

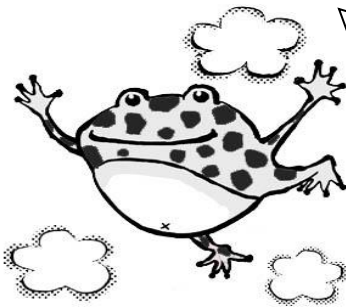
かえる便り 2019年度6号

令和元年 5月 7日

薫風の候、皆様にはますますご健勝のこととお喜び申し上げます。

若葉の緑が美しい三瓶で3日間合宿を行いました。天候にも恵まれて予定のメニューを順調にこなし、かなりハードな練習を行うことができました。自分に挑戦する姿勢で取り組んでいた者がかなりいたように感じました。疲れた中でも自分の能力の限界に挑戦することで、心身共に逞しくなり本物の力を身に付けることができると思います。どう活かすか見ていますよ!! (千日回峰行と比較してみてください)

3日間、多くの皆様方にトレーニングの様子を見ていただき本当に良かったと思っています。最終日のクロスカントリー走には、スーパー小学生3人が一緒に走ってくれて大きな刺激を受けました。体調不良者が1名出ましたが(翌朝は回復)、充実した合宿になったと感じています。多くの皆様や卒業生(6名:学生4人)から差し入れをしていただき大変助かりました。夜の学習では、河野先生に数学を指導していただきました。関わってくださった皆様、本当にありがとうございました。



私たちが“もの”を覚え力をつける過程は、“真似”から始まります。ある程度まで力を高めてきたら、個の身体的特性等により能力において個人差が生じてきます。それ以上に力を高めたかったら、自分の特性を知り努力することが重要になります。本当の力は“血と汗の結晶”です。短期間ではあっても苦しい合宿を経験しましたが、どのように活かすかはこれからの行動によります。楽しみですね!!

自分の経験(成功や失敗)や他人の体験談などからその成功・失敗原因を学び、ある状況下ではどのようなことが起きそうかを考える習慣が個々の能力差に繋がると思います。自分の経験は限られているからこそ、他人のプレーを観察し吸収する努力と話を聞き自分のこととして考えることが予測力を高めるのではないのでしょうか? 残念ながら、ある個人への忠告・指導を“自分のこととして聞かない”、また、聴く耳を持たない部員が多くいます。

サッカーはミスが起こりやすいスポーツです。少しでもミスを少なくすると同時に、仲間や自分のミスを素早くカバーすることがチームの勝利に繋がります。そのことを知っていても、素早い切り替えやコーチングが出来ない部員がいます。仲間を助ける努力が出来ない者は、“真の仲間になれない”ことを知っているのでしょうか?