

スポーツの意義を考える

——第4回開倫杯ドッジボール大会 大会会長としての会場での挨拶——

開倫塾
塾長 林 明夫

1. はじめに

第4回開倫杯ドッジボール大会にお集まりの皆様。スポーツの素晴らしさ、スポーツの意義とは一体何でしょうか。私は次の5つだと考えます。

2. スポーツの意義を考える

-) スポーツは礼に始まり礼に終わります。スポーツを通じて「美しい立ち振る舞い」を身につけることができます。
-) コーチや監督、審判員に対して正しい言葉使い、正しい敬語を使わなければなりません。スポーツを通して敬語表現を含む美しい言葉使いを身につけることができます。
-) 美しい「立ち振る舞い」と敬語を含む正しい「言葉使い」をもって「躰(しつけ)」といいます。スポーツを通して「躰」を身につけることができます。
-) スポーツ(約束ごと)には必ずルールがあります。決められたルールの範囲内ならどのようなことをすることも自由ですが、ルールを逸脱(いつだつ)すること・ルール違反は減点対象になり度を超すと退場処分にさえなります。団体や個人が出場資格を失う場合すらあります。
-) このようにスポーツをすることにより、ルールを守ることの大切さ、つまり「規範意識」を身につけることができます。
-) スポーツをしているといろいろなところに遠征に行くことができます。自分の住んでいる場所以外の市や町や村、都道府県、場合によっては外国に試合や練習のために行くことができます。小さな旅行をすることができます。
-) そんな余裕は余りないかも知れませんが移動の間や試合や練習の合間の時間、ちょっとだけ外に目をやると素晴らしい自然が目に入ってきます。いろいろな街の文化や歴史、人々の営み、産業・経済の動きを感じ取ることができます。素晴らしい人々にも出会うことができます。
-) このようにスポーツを通じ視野を広げることができます。
-) 同時に、他の土地や国に身を置くことにより自分の住む土地や国についての限らない愛着も深まります。他の土地や国のよさ素晴らしさがわかればわかるほど自分の住む土地や国のよさ素晴らしさがわかるものです。
-) このようにスポーツを通して、自分の生まれ住む土地や国の素晴らしさを再認識し、大切にする心が身につきます。

-) スポーツは人生の楽しさ、厳しさも教えてくれます。
-) 基本的な練習をすればするほど上達するのがスポーツです。試合に勝つための練習や工夫を積み上げれば、対戦相手にも勝つことができるのがスポーツです。
-) スポーツを通じて「努力はむくわれる」「人生捨てたものではない」ことを学ぶことができます。
-) しかし、いくら練習しても、どんなにがんばったつもりでも、勝てない相手がどんどん出てきます。「上には上がいるものだ」という「謙虚^{けんきょ}」な心を学ぶことができるのもスポーツです。
-) このようにスポーツは、人生の厳しさ(努力をすることの素晴らしさ)と、謙虚な心の大切さ(上には上がいるものだ)を教えてくれます。

-) 勿論スポーツは強い身体に鍛えてくれます。
-) 例えばドッジボールをやっていてボールをぶつけられて痛くて泣く人はあまりいないと思います。痛みに耐える力(強靱な精神)をスポーツは身につけさせてくれます。

3. おわりに - コーチングによるエンパワーメント -

-) よいコーチや監督につけば、飛躍的に力がつく(エンパワーメントされる)のもスポーツの特徴です。
-) そこで自分にとってよいコーチ選びが大切となってきます。
-) もし、よいコーチがいなかったらどうするか。よいコーチと思われる人に練習方法を教わることや書物やビデオ・ホームページなどをよいコーチに教わるつもりで学習すること。
-) よい教え手により教わり手は、限りなく能力を開化させられることを知るのもスポーツの素晴らしさ、意義といえます。

- 4月26日ラジオ栃木放送「開倫塾の時間」放送内容 -