

令和2年9月28日

全校朝会講話 「練習は本番のよう」

全校のみなさん、おはようございます。 今日も放送です。 来週は今年初めて校庭で全校朝会を行う予定です。 私は、今から楽しみです。

今日は、「練習」と「本番」について話します。

スポーツでも、音楽などの芸術でも、大切なのは本番でどれくらいの力を出せるかということです。 でも、それと同じくらい、あるいは、それ以上に、本番に向けてどれだけの準備をしてきたかということが重要です。

特にスポーツでは、「試合は練習の通りに、練習は試合だと思ってやることが大切だ。」と言われることがよくあります。

試合、つまり本番は緊張してしまうことが多いから、練習の時と同じようにリラックスして、それまでに積み重ねてきたことを出せるようにすればいい。 逆に、練習はどうしても気が緩んでしまうことがあるから、本番だと思って緊張感をもってやらなければ力が伸びないということです。

これは運動会でも同じことだと思います。 運動会の当日をしっかりとイメージして、一生懸命に練習しなければ、いい演技ができるはずがないし、思い切り走ることもできないと思います。

先週、体育館でダンスの練習をしている1年生の姿を見ました。 すごくかわいらしかったし、一人一人ががんばっている姿は、とてもかっこよかったです。 どの学年も、今、一生懸命に練習していることだと思います。 ぜひ、毎回が運動会当日のつもりで練習を重ねていってください。

さて、その練習と2週間後の運動会本番で特に頑張ってほしいことが2つあります。 今年は、コロナのことがあって、4月からみんなは大変な思いをしてきました。 だからこそがんばってほしい2つのことです。

1つ目は、どんな時でも自分の全力を尽くすことです。 走るのは苦手だな、とか、この動きは難しくてなかなか覚えられないなどと思っても、決してあきらめないでくださいね。 がんばったことは、必ず成果として表れます。 見ている人の心を動かします。

2つ目は、友達とのかかわりを大切にすることです。 練習では、みんなで励まし合ったり、教え合ったりしましょう。 そうすれば、運動会当日はみんなで心を一つにした演技ができるはずです。 また、当日は、他の学年の種目もじっくりと見てくださいね。 きっといろいろなことを感じとれるはずです。

今週は10月になります。 これまでと同じように、健康第一で頑張りましょう。 これでお話を終わります。