

## 「今を一生けん命」

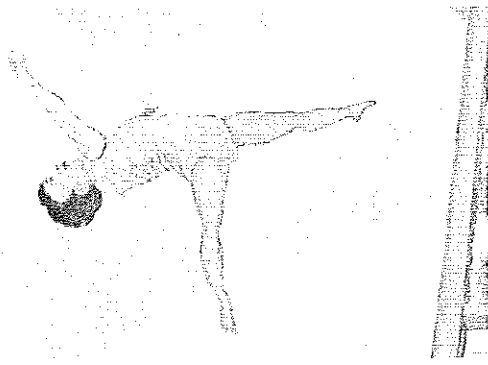
〜日本女子体そうを支えた池田敬子さん〜

平成二十一（二〇〇九）年十月十六日、

「やりました！鶴見選手。世界体そう選手権の女子個人総合において四十三年ぶりの銅メダルをかくとくしました！」

このニュースをだれよりも喜び、満面の笑みを浮かべながら見ていた人がある。池田敬子さん。彼女こそが、四十三年前のオリンピック銅メダリストであり、今なお日本の体そう競技の発展のために力をつくしている人なのである。

敬子さんは広島県三原市佐木島<sup>さざしま</sup>生まれ。小さいころから野山をかけまわる元気いっぱいの女の子だった。体そう競技との出会いは高校時代。とくいな鉄ぼうで思うぞんぶん、くるくるくると回っている姿をたまたま体そう部の先生が見つけた。すぐに体育館に連



れて行かれ、目にしたものは、マットや平均台の上で全身を使ってとんだりねたりしている体そう部員たちの姿。（なんだ、これは？・・・）しばらく、ぼかんと口を開けて見つめていたが、引きよせられるように平きん台に歩み寄り、初めてふれたそのときから、体そうに夢中の毎日が始まったのだ。中でもとくいだったのは平きん台。はば十センチ、長さ五メートル、高さ一メートル二十センチ。バランスをくずしてほんの数ミリ身体がかたむいた

だけでも、落下してしまう。たえず落下のきょうふがつきまとう種目だ。しかし、敬子さんは、ブレエシヨーズをはいたり、げたで歩いてみたり、ついにはげたをはいたまま平きん台の上でなわとびをしたりと様々な練習を考え出した。ひとつ技ができるようになると、また新しい技にちよう戦していく。明日の練習が待ち切れなかった。体そうづけの毎日を過ごし、体そうのできる大学へ進んだ。

しかし、大学時代の練習はほとんど屋外。真冬の朝は、地面に十センチもあるしも柱が立っていても、す手にはだして土の上での練習だった。手や足はしもやけだらけで血がにじむ。でも、練習を休んだ日はない。雪がつもれば「ラッキー！」と鉄ぼうの下にかき集めてマットのかわりにした。敬子さんにとってそんなかんきょうはくつちやらだったのだ。

大学二年生の時のヘルシンキオリンピックでは、女子の体そうチームが参加できない中、男子体そうチームが多くのメダルをかくとくした。日本でテレビちゆうけいを食い入るように見つめていた敬子さんは（いつかきっと私たちも・・・）と何度も何度もつぶやいていた。

そして大学四年生になると、初出場の世界体そう選手権の平きん台で金メダルにかがやくなど、すばらしい成せきをおさめていった。敬子さんをリーダーとして、日本の女子体そうはかくじつに世界のぶたいに立ちはじめたのだ。しかしまだ、オリンピックのぶたいでのメダルはないまま数年が過ぎていた。

結こんし子どもを育てながら選手としてかつやくする中、東京オリンピックまで、あと二年とせまり、初のメダルをめざしてきびしい合宿生活が始まった。二人のおさない子どもは近くの旅館にあずけ、朝は五時すぎに起きると合宿所から坂をかけおりて旅館に行き、おむつをせんたくする。当時はせんたくきなどなく、たらいでの手洗いだ。皮がむけている手のひらに、冷たい水がしみる。せんたくが終わるとすぐにまた合宿所にもどる。まだねているメンバーをおこして、六時から朝練習のはじまり。げんかいぎりぎりまであせを流す練習が、来る日も来る日も続く。全身あざだらけになっても、メンバーの思いはみな同じ。しかし、メダルという大きなプレッシャーの中、言い合いのけんかになることもめずらしくはなかった。



そんな冬のある夜。体はつかれはてていながら、なかなかねむれずにいた。（本当にメダルがとれるのかな・・・・・・）敬子さんは、冷たい冬の夜空にかがやく星を、一人ながめた。そんな時はいつも（結果を考えないこと。今を一生けん命やるだけ。）と、自分自身に言い聞かせるのだった。そんな合宿生活が、二年続いた。

昭和三十九（一九六四）年十月十日。さわやかな秋晴れのもと東京オリンピックが開幕した。いよいよ女子体そう団体戦。きょうこうチームが競う中、メダルをとるためには前半戦のきてい演技で三位以内に入り、そのままにげきる作戦だった。ところが・・・。他国のチームが高得点を出す中、日本は小さなミスが重なって点がのびない。メンバー全員、そしてかん客も、かたずをのみ、とく点板を見る。「ああつ・・・・。」日本のおうえんでうめつくされた会場は、落たんのため息とともに、しんと静まりかえった。メダルが絶望的な状況になってしまったのだ。

「もう、だめだ。後半どんなにがんばっても追いつけるかどうか・・・・。」

「あんなに期待されていたのに・・・・。」

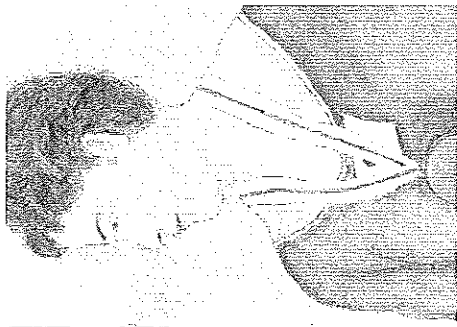
メンバー全員の目から、涙が流れた。一人涙をこらえ、こぶしをにぎりしめたままだまつてうつむく敬子さん…。

しかし、大きく息をすい込むと、ぐつと顔をあげた。

「まだ、終わっていない。メダルはとれる。いや。とる！」

いよいよ後半の勝負の演技「平きん台」。仲間の技が決まるたびに「エイヤツ！」と気合いのかけ声をかける。そして、最終演技者、敬子さん。ゆつくりと平きん台の前に立つ。ここまでの自分を支えてきたものが、腹にどつしりおさまっている。「大丈夫。それだけのことをしてきたじゃないか。今を一生けん命やるだけ。」不思議なほどに心が落ち着いていくのが分かった。まるでこきょうのおだやかな瀬戸内海の海面のように…。もう一度ゆつくり息を吸い込む。「よしっ！」大きく一步をふみ出すと、ダイナミックなジャンプとターン。ぴたりと決まった。「エイヤツ！」仲間の声がひびく。笑顔になったのが自分でもわかった。そしてフィニッシュは、この日のために温めてきた大技「片足前方宙返り」。マットにすいこまれるように着地が決まったしゅん間、「うおー！」会場から大かん声があがった。

結果は女子体そう団体三位、オリンピック初のメダルかくとく。五人のチームメイトとともに、表しよう台の上に立つ敬子さん。胸元にはずしりと重い銅メダルが美しいかがやきをはなっていた。



大かんしゅうのかん声とはく手がひびく中、敬さんはあふれてくる思いを胸に、じっとメダルを見つめた。

引退後も体そう競技はってんのために全力で力をつくし続けている敬子さん。今もこうはいの育成に一生けん命の毎日だ。

#### 【参考文献】

池田敬子

「人生、逆立ち・宙返り」(二〇〇九)

小学館





# スポーツ 「今を一生懸命～日本女子体操を支えた池田敬子さん～」

〔小学校高学年 主題：夢を追い求めて 内容項目：1の(2)〕



授業展開例 ー学習指導案(略案)ー

(ア) 主題名 夢を追い求めて 1-(2)

(イ) ねらい オリンピックでのメダルをつかむ寸前に絶望的な状況になった時の敬子さんの心情を考えることを通して、夢に向かい強い意志をもってくじけないでやりぬこうとする心情を育てる。

(ウ) 資料名 「今を一生けん命」

(エ) 学習指導過程

	学習活動	主な発問と児童の心の動き	留意点 (☆評価の観点)
導入	1 体操競技(平均台)のビデオを見る。	○ ビデオを見て、どんなことを思っただろう。 ・高い平均台の上でまわるのがすごい。 ・なんであんなことができるのかな。	○ ビデオを見て気が付いたことを自由に出させる。 ○ 平均台の補足説明をして高さの実感をもたせる。(高さ1m20cm)
展開	2 資料「今を一生懸命」を聞いて話し合う。	○ どうして敬子さんは、こんな環境もへっちゃらだったのだろう。 ・体操が好きで好きでしかたなかった。 ・新しい技が出来るようになっていくのが楽しかったから。 ・いつも夢中になって取り組んでいたから。  ○ 厳しい合宿生活の中で敬子さんはどんなことを考えているだろう。 ・厳しい練習に耐えられるだろうか。 ・どんな苦勞をしてでも夢をかなえたい。 ・必ずオリンピックでメダルをとる。そのためには一生懸命がんばる。 ・結果を気にするより、今を一生懸命やるだけ。  ◎ 一人涙をこらえ、こぶしをにぎりしめたまま黙ってうつむく敬子さんは、心の中でどんなことを考えているだろう。 ・ここまでがんばってきたのにだめかもしれない。 ・あきらめたら、これで終わってしまう。 ・まだ希望はある。絶対にあきらめてはいけない。 ・結果を考えてどうするんだ。今、目の前の競技を一生懸命にやるだけだ。	○ 三原市出身の体操選手の資料であることに触れる。 ○ 大好きな体操に夢中になって取り組んでいるからこそ悪条件を克服できていることをつかませる。  ○ 厳しい練習の中で折れそうになる心と夢に向かってやりとげようとする心の葛藤に迫らせる。 ○ 「どうしてここまでがんばるの。」と補助発問を行い、夢に向かって強い意志をもってやり遂げようとしていることに気付かせる。  ○ ワークシートに書かせ交流させる。 ○ 「敬子さんにあきらめない気持ちを湧き上がらせているものは何だろう。」と補助発問を行い、これまでの努力が敬子さんを支えていることに気付かせる。 ☆ 書く活動を通して、困難に出会ってもあきらめずにやりぬこうとする敬子さんの心情を自分なりにとらえ、自ら考えを深めることができたか。

	<p>3 敬子さんの生き方と自分を重ねて考える。</p>	<p>○ 表彰台にのぼってじっとメダルを見つめている敬子さん。どんな思いがあふれてきているのだろう。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・あきらめずにやりとげてよかった。</li> <li>・もしメダルがとれなかったとしても、あきらめずにがんばれた自分を褒めてあげたい。</li> <li>・また次の目標に向かっていきたい。</li> </ul> <p>○ 敬子さんの生き方から学んだ事で、自分に活かしたい事は、どんな事だろう。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・苦難にあってもあきらめないこと。</li> <li>・努力を続けること。</li> <li>・どんな時も、前向きに前進すること。</li> <li>・うまくいかないときも、乗り越える強い心をもつこと。</li> </ul>	<p>○ 達成感、充実感と同時に新たな目標に向かおうとする敬子さんの心情に共感させる。</p> <p>○ 場合によっては「もしメダルがとれていなかったら、どう思っただろう。」と補助発問を行い、強い気持ちであきらめない過程が大切であることに気付かせる。</p> <p>○ 郷土の人物の生き方から学んだことを考えることで、自分のこととしてとらえられるようにする。</p>
<p>終末</p>	<p>4 メッセージを聞く。</p>	<p>○ 池田敬子さんのメッセージを聞こう。</p>	<p>○ ねらいとする道徳的価値を温め、余韻をもって終わる。</p>

## 1 主として自分自身に関すること

### 【第1学年及び第2学年】

(2) 自分がやらなければならない勉強や仕事は、しっかりと行う。

勤勉に、くじけず努力し、自分を向上させる児童を育てようとする内容項目である。主に、第3・4学年の1の(2)及び第5・6学年の1の(2)、1の(3)と深くかかわっている。

児童が自立し、よりよく生きていくためには、自分がやらなければならないことはしっかりとやり抜くことが大切である。そこには、何事にも粘り強く取り組み、努力し続ける忍耐力も求められる。しかし、それは見通しもなく取り組むのではなく、よりよい自己を実現しようとする向上心と結び付いてこそ、前向きな自己の生き方が自覚されてくるといえよう。そのためにも、児童がより高い目標を立てたり、自分としての夢や希望を掲げたりして、その達成や実現への志をもち、勇気をもって取り組むことができるようにすることが重要になる。

この段階においては、やらなければならないことを素直に受け入れることが多いといわれる。特に親や教師の励ましや賞賛、助言などの下に、この時期の基本的な課題である勉強や自分のなすべき仕事を、自分でやるべきこととしてしっかりと行うことができるよう指導する必要がある。また、やり遂げたときの喜びや充実感を味わい、がんばることができた自分に気付くことができるようにすることが求められる。

### 【第3学年及び第4学年】

(2) 自分でやろうと決めたことは、粘り強くやり遂げる。

この段階においては、自分がやらなければならないことだけではなく、更に自主性を発揮し、自分でやろうと決めたことに対しても積極的に取り組み、粘り強くやり遂げる精神を育てることが大切になる。そのためには、あきらめずに取り組むことの意義や、今よりよくなりたいと願い、努力しようとする姿について考えを深めていくことが求められる。そのためには、教師の励ましや賞賛が一層重要になる。

### 【第5学年及び第6学年】

(2) より高い目標を立て、希望と勇気をもってくじけないで努力する。

この段階は、児童がそれぞれに高い理想を追い求める時期だといわれる。ある人物の生き方にあこがれたり、自分の夢や希望がふくらんだりする。同時に、自信がもてなかったり、夢と現実との違いを意識したりする時期でもある。このような時期であるからこそ、様々な生き方への関心を高めるとともに、計画的に努力目標を立て、くじけず希望と勇気をもって取り組み、その理想に向かって着実に前進していこうとする強い意志と実行力を育てる必要がある。その際、希望をもつことの大切さや挫折感を克服する人間の強さについて考えられるようにするとともに、第3・4学年の段階までの勇気に関する内容との関連において、勇気ある姿や真の勇気と蛮勇との違いについて指導することが重要である。そのことを通して、児童の中により積極的な自己像が形成される。

## 1 主として自分自身に関すること

### 【中学校】

- (2) より高い目標を目指し、希望と勇気をもって着実にやり抜く強い意志をもつ。

人間としてよりよく生きるには、目標や希望をもつことが大切である。「目標」には、必ずしも生涯をかけて達成するといった遠大なものだけでなく、身近で日常的な努力によって達成できるものもある。日常生活の中のほんの小さな目標であっても、それが達成されたときには満足感を覚え、自信と勇気が起こるものである。このような達成感、自己の可能性を伸ばし、人生を切り拓いていく原動力となり、次のより高い目標に向かって努力する意欲を引き起こすことにもなる。このことを積み重ねる中で、人生の理想や目標を達成しようとする強い意志が養われ、生きることへの希望もはぐくまれてくる。

中学生の時期は、自分の好むことや価値を認めたものに対しては意欲的に取り組む態度が育ってくる。また、希望と勇気をもって生きる崇高な生き方に憧憬をもつ年代でもある。しかし、障害や困難に直面すると簡単に挫折し物事をあきらめてしまうこともあり、理想どおりにいかない現実に悩み苦しむこともある。更に、変化の激しい社会であることから、中学生にとっては目標を立てにくい状況にもあるといえる。

指導に当たっては、具体的な生活の中で目標を達成した経験を振り返らせたり、日常的な努力で達成できる目標をもたせたりすることが大切である。そして、達成できたときの成就感や満足感を繰り返し味わわせることを通して、希望と勇気が生まれてくることを自覚するよう指導することが重要である。また、生涯をかけての理想や目標をもつことが、日々の生活を充実することにつながることに気付かせることも大切である。そのためには、広い視野に立って、ものごとを正しく判断し、目標を実現するための諸条件を検討しながら希望と勇気をもって実行するとともに、困難に屈しないでねばり強く最後まで着実にやり抜く強い意志と態度を育てるように指導することが必要である。