

県関係トップアスリート教室 大館市立成章中学校（令和4年7月20日）

1. 生徒の感想（学んだこと、印象に残ったことなど）

- ・自分のメンタルの弱い面がすごく分かったような気がします。
- ・佐々木監督の「自分を知る」という言葉から、自分が苦しい状況に立ったときに、どのように切り抜けるのか、それを見つけることが「自分を知る」ことだということが分かりました。
- ・技術面で、講師の方と自分たちの技術の違いを再発見することができました。
- ・3年生にとっての受験の壁に向けて、今日の講話を忘れずに心に留めておきたいと思います。
- ・とてもすごい迫力で、本物のプレイや本物のスピード、本物の音を肌で感じ、バドミントンにすごく興味をもちました。
- ・「メンタルが強い＝心が強い」だけではない、メンタルの強い人は、自分のことをよく知っている人だということが理解できました。今度の大会では、頭が真っ白にならないように、「練習を本番の気持ち」で臨みたいと思います。
- ・「勝ちたい、合格したい」ではなく、「勝つべき人になれているのか、合格できる人になっているのか」ということ、それは自分がその高校に合格するのにふさわしい人物になっているのか、つまり、そこまでどれだけの努力を積み重ねたのか、ということを試されるのだということを強く感じました。

2. 校長講評

本物のスポーツ（バドミントン）に触れることができ、貴重な体験をすることができた。バドミンントンの技術だけではなく、普段の生活に結び付くメンタル面についても詳しくお話をいただくことができた。スポーツを通して自分自身を見つめるよい機会となった。

（以上、報告書より抜粋）

