

	進取の気概 (校長室だより)	有田市立箕島中学校 自主 友愛 剛健	R4・7・4
			No.21

期末テストも終わりクラブ活動が再開しました。いよいよ今週末から有田地方総合体育大会が始まります。県大会や近畿大会、全国大会へとつながっていく大会なので、運動部に所属しているみなさんは、この大会を目標にして、チームの力と個々の力を高めるために日々練習を積み重ねてきたと思います。また、3年生にとっては最後の大会ということもあり、どのクラブもここからの練習に力が入ってくるのだと思います。



誰でも試合が始まる前はとても緊張します。同時に「勝つぞ!、がんばるぞ!」と気合いも入ります。大会まであとわずか、**今行っている練習を練習ではなく本番だと思って取り組んでほしい**と思います。例えば、練習中にミスをしてしまったとしましょう。「やってしまった」「悔しい」と思うと同時に、「まあ、しかたがない。」と気持ちを切り替えて次の練習にとりかかります。よくあることです。しかし、これが当たり前のようになってしまうと「^{すき}隙(気のゆるみ)」につながります。確かに気持ちの切り替えは大切ですが、もし本番の試合であればどうでしょう。そのミスがもとで負けてしまうかもしれません。自分が情けなくなってしまうと、「まあ、しかたがない。」と思えないかもしれません。そういうことも考えながら緊張感をもって丁寧に練習に取り組むことを大切にしてください。これはケガの防止にもつながることだと思います。また、特に3年生は、結果が全てではありませんが、大会では最後まで結果にこだわって**自分たちの力を出し切ってください**。勝ち進んでみなさんの夏が長く続いてほしいと願っていますが、最後にはやり切ったという気持ちで終えてほしいと思います。



それからもうひとつ、部活に限ったことではありませんが、家族や仲間、先生、外部コーチの方々等の周りの支えがあるからこそ続けられているということです(趣味や習い事なども同じです)。**感謝の心を絶対に忘れてはいけません**。さらには、みなさんが使っている

道具(ボール、ラケット、グローブ、シューズ、道着など)や練習している場所(グラウンドや体育館、道場など)への感謝の心も大切です。また、試合は相手がいなければできません。相手への感謝の心は「礼」で表しましょう。みなさんのがんばる姿で、その感謝の心を表すことができれば、勝っても負けてもそれは素晴らしい試合であったと誰もがそう思うことができると確信しています。

