



びっきー

第10号

【学校教育目標】

自ら学び心豊かにたくましく
生きる生徒の育成

中体連選手推戴式

6月26日(金)6校時、中体連選手推戴式を行いました。今回もビデオ会議で実施しました。各部活動による紹介は、事前に CableOne の方で、ビデオに収録したものを配信しました。(収録されたビデオは、本日26日19:00、20:00、22:00、24:00 放映されます。)最後に、選手を代表して、剣道部の山下敦史主将が力強く地区中体連に向けての意気込みを宣誓してくれました。

以下、校長の激励のあいさつを紹介します。

いよいよ、中体連が目前に迫ってきました。みなさんコンディションはいかがでしょう？今年、新型コロナウイルス感染症が、全国、世界に拡大し、多くのイベント、大会が中止になってしまいました。全国中学校総合体育大会、九州中学校総合体育大会、そして佐賀県中学校総合体育大会いわゆる県中体連も中止となりました。地区中体連で優勝し、県中体連で上位入賞を目標に多くの競技の人たちが頑張ってきたことと思います。県中体連の中止が決定されたことを聞いたとき、私自身も落胆し、せめて地区大会開催の希望を持ち、何とか実施の方向で進んでいます。密集する競技は、予定会場と別に施設を借りて2会場や3会場で実施したり、試合数を縮小したり、感染症防止対策のために準備をしたりしていただいて、何とか杵島武雄地区中学校総合体育大会が開催される方向で準備が進められていることに感謝したいと思います。もし、地区内に感染者が発生したときは、開催は不可能で中止となり、3年生にとっては3年間の集大成の大会が奪われることとなります。そうならないためにも、1人1人が今後も感染症対策を十分に行っていきましょう。

さて、新型コロナウイルス感染症拡大の影響で、学校も臨時休業になりました。3/3～3/24、そして4/21～5/13までと45日間の臨時休業を余儀なくされました。その間、練習ができず、体力が落ちたと思います。これから、さらに暑さに向かっていきます。しかも、湿度も高くなります。しかし、多くの競技が2日間開催となります。本番で体調を崩し、力が発揮できなかったとならないように、熱中症対策を講じ、体力も付けてください。そして、練習は勿論ですが、しっかり食事を摂る。十分な睡眠を取る。規則正しい生活を送ることに心がけてください。決して、疲れたから宿題をサボる。授業中寝る。ネットやゲームをダラダラする。などしないようにしてください。メンタル面で絶対マイナスになります。つまり、そういう人に限って、緊張したり、弱気になったり、大事なときにミスしたりすることに繋がります。普段から当たり前のことを当たり前のようになさしてください。中体連は7月4日からですが、もう既に大会は始まっていることに気づいてください。大会の当日だけ頑張れば結果が出るわけではないことをしっかり自覚してほしいと思います。

スポーツは、「心技体」のバランス取れたとき、パフォーマンスは発揮できるといわれます。例えば、メンタルでマイナスになったら、これまで力を付けてきた技術や体力もマイナスになります。緊張したり、ミスしたり、接戦になったりするとメンタルが弱い人はマイナスになりがちです。そうならないよう、普段からメンタルを鍛えるためにも、何事にも一生懸命取り組み、常に平常心で臨んでください。また、本校は3年生だけで戦える競技・種目ばかりではないので、2年生も先輩の最後の大会ということ意識して、先輩のためにも十分力を発揮してもらいたいと思います。

「心技体」全てバランスが整ったとき、最大限の力が発揮できる！



大会当日は、私も競技会長の役もあり、すべての競技を応援に行くことは難しいと思います。そこで、2つのことを言いますので、1人1人が気に留めておいてください。

1つ目です。「集中すること。必死になること。」

とにかくプレイに集中すること。集中することによって緊張感を忘れることができます。

1球、ワンプレイに集中してください。ボールに集中するだけでなく、相手のポジションを見る。自分そして仲間のポジションを確認する。集中することで、チャンスは生まれます。

2つ目は、「弱気になるな。最後まで諦めないこと。」

チームに一人でも弱気になって引いてしまう選手が出ると、そこからすべてが狂い始めます。「もうダメだ・・・」と思った瞬間から勝利は離れて行ってしまいます。最後まであきらめない精神で戦い抜くと、何かが起こります。みんなで励まし合って、強気で最後まで攻め抜いてください。メジャーリーガーで活躍したイチロー選手の言葉です。「『できなくてもしょうがない』は終わってから思うことであって、途中でそれを思ったら絶対に達成できません。」という名言を残しています。「集中すること」、「弱気になるな。最後まで諦めるな。」この2つのことを忘れないで、ともに頑張ってきた仲間を信じ、頑張ってきてください。

これまで1人1人が、部活動に一生懸命打ち込んできたと思います。途中くじけそうになって辞めようかと思った人も中にはいると思います。部活動をこれまで続けられてきた過程で、自分を支えてくれた仲間がいたこと。家族も休日の練習試合や大会の送迎、弁当・飲み物の準備、必要な用具の購入などたくさん応援してもらったからこそ、これまでやってこられたことも振り返ってほしいと思います。自分を応援してくれた周りの人に感謝する気持ちを持つことはメンタル面のプラスになります。感謝の気持ちを忘れず、精一杯臨んできてください。

地区中体連まで、あと1週間です。万全の体調で臨めるよう、しっかり調整をしてください。

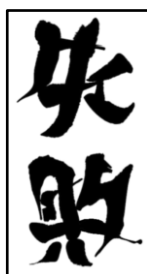
最後に、逆さ文字で皆さんにエールを送りたいと思います。

① 

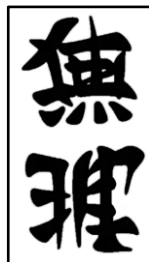
これまでの「努力」を「才能」に変え、

② 

「みんな」チーム一丸となって、緊張した引きつった顔でなく、「えがお」で戦い、そして応援し、

③ 

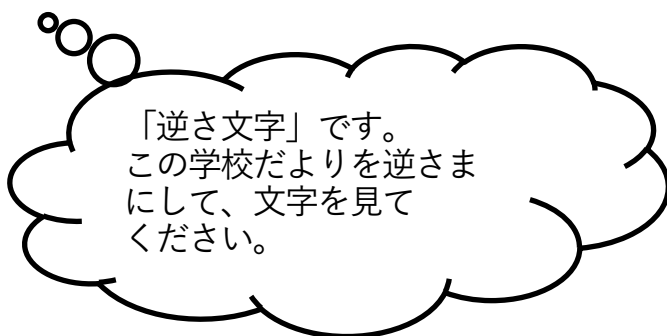
「失敗」してもいい、下を向くな！声を出せ！そして必ずチャンスは来る！そのとき取り返し、「成功」させろ！

④ 

もう「無理」ではない！決して弱気になるな！最後まで諦めるな！最後まで「挑戦」し続けろ！

⑤ 

「挑戦」し続けることで、必ず「勝利」はやってくるはず！



健闘を期待しています。