

# 京都選抜通信



R. 1. 12. 19 第6号

## 福井遠征に行きました

12月14日・15日に福井県へ遠征に行きました。14日は福井選抜と啓新高校、15日は福井選抜と福井高校と対戦しました。やはり福井選抜も高校生も、攻撃の上手さだけでなく、守備が堅い印象を受けました。本戦も、守備のミスが敗戦につながる事が予想されます。特に気になるのは、繋がるはずのボールが落ちること。状況を見れば判断できることも多いし、味方や相手に対して声を掛けることも守りやすくなる方法の1つです。頭を使い、声をかければ、試合内容は大きく変わってきます。残りの数日間、どの場面でも守備力の強化を意識しよう。それから、本戦では普段の練習ゲームよりも緊張や焦りが加わります。数点の失点が勝敗を分けます。だから、会場に着いたら、できるだけ早くアップを始め、試合の頭から全力でできる状態を作ろう。スタートダッシュを切れることが非常に大切です。「勝てる試合を落とす」ということにならないように。



漫画家、井上雄彦さん  
作の「心・技・体」の  
額縁。井上さんはスラ  
ムダンクの作者です。  
額を3つ合わせると  
1500万円すると  
か・・・

今週末は市立尼崎での練習、そして来週水曜の開会式を皮切りに、いよいよJOCの本大会が始まります。心身ともに本番に照準を合わせ、ベストな状態で試合に臨もう。今からできることを考え、それを徹底して実行しよう。最後まで戦い抜くには、強い気持ちと、丁寧な生活の仕方が求められます。まずは、コート外の戦いで負けてしまわないように。この4ヶ月の集大成です。