

日根野中だより

令和5年6月30日発行 日根野中学校 校長 武田 博之

期末テストが終わり、暑い夏がやってきます…

〜ここからは基礎・基本のくり返し練習が大事！〜

暑い中ですが、クラブ活動にける季節がやってきました。最後の夏とがんばっている3年生にとって後輩との力の差が均衡し、不安と焦りから辛く感じている人もいるのではないのでしょうか…。

しかし、スポーツで最も大切なのはその基礎・基本練習です…。種目によっては、見た目にはこだわり、特別の目立ったTシャツを着たり、短パンをはいたり、ユニフォームを着たりして、上手くなった「つもり…」に…。でも、現実はその甘くはない…。その基礎・基本練習を重ねてきた先輩たちとの違いは、すぐに明らかになってしまいます。小手先の技術…例えば、バスケットボールなら、ボールをゴールに、ただ単に入れるシュートくらいなら、すぐに身につけることはできますが、真剣勝負のゲーム中のシュート力、相手がいる中で、如何にゴールにボールをねじ込んでこれるのか…という力は、そんな容易に身につくものではありません。そんな本当の力を身につけるには、基礎・基本練習の繰り返ししか方法はないのです。ところが、この基礎・基本練習は実に退屈で、辛い練習の繰り返しです。しかもこの暑さ…。でも、力を蓄えるためには…本当の力を身につけるためには、この退屈で苦しい基礎・基本練習から逃げずに耐え忍んで取り組む以外に方法はないのです…。人生を樹木に例えるなら…。その樹木の、枝葉や実を实らせるには、細かく根を張り、幹を太く丈夫に育てていくしかありません。根や幹の成長に力を入れず、細く弱い根や幹のまま枝葉ばかりを育てる方法を取れば、必ずバランスを失い、幹が折れたり、幹を支える根から、根こそぎ倒れてしまうことになってしまいます。

どうぞ、この辺りをしっかりと理解し、その基礎・基本練習に意識的に力を入れる集団になってください。小学校からその種目に取り組んできたという人は特に注意が必要！その基礎・基本練習を蔑ろにしたり、先ほど伝えた通り、枝葉・実ばかりつけるような練習を求めてしまいがちになってしま

凄まじい力を持つ
本気を
いつどこで使うのか…
自分のこれからが考
大きく変わる
動

います。もう一度、その基礎・基本練習の大切さを理解し、暑さの中ではありますが、心身共に耐えなければならない練習に力を入れてください。

この土曜・日曜の2日間で、各クラブの大会結果や今までの取り組みに対しての評価が出てくると思います。前向きに繋げることができるかどうかは自分の考え次第です。がんばってください。

<心の風景…> 気づき…

この時代…少し感染症の状況が収まったこの状況下でも、今、自分は幸せです…と言い切れる人は決して多くないのでは？…。人の思いに気づき、感謝できる力がある人…そんな人でも、実は苦しい思いをしているのではないかと感じます。だからこそ、今まで以上に意識して感謝を見つけようとする…そんな考え方が大事になってくるのではないのでしょうか？そんな意識で生活すれば、自ずと物事の、見えないところに潜む「お陰」が見えてきます。まずは意識して周囲を「心の目」で見ようとする…意識してみてもはどうでしょうか…。

つらいことが多いのは、感謝に気づいていないから…
悲しいことが多いのは、自分の事しか考えていないから…
あせることが多いのは、目的が明確に持っていないから…

<思い通りにならない…>…これが人生！

そんなとき、何を？どう考えることができるのか？…これが勝負！

すべて自分の心の持ちようによって変わってきます。周囲に変化を求め、努力してもなかなか報われることはありません。まず、すべきことは、考え方・物事の捉え方などで自分が変わる事…。人に原因を求めると、他人に指先を向けているようでは、人間的な成長は絶対に望めません。まずは自分に指先を向け、自分の言動を見つめ直す勇気を持つこと…。自分の言動が変化すると、周囲も必ず変化してきます。そのくり返しが、自分の成長を助けることにもつながっていくのです。

こんな時だからこそ、感謝を見つける習慣を身につけましょう…

大変…大変…でも、字のごとく、大きく変化しようとするときは必ず「大変」この大変な時期を活かすも活かさないも、自分の起こす、これからの言動次第…自分の甘さに負けず、覚悟をきめてがんばりましょう！

保護者のみなさまへ…本日でテストも終わり、あとはクラブ活動…夏の大会への勢いを感じます。特に3年生は、苦しい三年間を乗り越えてきた「集大成」ともいえる大会…全力で挑んでくれることを期待しています。各種目によって、様々な取り決めがあるようですが、保護者のみなさんの応援等も可能になってきています。各顧問からの連絡があるとは思いますが、是非ともお子さまのがんばりを、応援していただけたらと思っています。よろしくお願いたします。

弱気は最大の敵!!
心の中で強気を保つこと
これが成功につながる
力を生み出します!!
攻めろ!!責めろ!!