



心ひとつに

美郷中学校
 学校報 NO.18
 R3. 6. 17

いよいよ…、郡市総体！

いよいよ明日、18日（金）から郡市総体が始まります。郡市総体激励会で、全校生徒や先生たちから、たくさんの激励をいただきましたが、郡市総体直前応援メッセージを作成してみましたので、参考になればうれしく思います。



○まずはリラックスして、ベストの体調づくりを！

試合前日など、勝敗のことや自分のプレーのこと、仲間のことなど、あれこれと考えてしまうことがあります。ですが、一人でいろいろ考えてみても、試合では、今までの練習の積み重ねで勝負するしかありません。自分にとって楽しいことを考え、リラックスして体と頭を休め、ぐっすり寝ることを優先させましょう。きっと、うまくいきます！



○困ったら基本にもどろう！



試合中、思うようにプレーできず、悩んだり、焦ったりすることがあります。そんな時は、「基本」を意識して、「基本」に忠実なプレーを試みましょう。今までの練習で、何度も何度も、コーチや監督、先生たちから言われてきたことを思い出し、まずは一つ、きちんとプレーしてみましょう。

○郡市総体では、ドラマが生まれる！

郡市総体で、いろいろなドラマが生まれることがあります。春季大会で全県優勝したチームを相手に、今まで一度も勝てなかったチームが郡市総体で勝利したことがありました。練習では10回プレーして1回できればいいようなことが、郡市総体の大事な場面で見事に決まったこともありました。ですから、最後まで粘り強く、自分たちの可能性を信じて、精一杯プレーしましょう。



【「飛×躍 ～誇り高く全力でプレー 嬉し涙をみんなで流せ～」の横断幕】
 美術部の皆さんが激励の気持ちを込めて作成し

た横断幕（全校生徒からアイデアを募集し、3年3組の〇〇〇〇〇さんと、3年5組の〇〇〇〇さんの案が採用されました）が、皆さんを応援しています。うれしいことです！



最後に、皆さんが少しでも、リラックスしてくれればいいなと思い、私の記憶に鮮明に残っている、試合中のある出来事を紹介します。

試合中にお酒を飲んだ女子中学生

これは実話です。その時の光景は、今でも忘れられません…。

まずは、本文を読む前に…このタイトルを読んで、どんな出来事を想像したのかを、みんなで話し合ってみてください。



その子は、中学校女子バスケットボール部のキャプテンでした。練習熱心で、素直で明るい、真面目な子でした。練習中もよく声を出してチームをまとめ、チームメイトにも好かれていました。郡市総体の決勝戦でのことだったと思います。この試合もスターティングメンバーとして出場し、声を出しながら試合を引き締め、自分の仕事を十分に果たし、活躍してくれました。そして、いつものように、休ませるために選手交代をして、ベンチに戻ってきた時のことでした。

他のメンバーがクーラーボックスから冷えたタオルを取り出し、その子の首に当て、世話をしてくれていました。その子は、自分の小さなクーラーボックスからスポーツドリンクのペットボトルを取り出し、キャップを開けてグイッと口に含んだ、その時でした。口に入れたものをタオルに吐き出し…「うあっ、なんだこれ?! お酒え〜?」

その子は立ち上がり、応援席にいる家族に向かって、「これ、お酒だどお〜っ!」と叫びました。するとお父さんが、「あ〜っ!？」と頭を抱え…。

そうです。昨晚、お父さんが晩酌をして、残ったお酒を、台所にあったカラのスポーツドリンクのペットボトルに入れて冷やしていたのでした。それを知らずに、その子はスポーツドリンクだと思ってクーラーボックスに入れて持ってきて、試合中にグイッとお酒を…。

皆さんは大丈夫ですか?このようなことのないように注意して下さい!以上、「試合中にお酒を飲んだ女子中学生」のお話でした。

お礼 地域の企業の皆様より、16日と17日の秋田魁新報に総体への激励のメッセージをいただきました。ありがとうございました。