

強化育成練習会に参加して

短距離 関西大学北陽高等学校 矢田 篤志

高体連練習会では自分が持っていない新しい視点をライバルと話し合ったり、いつもの練習では行わない動きの練習をしたり、普段教わっていない先生から教えを享受することができるのが楽しい点だと感じました。また、ヤンマースタジアムを練習場所として使えたことはとても光栄でした。午前と午後の2部練習を通して競技に対してじっくりと向き合うことができ、日常的に行っている学校の練習では気付くことができない自分の弱い部分がたくさん見つかりました。特に自分はスタートが苦手なので、ライバルの動きを見ることがや、先生方のアドバイスをいただくことで弱点に対する新しいアプローチの仕方を見出すことができました。学校に戻って練習をする際にも意識して取り入れていきたいと思いました。今回得ることができた新しい感覚や知識を学校の仲間たちとも共有していきたいです。

中距離 鳳高等学校 酒井 琉成

昨年に引き続き強化練習会に参加させていただき新しい知識や去年得ることができなかった事など様々なことを学ばせていただきました。

指導者の方々の指導は一つ一つが具体的であり、フォームや接地の意識、レースプランの考え方など、自分では気づけなかった課題を得たり、新たに知識や技術を習得することができました。さらに、実践練習の場を設けてくださったおかげで普段の練習ではできない「競い合う」ということができ、ただ単に速くなるだけでなく精神的に強くなることができました。そして、他の選手達とコピー ニケーションを取ることによって普段の練習の向き合い方や態度について改めて考えるようになり、自分の普段の練習に対する甘さを実感したことで練習会に参加する以前よりも一層強くなることができました。この三日間は苦しく、厳しい場面もありましたが、それ以上に自分にとってプラスなことが多い練習会になりました。忙しいなかこのような練習会を開催していただきありがとうございました。

跳躍 関西大学北陽高等学校 田川 瑛介

今回、高体連の練習会に参加させてもらって多くの先生方にご指導していただき充実した練習をすることができました。自分と関わっていただいた先生方には貴重な時間をかけてもらった分、記録や結果で恩返しできるようにしていきたいと思います。沢山の仲間と共に練習ができ、それぞれの強みや弱み、改善点など先生方を含め共有しコミュニケーションをとることでみんなと高めあい、成長できたと感じました。今回の練習会を通して、来シーズンでは大阪インターハイで勝ち抜いた6人が近畿インターハイでも多くのメンバーが勝ち抜き、全国インターハイにこまをすすめていけるよう大阪チーム全員で高めあって行ければいいなと思いました。

投擲 咲くやこの花高等学校 門野 紗瑛

今回、強化育成練習会に参加させていただき、普段なかなか関わることのない選手や指導者の方々と一緒に練習することができ、とても貴重な経験となりました。

特にハンマー投げは他の種目に比べて人数が少ないため、生徒と指導者の距離が近く、アドバイスをいただきながら、選手同士でも質問し合い互いに高め合える良い練習ができました。今回の練習会で学んだ事を、これからの練習にしっかりと活かしていきたいと思います。

今年のシーズンは、自分自身が納得できる結果を残し、最後は笑顔で終われるように、日々の練習から全力で後悔のないように取り組んでいきます。