

2017年7月20日(木)

未来への扉



高等特別支援学校 支援部 第98号

練習でできないことは、本番でもできない

2 学年 学年支援部 N. D

「練習でできないことは、本番でもできない」と高校生のころ部活動のコーチから言われた言葉があります。

僕はアメフト（アメリカンフットボール）を高校から始めました。アメフトとはパスプレーやランプレーを使い分けて、楕円形のボールをゴールエリアまで運び、得点を競うスポーツです。オフェンスでは50種類以上あるプレーの中から、1つのランプレーを何度も練習して、オフェンスである11人全員が決められた動きを完璧にできるまで練習を繰り返すこともありました。「練習でできないことは、本番（試合）でもできないぞ」と教わり、試合で完璧なプレーができるように練習に取り組みました。

高特生にも同じことが言えると、ある時思いました。

高特生の本番とは？それは「社会に出て働く時」だと思います。学校生活でできなかったことは、「本番」である社会に出て就職した時にもできない可能性が高いのではないのでしょうか。

高特生でいう「練習」とは「日々の学校生活」でのことで、コミュニケーションである「挨拶」や、ありがとうなどの「感謝」を伝えること、困った時に「相談」をすることなどが練習になるのではないかと思います。これらのことは練習（学校生活）でできていないと、本番（就職した時）にもできるかどうかと言われると、すぐにはできないと思います。なので、学校でたくさん練習して卒業してほしいと思います。僕

もコーチの指導のもとたくさん練習したので、本番では練習通りのパスを決めることができました。練習すると本番には「いつも通りにしよう」と自信もつきます。

職業実習の挨拶練習もそうです。練習ではスムーズにかつ大きな声で挨拶することができます。ですが、2年生がこの1学期に体験した挨拶実習ではどうだったのでしょうか。「声が小さかった」「分離礼ができていなかった」「礼の角度が意識できなかった」など、事後学習で話をしていました。これは「練習でできたのに、本番でできなかった」ということですね。僕も練習では40ヤードのフィールドゴールのキックを成功させることができていたのに、本番では失敗してしまいました。

これは結論から言うと、「本番に近い環境で練習する」ということだと思います。

挨拶練習で「先生に怒られないように、挨拶をしている」という感覚で取り組んでいると、実際に企業で挨拶するときにはうまく挨拶することはできません。3年生との合同の職業実習の時の挨拶練習では、「今日はスーパーで挨拶をすると想定して」という指示が出て取り組んでいるのを見て、「なるほど！」と思いました。挨拶練習をする時は、具体的にどの場面で、どんな人に挨拶をするのか、それは会社の外なのか中なのか等、自分で本番に近い状態をイメージすることも大事です。そうするとイメージしていた本番の時には、慌てないで落ち着いて挨拶できるのではないかと思います。

「練習でできないことは、本番でもできない」

だからこそ、本番の時のように学校生活で練習をたくさんして行ってほしいと思います。



うちの先生♪ O. S先生

<◆ゴシック、(ゴシック)はレポーターY>

☆生徒指導部のO先生にお話を聞いてみました～☆



◆自己アピールしてください。

一言で言うと「元気！」です。病気にはならないですね。“病は気から”だと思っていますから、たとえ風邪かもしれないと思っても「これくらい大丈夫！」と言い聞かせて乗り切ってしまいます。(見た目を裏切らないパワフルさですね☆)でも高2の時、さすがにしんどくて倒れそうなきがあって、保健室に行ったら39.2℃の熱があったんですよ。先生に「あなた、これはインフルエンザよ！がんばるのも良いけど体調管理もしっかりしなさい！」と怒られました(^^;

◆野球をして来られたと聞きましたが…

小2から大学時代まで15年間やってきました。(印象的な思い出を教えてください)甲子園予選で報徳学園に負けたことも悔しくて忘れられないですが、とにかく毎日毎日野球しかしていなかったというくらい、野球中心の生活だった高校時代のすべてが忘れられないですね。(それはどんな毎日だったんですか?)早朝から1時間練習をして、その後は『市尼野球部名物』の掃除です(市尼=市立尼崎高校)。素手でトイレ掃除をするんです。授業が終わると16時から21時まで練習です。もうね、あの3年間は本当に苦しくて辛いこともいっぱいありましたよ…。よくやり切ったと自分を褒めたいですし、やっぱり仲間がいてくれたおかげでがんばれたと思います。

◆ところで、自分でお弁当を作っているんですよね？

はい、作っています。料理をすることはめちゃくちゃ楽しいですね～♪(得意料理は?)僕のハンバーグは絶品ですよ☆高校時代に極めました。ミンチ肉を1kg買ってきて全部ハンバーグにしたこともありました！(1kgですか!?)そりゃすごい量でしたよ～♡4時間かけて、たっぷり楽しみながら食べました(笑)美味しくて美味しくて、すごく幸せでした。完全に自己満足です♡(笑顔に幸せがにじみ出ていますね)

◆これからやってみたいことなどはありますか？

からだを動かすことは好きですけど、野球はもういいです(笑)これからはペン習字と…絵を描きたいです。中学の時にリンゴを描いたんです。自分では“完璧なリンゴやん!”というくらい上手に描けたと思ったんですけどね、先生にはまったく認められませんでした(-_-;) だからデッサンの勉強をして、誰からもリンゴに見てもらえるリンゴを描きたいですね♡(ぜひ文化祭での職員展示に出展してくださいね)がんばります！筆ペンでキレイに字を書くことも練習したいですし、新しいことに挑戦して新しい自分を見つけていきたいです。