

練習は不可能を可能にする  
—一部活動と勉強を両立させよう—

開倫塾  
塾長 林 明夫

**Q：部活動が大好きで、毎日行っています。部活動と勉強は両立できますか。部活動をしていても、よい成績が取れますか。希望校に合格できますか。**

A：(林明夫。以下省略)

- (1) おお、一度にたくさんの質問がきましたね。質問が多いということは、それだけ真剣に部活動に打ち込み、また、それだけ真剣に勉強や人生を考えている証拠です。素晴らしいことと高く評価します。
- (2) 部活動と勉強は、「工夫次第」でいくらでも両立できます。部活動はチームで行うため、自分の力で練習時間や遠征・試合の日程を変更することはできません。そのため、工夫ができるのは「勉強の仕方」です。
- (3) では、どのような工夫をして部活動と両立させながら勉強をして、学校の成績を上げ、希望校への合格を果たしたらよいのか。
- (4) 一番は、学校や開倫塾の授業中での勉強を大切にすることです。授業中に先生のお話を熱心にお聴きし、「理解」すべきことはすべて「理解」する。授業中に「定着のための3大練習」、つまり、音読練習、書き取り練習、計算・問題練習を行い、覚えるべきことはすべて正確に覚えることです。  
\* 学校の休み時間や開倫塾の授業後の自習時間(自己学習時間)の活用も有効です。
- (5) 部活動を行っていない時間はすべて勉強に当ててくくらいの気持ちで勉強時間の確保がどうできるかを自分の力で工夫してみてください。そうすると、全教科とも定期試験で必ずよい成績が取れます。
- (6) 地区大会や県大会、関東大会、高校生はインターハイなどが終了したら、受験勉強を部活動だと思っずに没頭してください。必ず希望校合格が果たせます。

**Q：部活動をして身に着くことは何ですか。**

A：慶應義塾の塾長を務めた小泉信三先生は、

- (1) 「練習は不可能を可能にする」の精神
- (2) 「フェアプレー」の精神
- (3) 「よき友」

この3つがスポーツで得られる宝物と教えていただきました。とても参考になる考えですので、御紹介いたします。

**Q : 「練習は不可能を可能にする」とはどういうことですか。**

A : 今までにできなかったことが、一定の練習を積み重ねると、少しずつできるようになり、練習次第で試合に出られるまでになります。試合で勝つこともできます。校内大会、地区大会、県大会、関東大会、全国大会、アジア大会、世界選手権大会、オリンピック・パラリンピックに出場し、金メダルを取ることもできます。楽器演奏はじめ芸術活動も全く同様です。

**Q : 「フェアプレー」の精神とはどういうことですか。**

A : すべてのスポーツにはルールがありますので、ルールの中でプレーすることを学ぶことができます。ルールを守ることの大切さ、「ルールの中でのプレイ」をスポーツで学ぶことができます。同時に「いやしいプレーをしてはならない」、「いやしい生き方をしてはならない」という「フェアプレーの精神」をスポーツで学ぶこともできます。

**Q : 「よき友」とは何ですか。**

A : どのような種目、個人の格闘技であってもスポーツはチームプレーです。チームプレーで一番大切なことは、自分に与えられた役割はできる限り自分の責任で行うことです。スポーツには勝ち負けはつきものなので、結果は問いません。できうる限り自らの全力を尽くして、役割に応じた責任を果たすことが大事です。各自が全力でチームのために尽くすことで、チームのメンバーから信頼を得ることができます。チームのために全力を尽くし合った友だちは一生の友、「よき友」です。スポーツを通して得られるのは、この「よき友」です。

**Q : 最後に一言どうぞ。**

A : (1) スポーツは学校を卒業後も続けることが大切です。少しずつでも OK ですから、学校時代に打ち込んだ部活動やスポーツは、一生続けてください。

(2) そうすると、学校時代に「よき友」ができたように、社会に出てからも「よき友」ができます。2年に1人ずつ「よき友」をつくれれば、50年、60年続けると25人、30人の「よき友」ができます。これは、スポーツ以外の不活動も全く同じです。部活動やスポーツに打ち込むことで「よき友」という「一財産」を築くことができます。素晴らしいことだと思いませんか。

(3) 学校時代に部活動やスポーツをすることで、いろいろな学校を訪れると思いますが、社会に出てからも続けると、もっともっと広い世界、未知の世界を訪れることができます。

(4) 学校時代に慣れ親しんだ部活動やスポーツを一生を通してすることで、「一生青春」の素晴らしい人生を送ることができます。このような人生の基礎が築けるのが部活動やスポーツです。

\* 多くの国では、学校は教科の勉強をする場所です。日本のように学校で数多くのジャンル(分野)の文化活動やスポーツを経験する国は少ないようです。学校スポーツを含む部活動は日本の誇るべき文化の一つであると考えます。

(宇都宮大学大学院工学研究科客員教授)

2016年6月17日林明夫記