

女子バレーボール部通信 NO、193号

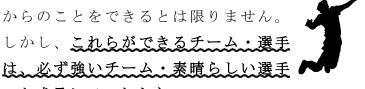
12月 3日(火)

「新しく取り組んでいることを、自分からやろ うとしましたか?」

「自分の課題克服に向けて、チャレンジをした プレーをしましたか」

「自分で先のことを考え、行動に移すことがで きましたか?」

みんなの心に、今一度問いたいことです。厳 しいことを言いますが、正直、バレーノートを 見ても、どれだけの人が"本気"で今のチーム ・今の自分と向き合っているのかと・・・。強 いチーム・素晴らしい選手が全てこれ からのことをできるとは限りません。 しかし、これらができるチーム・選手



日曜日は県大会の敗戦以来、初めての練習試 合でした。新しいことにチャレンジをしている 最中なので、うまくいかないことも多いのは承 知の上でした。しかし、先生が客観的に見てい て、問題はそれ以前の部分にあったような気が しました。練習試合の途中に、みんなのプレー ・取り組みには"意志がない"という話をしま した。手を抜いている・全力でプレーしていな いという意味ではありません。"意思"ではなく、

<u>"意志"をもったプレー・取り組み</u>を心がけま しょう。悔しさを忘れてしまっては、成長は止 まってしまいます。

意志:進んで何かを行おうとする積極的な気持ち

意思:何かをしようという思い

へと成長していきます。

【体力アップ】

バレーボールが上達するため には、技術の向上ももちろんで すが、体力の向上も必要です。

一年間をトータルで考えたら、今 が一番体力を高めていける時期 (もっと言えばじっくりできるの は今しかありません。)です。持 久力・瞬発力(跳躍力)が中心に、

自分に負けず取 り組んでいきま للشكور



【保護者の皆さんへ】

いよいよ今週末は「トヨタカ ップ」です。遠方までの送迎に なり、保護者の方にはご負担を おかけしますが、よろしくお願 いします。

東中学校は予選リーグで県外 のチームと2チーム、三河のチ ームと4チーム試合をすること ができます。また、香流中学校 も毎年県大会に出場してくるよ うな強豪校です。いろいろな考 え方がありますが、私自身とし ては初日でたくさんの強豪校と 本気で1セットを戦えること は、今のチームにとってはとて もプラスなことだと

考えます。遠方にな りますが、ご都合が つけば是非、応援よ ろしくお願いします。

