



ドクター板東の メディカルリサーチ

Vol. 130

～本番で 実力発揮 できる技～

<http://pianomed-mr.ip/>

ブラジルのリオ・オリンピックは素晴らしい祭典だった。日本は金メダルが12個、合計41個のメダルを得て、ほぼ満足すべき成果だったといえよう。

五輪については、地球の裏側から同時ライブや、重要競技の編集映像まで、広く報道されてきた。

本稿では、私が感じたことを中心にくつかの切り口で触れてみたい。

徳島から松友選手

バドミントン女子ダブルスでは、高橋礼華選手と徳島出身の松友美佐紀選手が金メダル！ 松友さんが

栄誉賞の受賞が決定した。それにしても、思い出すのは、最終第3ゲーム。16-19という絶体絶命の状況だ。ここから5連続得点で試合を決めるとは！

おそらく誰も予想できなかつたであろう(図1)。

起こりうるのか？失礼ながら、私の独断と偏見でいろいろと考えてみた。



1

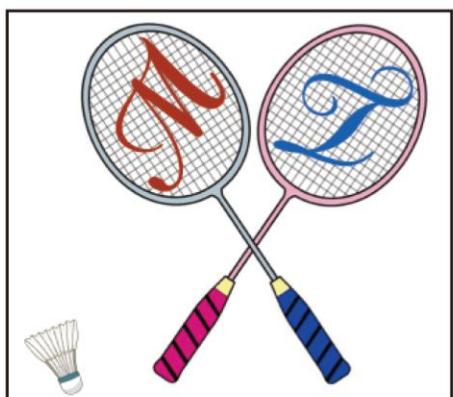
つたり合っていたと。数値では捉えられないが、以心伝心、いつも瞬時にコミュニケーションが行われているのかも知れない。

逆転の勝利

印象的だったのは、女子レスリングで3選手が逆転した金メダル。これには、組織的に早期から階級を考慮した対応や、心理的に集中力や気合いなどを高めたことによるだろう。

また、試合終盤、外国選手に疲れが見えて、日本選手は元気だった。それは、靈長類最強と言われてきた吉田沙緒里選手が、後輩たちを育てレスリング世界を発展させたためである。誰もがもう駄目だと思う限界を超えた練習を長年継続してきたのは凄い。

ラケット競技



況、試合の流れなどをみて、頭脳を駆使し瞬時に判断して対応していく。大局的な戦略に加えて、細かな戦術をうまく使い分けることがポイントとなる。このような方向性は、日本人にとって得意とする領域と考えられる。

和の勝利



世界中を驚かせたのが、陸上男子400mリレー。手がない中、日本チームが9秒台または決勝進出選手がいない中、日本チームが銀メダルを得た(図2)。

日本のバトン伝達技術は秀逸だ。前走者がいつものフォームで走っている手につとバトンを差し入れる。数ヶ月にわたる練習を続け、息も気持ちもあわせなければ不可能だ。

決勝戦ではアメリカが日本とほぼ同時にゴールした

手がいい中、日本チームが秀逸だ。前走者がいつものフォームで走っている手につとバトンを差し入れる。数ヶ月にわたる練習を続け、息も気持ちもあわせなければ不可能だ。

9秒台または決勝進出選手がいない中、日本チームが銀メダルを得た(図2)。

日本チームが秀逸だ。前走者がいつものフォームで走っている手につとバトンを差し入れる。数ヶ月にわたる練習を続け、息も気持ちもあわせなければ不可能だ。

図2

表 400mリレーのタイム比較		
1位・金メダル	ジャマイカ	37.27
1.	アサファ・パウエル	9.72
2.	ヨハン・ブレーク	9.69
3.	ニケル・シュミード	9.90
4.	ウサイン・ボルト	9.58
2位・銀メダル	日本	37.60
1.	山縣亮太	10.05
2.	飯塚翔太	10.22
3.	桐生祥秀	10.01
4.	ケンブリッジ飛鳥	10.10
参考・アメリカ(日本とほぼ同着)		
1.	マイク・ロジャース	9.85
2.	ジャスティン・ガトリン	9.74
3.	タイソン・ゲイ	9.69
4.	トレイボン・ブロメル	9.84

日本選手のハートとマインドは優秀だ。一緒に練習して競いながら、互いに高めていく。「和」の精神、「話」を通じて「輪」になり共に発展していくスピリットは素晴らしい。

ボルト氏も、日本チームのバトン伝達と長期にわたる練習に驚き称賛した。

このように、他国の選手の能力は、日本よりもこれほど高い。しかし、練習を重ねて4人でつなぐと驚くほど速くなつた。

がバトンミスのため失格となつた。3チームのタイムについてリサーチを行い、比較した結果をご覧頂きたい(表)。

日本選手のハートとマインドは優秀だ。一緒に練習して競いながら、互いに高めていく。「和」の精神、「話」を通じて「輪」になり共に発展していくスピリットは素晴らしい。

確かに大きい期待があるのは理解でき、日本人の虚さ律儀さがあるのもわかる。しかし、最良の結果でない場合、どう責任を考えるのか、今後は次第に変わつてほないと願う。

確かに大きい期待があるのは理解でき、日本人の虚さ律儀さがあるのもわかる。しかし、最良の結果でない場合、どう責任を考えるのか、今後は次第に変わつてほないと願う。

本来、スポーツの勝者とはほんの一握りしかいない。

厳しそうなが故に、勝者とは価値がある。

本来、スポーツの勝者とはほんの一握りしかいない。

厳しそうなが故に、勝者とは価値がある。

通常は勝者の観点から報道されることが大多數だが、実際に敗者となる確率が高い。長年努力したもののが結果が出ず、その無念さを察する、いたたまらない気持ちになる。

おそらく、欧米人は勝者に気持ちが入り、一方で日本人は敗者に心を寄せるという場合が多いのではないか?

おそらく、欧米人は勝者に気持ちが入り、一方で日本人は敗者に心を寄せるという場合が多いのではないか?

おそらく、欧米人は勝者に気持ちが入り、一方で日本人は敗者に心を寄せるという場合が多いのではないか?

野球選手の私は、王貞治選手の長兄の言葉を覚えている。試合に勝つても小躍りして喜ぶのは避けなさい。敗れた選手の立場や気持ちにも配慮しなさいと。

野球選手の私は、王貞治

選手の長兄の言葉を覚え

ておらず、その意味を理解していない。

野球選手の私は、王貞治

選手の長兄の言葉を覚え

ておらず、その意味を理解していない。

野球選手の私は、王貞治

選手の長兄の言葉を覚え

ておらず、その意味を理解していない。

選手の長兄の言葉を覚え

ておらず、その意味を理解していない。

野球選手の私は、王貞治

選手の長兄の言葉を覚え

ておらず、その意味を理解していない。