

2013 JOC

京都選抜通信

香川遠征に出発！ 2013. 11. 16 (Sat) NO. 8

いよいよ香川遠征がやってきました。大会本番まで一か月あまりのこの時期の遠征です。無駄にならないように事前に以下のことを考えてください。

この遠征の目標

- ①大会も近づいています。「京都選抜はこう戦う」という形を作っていこう。
- ②緊張した場面で自分は何ができるのかを確かめよう。そのためには常に本番のつもりで参加することが大切です。
- ③チームとしてまとめ、規律ある行動をし、周りから認めてもらえるチームを目指そう。

各自がこの目標を頭において行動してください。試合の時だけ頑張っているつもりでも、普段の行動や態度がプレーに出るものです。お互いのプレーを思い出してください。その人の性格がプレーにも出ていると思いませんか？強気な・丁寧な・先を考えたプレーをするために、どのように過ごせばいいかを考えてみよう。移動のバスの中や宿舎での行動・態度もそのうちの一つですよ。

今回の参加チーム

香川選抜 福井選抜 高知選抜 徳島選抜 香川大学 高松大学 京都選抜

☆この遠征で、君は何を頑張りますか？

できるだけたくさんの課題を持って挑戦しよう。

- 1、固い守備力（カットやつなぎ）
- 2、ブロックの決定率
- 3、工夫した攻撃（軟打やフェイント）
- 4、パワフルな強打
- 5、サーブの決定率
- 6、チームを盛り上げる元気
- 7、相手を見て、攻撃や守備の仕方を考えること
- 8、素晴らしいトスワーク
- 9、相手を惑わす助走
- 10、チームとしてキビキビと行動すること

バス内で自分の課題を決めて、課題を克服できるように今日と明日、精一杯やりましょう。

12月7日（土）は近畿壮行会

会場：奈良県桜井芝総合体育館
参加チーム：2府4県7チーム
（大阪は南北参加）

対戦：大阪南北以外の4チーム
開会式：9時30分

本番と同じような形式で行われます。
まずは近畿で一番を目指そう！