

練習試合

世の中は、大型連休（おおがたれんきゅう）いわゆるゴールデンウィークに入りました。中学生にとっては、練習試合や大会が続く時期（じき）となります。今年も、感染症対策（かんせんしょうたいさく）をしながらの参加（さんか）となります。保護者（ほごしゃ）が応援（おうえん）に行くことができない大会もあるでしょう。

私の話ですが、中学3年生の4月と5月の練習試合では、よく負けていました。相手の学校の一番手、エースに負けることがありました。私は、2年生の福島支部新人大会では、団体戦も個人戦も優勝（ゆうしょう）していたのです。自分では、それなりに強いと思っていました。ところが、負けるのです。

原因（げんいん）を考えました。まずは、新人大会で優勝して調子に乗っていたということに気がつきました。思い上がっていたのです。それから、体が小さいにもかかわらず、速いボールを打とうと無理（むり）をしていました。私が速いボールを打ったところで、相手からしたら、大したことはないのです。

では、本番の中体連大会ではどうしたか。練習試合とは、まったく違（ちが）ったスタイル、戦術（せんじゅつ）で試合をしました。特に、練習試合で負けていた相手と対戦（たいせん）するときには、慎重（しんちょう）に作戦（さくせん）を考えました。

自分が一番得意（とくい）な形にもっていけるように、相手よりも粘（ねば）って粘って、走って走って、1試合ずつ勝っていきました。最後は気持ちの問題です。私には、恵（めぐ）まれた体格（たいかく）も高い運動能力（うんどうのうりょく）もありませんでした。だから、頭を使（つか）って気持ちで勝つしかなかったのです。

思い返すと、負けた練習試合から多くのことを学んでいたことがわかります。勝っていると、それでいいと思いがちです。しかし、負けると、いろいろと考えます。だからこそ、練習試合や大会に出ることには大きな意味（いみ）があるのではないのでしょうか。

私の感覚（かんかく）では、練習試合での1試合は、3時間の練習よりも価値（かち）があるように思います。また、大会での1試合は、1週間分の練習よりも価値があるかもしれません。

練習試合にも大会にも、精一杯（せいいっぱい）取り組んでください。その結果（けっか）、負けたとしても、そこから考えてください。そして、それを練習に生（い）かしてください。

また、勝ったとしても、思い上がってはいけません。自分は強（つよ）い、自分たちは強いなどと思うのは危険（きけん）です。自信（じしん）をもつことはいいのですが、調子に乗ってはいけません。私の経験（けいけん）から言えることです。