



# きせき

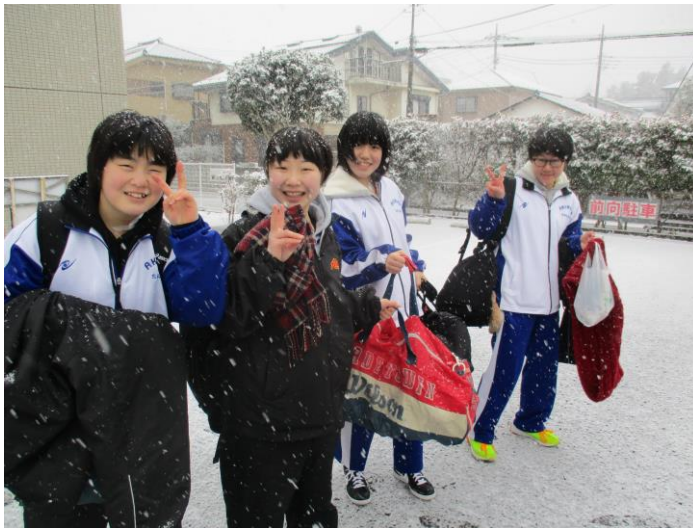
秋草学園高等学校 卓球部通信  
平成30年2月9日  
第322号



## 辛い、苦しいのは皆同じ！

### ——泣くな！秋草学園卓球部——

秋草卓球部で辛い、苦しいのは練習時間が多いだけでは有りません。では何が一番苦しいのでしょうか。それは勝てないことで自信を無くし、一生懸命練習しても負けてしまう時です。練習することさえ怖くなります。家に帰り不安で泣き続けることもあるでしょう。常に不安と同



居していることでしょうか。今までの卒業生もそうでしたし、現部員も同じです。だからと言って、その苦しさから逃げてしまっ  
てはスポーツをしている意味が有りません。

常勝は難しい。必ず落ち込む時が有ります。そんな時人には頼れません。自分で自分を励まし、自分で自分を支えるのです。そして、強くならないのはまだまだ努力が足りないと考え、ひたすら練習に励むことで解決の光が見えてくるはずです。

泣くな秋草学園卓球部!! がんばれ秋草学園卓球部!! (練習場で泣いている選手います)

雪が降っても練習練習。卓球より雪遊びしたいそうです。

#### 卓球ノートより ○○ ○○

シングルスはしょっぱなやっかいな星野の○○さんでメンタルも結構きつくて、もしかしたら負けてしまうのではないかと考えてましたが、先生がベンチについてくれたおかげもあって、まあ勝つことが出来ました。たまたま○○さんがキケンだったのでそこがラッキーでした。んとの試合では、全然自分のプレーができなくて、サーブにしか頼れなくて、なんかもうこんな卓球しかできないなら辞めてしまいたいと思ってしまいました。ここ最近は何やってもうまくいかないし、勢いのあるプレーがなくなってきてるので、どうやって戻せばいいのかわかりません。

ダブルスはなんと2位という結果を残せました。本庄戦まではなんかいまいちなプレーだったけど、川総戦・正智戦から2人で思い切ったプレーができ、サーブの時は自分がサインを出す。レシーブ三球目の時は田中さんがサインを出すという2人で必要な話をして、良いプレーができたと思います。自分が三球目受ける時に手こずるので、つつつかれたらドライブ、F前にストップされた時は丁寧に入れる練習が必要だと思いました。しゃがみ込みサーブの下がかなり効いてミスも朝練のおかげでなかったので良かったです。