

# 選手の皆さんへ

滋賀県高等学校体育連盟

今年も、高校生の大会、春季総体がやってきました。この大会は、学校教育の一環として高校生がさわやかに活動を繰り広げ、努力した日頃の成果を確認する絶好の機会です。大会に臨む皆さんは、この大会で大きな経験を積むとともに、勝敗のみにこだわるのではなく、礼儀正しく真摯な態度で競技し、参加するみなさんとの意義ある交流にも心がけるようお願いいたします。

## 1. 自己の力を最大限に発揮するために

- (1) 日頃の練習に積極的に参加し、自己の体力や技術を高め大会に臨んでください。
- (2) 体調をそこなわないよう、バランスのよい食事と睡眠など休養にも心がけ、ベストコンディションで大会に参加してください。
- (3) ルールをよく理解し、トラブルの起こらないように心がけてください。
- (4) 準備運動や終了後のストレッチ体操など十分に行いケガのないよう注意してください。また、適切な水分補給を心がけ、熱中症等がおこらないよう留意してください。

## 2. 競技会場においては

- (1) 自己（チーム）中心でなく、大会の運営がスムーズにできるよう各校が協力してください。
- (2) スポーツマンとして、礼儀正しい態度やさわやかな応援を心がけてください。
- (3) ゴミは一片たりとも残さず、会場をきれいに使用してください。
- (4) 貴重品は自己（チーム）の責任において管理してください。

## 3. 行き帰りについて

- (1) 大会開催中（6月6日・6月7日）は、臨時列車が増発されます。朝の移動にあたっては、できる限り臨時列車を活用してください。
- (2) 自転車が関係する事故が起っています。交通ルールを守り、乱暴な運転がないよう気を付けてください。
- (2) 不正乗車や自転車の放置などは絶対しないようにしてください。
- (3) 列車の中では、一般の乗客の迷惑にならないよう乗車マナーに十分気を付けてください。（荷物は網棚に置き、通路を広く開けてください。）
- (4) 引率の先生の指示をよく守り、交通事故などに合わないよう注意してください。