

# チーム

東中学校  
女子バレーボール部通信  
NO. 208号  
2月24日(月)

## 課題を全員で意識して…

### Courage (勇気)

→ミスをした後や自分の苦手なプレーなどにチアして、どれだけ勇気をもってチャレンジできるか。



### Communication (伝えること)

→お互いにどれだけ声や動きで、自分の意志を伝えることができるか。

### Cooperation (協力)

→前の人や次の人と協力する中で、どれだけボールを落とさないか、打って返すことができるか。

土曜日の練習試合の前にみんなに与えた課題です。3セットが終わった後、この3つの課題について、先生の意図を詳しく説明しました。どれだけの人が理解し、常に意識しながらプレーすることができたでしょうか。これからは夏の大会から逆算して『今、何をしなくてはいけないのか?』と考えながら練習・練習試合をしていく必要があります。そういった取り組みの中で大切になってくるのが、『いかに全員が共通の課題をもって取り組めるか!』ということです。試合に出ている人だけでなく、部員全員に共通した高い意識・集団としての共通理解が求められます。そういった点では、土曜日の練習試合は4セット目からは少しずつチーム全体として意識の高まりが感じられました。これを日々の練習から継続していくことが大切です。



## 【チーム力向上のために…】

土曜日の練習試合では、たくさんの人に出場する機会を与えることができました。先生のねらいとしては、一番は『チーム力の向上』です。練習や紅白戦とはまた違った緊張感の中でプレーすることによって、一人ひとりが技術・精神力を高めていってほしいと思い、コートに送り出しました。

コートに立つ中で、  
○分からないことが分かるようになった。  
○自分自身のできないこと・苦手なことが、身をもって実感できた。

という人が多かったと思います。チーム全体を見ると、レギュラーとしてこれまでコートに立っていた人は、普段よりも「**自覚**」をもったプレー・振る舞いでチームを引っ張っていかようとする姿勢を見ることができました。また、これまでレギュラーとしてコートに立つ機会がなかった人も、「**チャレンジしていこう!**」という気持ちは伝わってきました。今回の経験を今回だけで終わらせず、常に持ち続けていきましょう。

