



# 三原台中だより

令和6年7月18日発行  
練馬区立三原台中学校  
校長 山崎 二郎



## 「基礎・基本の大切さ」

校長 山崎 二郎

今年はパリでオリンピック・パラリンピックが開催されます。心技体のどれもが世界最高レベルのアスリートたちの活躍が、多くの人々を熱狂の渦に巻き込んでくれることでしょう。

これまでに数多くのアスリートたちが活躍をしてきましたが、その中でも私が印象に残っているアスリートの一人に、体操競技の内村 航平さんがいます。内村さんは、オリンピック4大会に出場し、個人総合2連覇、世界選手権でも個人総合6連覇を達成するなど、国内外の試合で約9年間に渡り個人総合で40連勝を記録した人です。これらのことから内村さんは、「史上最高の体操選手」や「体操界のレジェンド」とも言われています。

内村さんが現役のときの練習では、体操の基本動作である倒立や前転などの基礎練習を何度も繰り返し行っていました。「長い時間をかけて基礎練習を毎日行うのは面白くないけれども、その中に面白さを見付けていくことが、自分の可能性を広げることになる」、という考えをもって練習をしていたそうです。

内村さんがこのような考えをもつようになったのにはあるきっかけがありました。大学生のときに、オリンピックで金メダルを取ったある選手が、基礎練習にたくさんの時間をかけていたり、技で失敗したところを何度も何度も繰り返し練習したりしている姿を見たそうです。内村さんはそのとき、頂点までいきつくためには、できなかったことなどから目を背けずに、進んで練習する姿勢や、基礎・基本をしっかりと身に付けることの大切さに気付きました。それからの内村さんは、オリンピックや世界選手権などで、とてもむずかしい技を美しく成功させて、約9年間も負けなかった素晴らしい選手になったのです。

このように内村さんが活躍してきたその陰には、基礎・基本を大切にしていって、努力を重ねてきたことがあるのです。私自身も含めて、基礎・基本を疎かにしていないか、今一度、自らを見つめ直していきたいですね。

1学期も残りわずかになりました。1学期を振り返ると、生徒たちは、始業式・入学式から新たな気持ちでそれぞれの目標をもち、気持ちよくスタートをすることができました。よく考えながら授業に参加していた人、大きな声で元気よく挨拶ができた人、苦手なことにも一生懸命に頑張ることができた人など、この4か月間での生徒たちの大きな成長や努力の姿勢をたくさん見ることができました。とても嬉しく思います。

夏休み明けには、また一段と成長して元気で登校する生徒たちと再会することを楽しみにしています。保護者・地域の皆様には、2学期も引き続き本校の教育活動にご理解とご協力をお願いいたします。



# Congratulation!!

※敬称を省略させていただいています

## ☆女子ソフトテニス部

・第62回練馬区中学校総合体育大会

【団体】 第3位 ※都大会出場

【ダブルス】 第5位 ペア（3年） ※都大会出場

## ☆男子ソフトテニス部

・第62回練馬区中学校総合体育大会

【団体】 準優勝 ※都大会出場

【ダブルス】 準優勝 ペア（3年） ※都大会出場

## ☆野球部

・第7回長岡杯 優勝

## ☆バドミントン部

・第62回練馬区中学校総合体育大会

【男子団体】 第3位

※ブロック大会出場

【男子個人】 第5位（3年）

※ブロック大会出場

### ◇体育館に空調機が設置されます

夏季休業中に体育館の空調機設置工事があります。そのため、体育館で活動している部活動は、近隣の小学校にご協力をいただき、体育館を借りて活動をします。活動場所や日時などの詳細につきましては、各部から配られる予定表で確認をしてください。

### ◇学校閉庁日について

8月9日（金）から8月16日（金）の期間は、学校閉庁日になります。この期間は、終日留守番電話になります。ご理解・ご協力をお願いします。