

始良・伊佐地区中学校新人大会雑感

学校周辺の田んぼの稲がたわわに実り、光り輝く黄金のように見えるこの風景は四季の中でも私には毎年とても素敵なシーンの一つです。

そんな中、先週は始良・伊佐地区中学校新人大会の熱戦が各会場で繰り広げられました。各部活動とも一生懸命競技に取り組み、自分たちの持てる力を大いに発揮してくれていました。全競技を視察して今後に向け、私を感じたことを期待を込めて以下にまとめてみました。



① 競技力向上のために

新チーム結成から間もない時期ですから試合中にミスが起きることはしょうがないことですが、今後の練習では今まで以上に意識して基礎・基本練習をおろそかにせず、徹底して行うことが大切です。その上でチーム内で戦術・戦略を話し合い、練習試合等で確認しながら競技力を向上させてほしい。

② 相手に勝つ前に自分に自信を持って

今大会でも優勝もしくは準優勝したチームに惜しくも負けてしまった試合を多く見ました。その試合で共通する本校のチームの弱点がありました。試合中に自分たちを鼓舞する声かけが弱いことです。相手に負けないだけの気迫、闘志をチーム全体がもっと前面に出すことによって自分に自信を持ち、相手に押されずに自分たちのリズム・試合の流れをつかんで優位に立てるはずです。



③ 心技体の充実を

来年の6月の中学総体に向けての練習できつい・苦しい練習があるかもしれませんが、強い気持ちを持って乗り越えてほしい。さらにどんな試合でもいかなる場面でもリラックスして戦える心の持ち方(ストレスマネジメント)や潜在能力を引き出す訓練(イメージトレーニング)も行えるといいなと思います。以上であります。本来、スポーツは楽しく行うものですから、チームメートと大いにコミュニケーションを取りながら満足できる部活動であってほしいと願っています。