



# 京都選抜通信

H. 28. 9. 14 No. 7

## 自分の課題・チームの課題

選抜チームとして集まったの練習も6回目になりました。全員が意欲的に取り組んでいると思います。この2週間あまりの中で、何か上達した部分がありますか？「レシーブが上がるようになった」「スパイクが強く打てるようになってきた」「ブロックが止まるようになってきた」など何か自覚できるものがあるといいですね。

逆にできなくなっていることはないですか？最初にも言ったように、集まっていない時の努力が必要です。週3回の練習しかできていないとすれば、改善していかないと12月にはもっとプレーは落ちていきます。例年の選抜チームでも、グングン伸びる人と、残念ながら伸びない人がいます。初心を思い出して、毎日努力をしてください。



鳥羽高校での練習の様子。ブロック練習を中心にやりました。

ゲーム形式の練習ではそれぞれ良いプレーもありましたが、自分の課題を明確にして、次回からの練習に役立てられるようにしてください。チームとしては、もう少し元気よくプレーができてほしいですね。雰囲気良くなれば、良いプレーが出やすいし、相手もやりづらくなります。良い雰囲気を作るのは誰の役目でしょうか？もちろん、それは全員の役目です。各チームのエースや中心選手が集まっている選抜チームです。全員が盛り上げ役だと思ってください。

### 宿題

今年の京都選抜のスローガンを考えてきてください。  
21日までに紙に書いて提出です。

### 今後の予定

- 17日 北嵯峨高校 (13時～)
- 18日 パナソニックアリーナ (全日)
- 19日 洛南高校 (全日)