める・・・努力やプロセスを褒めてあげてください。オリンピック選手は「努力の天才」集団です。子供の努力のエネルギー源は、保護者の褒め言葉です。でも、成功を褒めると、成功できないことが続くと努力をしなくなります。成功した後も、努力をしなくなります。何を褒めると効果的か考えることが大切です。

喜ぶ・・・成功や成成感は、一緒に喜んであげてください。家族が喜んでくれるから、また次もがんばれるのです。

私の願いは、子供たちが、「勉強して楽しい」と満面の笑みを浮かべてくれることや、「〇〇の勉強のおもしろさをもっとみんなに伝えたい」と話してくれるようになることです。子供たちが主体的に学び、達成した成果は全て金メダルです。その金メダルを、学校と家庭の両方から、お子様に渡してあげたいですね。

