



小郡市立立石中学校

令和4年6月28日

立石中学校だより

たっちゅう 第28号

校長 山村 栄揮



学校教育目標 ～ 夢を持ち 未来に向かう、心豊かで たくましい生徒の育成 ～

## ブロック大会が始まります。

期末考査も終わり、ホッとしていると思います。結果はどうでしたか？さて、いよいよ中体連のブロック大会が開催されます。前号で大会の日にと会場はお知らせしていましたが、開始時間・対戦相手の詳細が分かりましたので再度お知らせします。

### 【大会の日程と会場】

バレー	7/2 (土)	うきはアリーナ	三国ー立石	9:10	
			立石ー小郡	12:40	
	7/3 (日)	うきはアリーナ	未定		
バスケット	7/2 (土)	大刀洗勤労者センター	10:10	立石ー三国	
			13:15	立石ー浮羽	
	7/3 (日)	未定			
野球	7/2 (土)	立石中	11:00～	立石ー小郡	
			13:15～	立石ー三国	
	7/3 (日)	未定 (小郡市野球場)			
ソフト	7/2 (土)	うきは市スポーツアイランド	10:50 予定～	立石ー三国	
		(負けたとき)	13:10	立石ー未定	
			or		
		(勝ったとき)	14:30	立石ー未定	
	7/3 (日)	未定 (うきは市スポーツアイランド)			
男子卓球	7/2 (土)	小郡市体育館	9:00～	個人戦	
			12:00頃 (未定)～	団体戦	
			・第1試合 立石ー小郡	・第3試合 立石ー大原	
	7/3 (日)	なし			
女子卓球	7/2 (土)	なし			
	7/3 (日)	小郡市体育館	9:00～	個人戦	
			12:00頃 (未定)～	団体戦	
			・第1試合 立石ー大原	・第2試合 立石ー浮羽	

大会に臨むに当たり3点お話しします。

まず最初に、**《心身共にベストの状態で大大会に臨む》**ことです。体調を壊したり、不安を抱えてはよりよいパフォーマンスは生まれません。これが何よりも大切です。大会までの数日間、十分に体調を管理してください。

次に、大会までの練習についてです。ここ数日は最終調整の時間になると思います。顧問の先生からは、これまで専門的な指導をたくさん受けてきていることでしょう。

私からは、技術面ではなく精神面について少しお話しします。スポーツの世界にはメンタルトレーニングというものがあります。多くの一流スポーツ選手は、メンタルトレーニングを行っています。その結果、自信をつけ、不安や怖れに負けない心理状態を手に入れています。それが望んでいる成果、高い目標、大きな結果につながります。しかし、簡単にメンタルトレーニングといっても具体的に何をどう行えばいいかは、専門的な知識が必要となりますので、ここでは一般的なお話をします。

さて、ここ数日の練習は、**《練習ではなく本番だと思って取り組む》**ことです。試合直前などは非常に緊張しつつも「よし！頑張るぞ。」と意気込みます。これは、本番に臨む当然の気構えです。では、普段の練習ではどうでしょう。同じような気構えで練習しているかという、あながちそうではありません。そして、その違いは油断や隙となって表れます。

私は幼少期から剣道をしていましたが、指導を受けていた先生に「稽古は試合のように、試合は稽古のように」とよく言われたものです。ここ数日、一つ一つのプレーを大会当日と思い、練習に取り組んでみてはどうでしょう。

最後に試合当日のことです。試合や大会では勝ち負けが必ず生じます。だれでも勝ちたいし、負けたくありません。しかし、ここで少し見方を変えてみましょう。《負けや失敗は誰にでもある》ということ。試合は、日本一にならない限り必ずどこかで負けます。だから、闇雲に負けを怖れる必要はないと考えます。大会当日は、ミスをしたり失敗することもあるかもしれません。そういったとき、場合によっては気持ちを切り替え、開き直すことも必要です。大事なのは最後まで、あきらめず全力を尽くすこと。それは、勝ち負けに関係なく、少なからずだれにも実行可能なことです。それができれば、良しとします。失敗しても次の活動につながる学びがあると考えれば、前向きになれるし、次の良いプレーにつながるかもしれません。

それでは、皆さんの健闘を祈っています。

先日お配りした【うきは市・小郡三井郡中学校体育大会における新型コロナウイルス感染症対策に係る留意事項について】をご確認ください。大会参加について、様々な状況が考えられます。判断が難しい場合は、顧問を通じて学校までご連絡ください。

## 沖縄霊の日 平和学習

沖縄県民にとって、とてもなじみ深い休日である「慰霊の日」。それは、日本の戦争の歴史と深い関係があり、大切にしたい日の1つでもあります。

6月23日の「慰霊の日」は、沖縄戦犠牲者の霊を慰め世界の恒久平和を願う日です。沖縄県が条例で記念日として定めました。沖縄戦は、太平洋戦争の末期である1945年に、日本軍と、沖縄諸島に上陸したアメリカ軍を主体とする連合軍との間で行われた戦いです。

日本軍は沖縄を本土防衛の最後の拠点とし、連合軍は日本本土に攻め入るための基地として、沖縄諸島を攻略しようと試みました。沖縄戦では、連合軍と日本軍を合わせて20万人以上の犠牲者が出ています。そのうち、一般の犠牲者は推計で約10万人です。沖縄県民の4人に1人が命を落とした壮絶な戦いで、甚大な被害がありました。

第二次世界大戦で敗れた日本は、連合軍の占領下に置かれることになりました。その後、1952年のサンフランシスコ講和条約によって日本の主権は承認されましたが、沖縄県だけは引き続きアメリカの統治下に置かれました。そのため、日本の休日とは別に沖縄県独自の休日定められたのです。

1972年に沖縄返還が行われると、沖縄県にも日本の法律が適用されるようになりました。「慰霊の日」は日本の休日ではないため除外されましたが、沖縄県の条例により、沖縄県独自の休日として今も残り続けています。

各学年、次のようなねらいで平和学習を行ないました。

- 1年生) 集団自決や住民虐殺など沖縄戦の悲惨さを知り、戦争の差別性に気づく。
- 2年生) 沖縄の歴史と文化を通して、平和を愛する民衆性の中でなぜ戦争が行われてきたのかを考える。
- 3年生) 現在の沖縄を学習して、国家としての平和維持と民衆が考える平和との違いを明らかにする。

## 今後の予定

7/02・03(土・日) 中体連ブロック大会

7/07(木) 読み聞かせ

7/08(金) 親子で学ぶ規範意識教育14:10

3年進路説明会15:10

○3年三者面談 7/22(金).25(月)~27(水).29(金)

13:30~16:00 ※詳しい個別の日時については、後日学年より連絡があります。

8/02・03(火・水) 公立高校説明会(※全学年の保護者にご案内します)

8/05(金) 出校日 \*大刀洗平和記念館で平和授業

8/09(火) 英語スピーチ交流会

8/22(月) 出校日

8/29(月) 始業式

