

薩摩おごじょ

鹿女子の体育祭が戻ってきました!

9月9日に本校では体育祭が行われました。今年の体育祭は3年ぶりに一日開催となり、保護者も各家庭2名までの条件付きではありましたが、多くの保護者が来校され、とても盛り上がった体育祭となりました。ソフトボール部も多くの保護者が来られ、普段ソフトボールをしている姿しか観ることがない分、部員たちが一生懸命かつ楽しそうにクラスメートと頑張っている姿を観ることができ、楽しかったと思います。部員たちも3年生と一緒に進化した運動部紹介では、県大会の優勝旗2本がとても誇らしい光景でした。さあ、次は私たちの番です。今のチームに必要なものは泥臭さです。スマートなソフトボールをするつもりはありません。どこまでも愚直に勝負にこだわっていきたくですね。そのために今はチーム力をどれだけ上げられるか、それをチーム全体でどう表現できるかがポイントです。一人ひとりの本気が試されています。県新人大会でひとまわり大きく成長した姿を見せてやりましょう!



2年生でハイチーズ!



優勝旗が誇らしい!



部員みんなで大盛り上がり!



さくら先輩の激走!



1年生も負けじとハイチーズ!



保護者のみなさんも沢山来られました!



3年生も楽しんでました!



3年生は全員浴衣を着ておはら節と女子高音頭を踊りました!



クールダウン&ストレッチって大事です!

9月24日(日)に念願のクールダウン&ストレッチ講座を行いました。ソフト部保護者会で理学療法士の松元さんにご協力をいただき、クールダウンの必要性やストレッチの仕方など、理解しているようで意外と理解できていないことをわかりやすく説明していただきました。毎日の練習の最後に行うクールダウンやストレッチ不足が後日の練習でのパフォーマンス低下や怪我を招くことを危惧しての今回の講座だったので、生徒たちも真剣にメモを取ったり質問するなど、とても有意義な時間となりました。これからもウォーミングアップやトレーニングなど、さまざまな分野でこのような時間を作っていきたくと思います。生徒たちも自分の身体を理解するきっかけになるとともに、将来の職業選択の一つにもなったようです。



現在理学療法士として働いている経験から、「何のために行うのか」を詳しく丁寧に説明していただき、生徒たちもとても分かりやすかったです。



生徒たちも真剣に話を聞き、普段つい適当にしてしまいがちだったクールダウンが実は一番大切なことを知ることができました。



実際にストレッチをしてみると、姿勢の状態など意識するようになり、いつも以上に効果を実感しました。

9月の活動報告

新チームがスタートして3か月目に入り、チームも試合経験を積み重ね、少しずつではありますが、チームの目指す方向性が見えつつあります。9月に入り、県外の高校との練習試合が増えました。これまでの2か月間、じっくりと自分たちと向き合い、現チームに必要なチームワークと経験を積んできました。10月になるといよいよ県新人大会まで残り1か月となります。この1か月をどのように有効活用し、チーム力をアップできるかが大事になってきます。部員全員の気持ちを一つに県新人大会連覇を目指して頑張ります!



先頭打者としての役割をきっちり果たし、かなりの確率で出塁しています!



狙った獲物は決して逃しません!普段は優しいですが、勝負の時は別です!



新チーム発足後、投手陣の柱としてよく引っ張ってくれています!



怪我から復活し、ようやく投げられるようになりました。山内さんも嬉しい!



一人ひとりの力は小さくても、まとまった時の力は例年のチームに負けません!



何かいいことでもあったのかな? 見ているこちらも幸せになる笑顔だね!