



## 陸上大会壮行会での 校長講話

令和3年10月27日(水)

# 信じられる自分は 普段の生活からつくれます

## 勝負

今日は、勝負、かちまけについて話します。

## 大会・コンクール・試験

皆さんはこれから、大会やコンクール、試験などの勝ったり負けたりすること、順位がつくこと、合格・不合格などがつくことなど出来事に出会います。

## 本気

本気で練習すること、本気で当日頑張ることはもちろん大事ですが

## 自信

結果を出すには、「自信」が必要です。でや、「自信」って何でしょうか？

## 自分を信じること

「自信」は「自分を信じる」ことですよね。では、大会やコンクール、試験などの大事な場面で「信じられる自分」を作るのはいつでしょう？

## 生活

それは、普段の生活でできるのです。

## 競技外

例えばメジャーリーグ エンゼルスの大谷翔平選手。彼は、野球の時だけ頑張っているわけではありませんよね。睡眠や食事にも気を配っていますし、彼は普段から礼儀正しいことでも知られています。だからこそ良い成績が出せるし、多くの人から応援されるのです。

## 責任

良い結果が出せても出せなくても、自分の責任です。

勝てば「よしまた頑張るぞ」負ければ「よし次こそ頑張るぞ」と自分の受け取り方次第で成長できます。

## 感謝

最後に、朝早くから指導して下さった先生方と一緒に早起きして送り出してくれたおうちの人に「ありがとう」と伝えましょう。