

長野南高校野球部通信

第 11 号 2024 年 10 月 18 日 (金) 野球部監督 丸山智大

3 連休 3 連戦！！！

10/12 (土)、13 (日)、14 (月) は 3 連戦を組み、無事消化することが出来ました。本来であればこのような組み方はしませんが、選手達の成長を促すためにも必要不可欠だと思い意図的に実施しました。今の時代は、大会でも 2 連戦以上は中々ありません。その中で少ない人数で 3 連戦を行うことで「2 連戦ぐらいどうってことない。」と思えるように。これはあくまでメンタル面の問題であり、理論的ではありませんが、高校生は心が糸余曲折を繰り返し大きく成長する時期です。そのような中、「人数が少ない」とを言い訳にはしませんが、ある程度人数がいる野球部より圧倒的に活動量は上がります。疲弊する中で集中力を高めるというのは大切なスキルです。また、連戦はもちろんのこと疲れます。次の日を考えて疲れを最大限とるためにどういったリカバリーが出来るか。次の試合をベストゲームに出来なくともベターゲームに出来ることも大切です。

選手達には「疲れた中で集中力を意識すること。」「疲れをとるためにどんな行動ができるか。」大きくこの 2 つを伝えたうえで試合に臨んでもらいました。どこまで選手が意識したか分かりませんが、勝利は細部に宿ります。小さなことがやがて大きなことになると理解し、意識的に行動できる選手になってもらいたいと思います。また、自分のコンディションがチームの勝敗に影響するということも分かったうえで行動してほしいと思います。

写真は、、、

- ① 田川高校との親善試合の開会式の様子です。田川高校とは学校の開校年度が一緒のため毎年試合を行いトロフィーをかけて試合を行っております。2 年連続雨で流れてしまったため久しぶりの開催となりました。令和 7 年度は本校にて行う予定であります。
- ② 練習試合を行う際には監督よりテーマと走攻守における目標や課題をボードに書き、全員共通理解のもと試合に入ります。ミーティングではそのボード内容に基づき振り返りを行い、達成できなかったことはどうすれば改善できるかを話します。現在は、まだ私からの発言が多いですがいずれは選手のみで話し合い、こちらは助言や補足をするぐらいのレベルになることが大切です。

