

【巡回指導〈2〉】会津若松市立 第三中学校

日程：2020年2月8日(日)

参加者：若松第三中学校(12名) / 菅沼先生

指導者：松浦麻琴(元NECレッドロケッツ)

同行者：事務局/高木副実行委員長、小色尚子 会員企業：株式会社カナメ 1名



2回目の指導はセッター出身の松浦麻琴コーチです。この日は会員企業の(株)カナメの安藤さんが北会津の美味しい苺を持って激励に来てくれました。最初に教室で松浦コーチの座学からスタートし、自身のこれまでの経験から学んだことや、伝えたいことを話してくれました。その中で「みんなに大切にしたいことは、「感謝すること」「素直でいること」です。感謝することで人は素直になれる、素直であれば感謝することができる。周りの言葉に耳を傾ける姿勢、誰かを思いやる気持ちも大切。バレーボールは信頼が大切なスポーツで、人間性がプレーに出ます。誰かのために頑張れる時が一番強くなります。豊かな心を持って頑張りたい」と素敵なお話をしてくれました。生徒のみんなからも沢山の質問があり、笑いあり、深い話ありの充実した時間となりました。



頭と体を使うウォーミングアップからスタートしました。指定された位置にパスをしあうには相手を考え、相手とタイミングを合わせながら正確に行うことの大切さを伝えました。3球を触るまで喰らいつく練習では、松浦コーチが右に左に、遠近と多彩なボールを送り込みました。とにかく足を動かしてボールに喰らいつき、最後まで諦めずに挑むことの大切さを伝えました。2分間2人でレシーブしながら途中途中にスパイクを入れる練習では、互いの声掛けの大切さ、しっかりと丁寧につなぐこと、後半に疲れてきた時に相手をしっかりと狙ってスパイクを打てる体力をつけることの意識づけを伝えました。



沢山の練習の中、最初は諦めがちだったみんな。松浦コーチから「周りは黙っていいの？頑張っている仲間を応援しようよ！キツイ時こそ仲間が必要だよ！」と声がかかりました。周りからの頑張れ！の応援の声を受けて、キツイ中でも最後まで諦めない姿を見せてくれました。セッターとアタッカーの声掛けの言葉の選び方でプレーが変わることなど松浦コーチからの言葉で沢山の気づきがあったと思います。自分にしかない「何かの1番」を見つけて、また1つ先に進め！頑張れ若松三中！応援しています！