

### テスト期間の部活動

2学期中間考査が近付き、テスト期間に入りました。通常であれば部活動は行わず勉強に専念する期間ですが、新人戦支部大会が間近ということで特別に活動を認めて頂き、短時間での練習をしています。

学校全体で勉強する雰囲気を作り、テストに向けて一丸となっていく期間に、我々は特別に練習をさせて頂いています。そのことを決して当たり前だと思わず、自分たちに求められていることは何かを考え、全力で実践していくことが必要です。

### 勉強とバスケットボールの関わり

言うまでもなく高校生の本分は勉強であり、テスト勉強や課題提出をおろそかにしておきながら、部活動だけ取り組むというスタンスは絶対に認められません。また、何かと言い訳をして勉強から逃げている者が、バスケットボールを含めて、勉強以外の分野で継続的な成功を収めるということも考えられません。

勉強が好きで積極的に長い時間をかけて取り組みたいという高校生は少数派だと思います。つまり、高校生にとって勉強は「やりたくないが、やらなくてはならないもの」にあたります。好きなものだけに囲まれて生きていくことは不可能だからこそ、避けられない嫌いなものとの関わり方、我慢して向き合う力をトレーニングしていくことが必要だと考えています。

そして、避けられない辛さと向き合っていく必要があるのは、自分が好きで選んだバスケットボールにおいても変わりません。どんなに好きなことでも、長い時間をかけて真剣に向き合っていれば、必ず苦しい時、逃げたくなる時が訪れます。「自分のプレーが思い通りに行かずプレータイムが減った翌日の練習」、「厳しいラントレーニング」、「自らのパスミスの後、必死にDFに戻らなくてはいけない状況」辛くてもハードワークしなくてはならない場面はバスケットボールの中で挙げればきりがありません。そうしたときに投げやりになってしまうのか、それとも我慢強く気持ちはのらなくともやるべきことに取り組めるのか。人が成長できるかどうかを決める大きな分かれ道です。

そして、苦しい場面で一時の感情に振り回されることなく、粘り強く逆境に立ち向かう力は「やりたくはないがやらなくてはならない」勉強に向かう姿勢そのものです。

### 勉強がバスケットボールの土台を作る

シーズン序盤からことあるごとに選手たちには「土台はメンタル」だと伝えてきました。練習量を増やしたり、高い強度のトレーニングメニューを与えることは出来るけれども、取り組む選手にメンタル的なタフさがなければ、それらの活動はただの作業にしかならず、チーム・個人の強化は叶いません。いかにして肉体的な苦しさや単調なトレーニングに対する飽きに負けず、日々の活動を自身の強化につなげられるよう真剣に取り組み続けられるかが勝負です。

勝負のメンタルをどこで鍛えていくのか？高校生である以上、それは勉強であるべきです。

勉強と真剣に向き合い、日々の授業、家庭学習を自己研鑽の場として嫌いなことから逃げない個人が集まれば、好きなバスケットボールへの取り組みのレベルも格段に上がるはずで。

テスト期間は普段とは少し違う状況で自身を鍛えるまたとないチャンスです。部員たちにはこのチャンスを絶対に無駄にしないでもらいたい。この時期に勉強を通して精神的な強さに磨きをかけた選手たちが支部大会に向けてアツい練習を重ねることができれば、周囲を驚かせるような成果が出せるはずで。

テストが明けて本格的に活動が始まったとき、部員の精神面での成長が感じられる場面にも一回でも多く出会うことを楽しみにしています。