

平成27年2月13日

風は東から

To be continued...

冬の鍛錬期も折り返し地点を経過！！
「覚悟」を決めて己を貫き通す！！

冬の厳しいトレーニング期も折り返し ➡ 地点を通過！！

目標を高く掲げ、「心・技・体」を徹底的に鍛え上げる！！

一月末に推薦入試が無事に終了し、先日前期入試の願書提出がありました。今年は、東高人気？からか、出願者が増え倍率も軒並みアップ！！（男子は1.7倍です）学校サイドとしては喜ばしいことですが、受験生にとっては狭き門となり大変だったと思います。また、文化・スポーツ等特別推薦(以下文スポ)ではサッカーの募集三名枠のところを23名もが出願(都内で四番目に多い…)し、8倍近い高倍率となりました。その他にも、一般推薦で「トラチャレ」に参加した受験生を多く見かけるなど、数字が示すように、東高サッカー部の活動が、中学生や保護者、中学の指導者の方々に評価されていることであると、スタッフ一同感じています。

受験生は、合格が決まるまでは気が抜けません！もうひと踏ん張り、頑張れ受験生！！

さて、昨年12月に、新人戦で大成高校に敗れて冬の厳しいトレーニングがスタートしてから早いもので50日近くが経過しました。三月末まで、学年末考査等クラブ活動ができない日を除くと冬の鍛錬期のおよそ半分が経過し折り返したことになります。毎日厳しいトレーニングを行っていますが、プレーや身体面での成果は時間が掛かるもので簡単には現れません。しかし、子どもたちの意識は随分と変化してきました。もちろん、子どもたちの中にも多少温度差を感じますが、新チーム結成時の9月のような波は少なくなり、上級生から声が出始めてコンスタントにいい雰囲気トレーニングができるようになりました。それが、週末のTRMに繋がり、強豪チームに対しても臆せずに闘えるようになってきているように思えます。

この年代の子どもたちの育成についてよく指導者の間で話題になる一番の課題は「心」の成長です。「心」の部分は人間の根幹でもあり、発展途上で不安定なこの時期に何を獲得できるかに子どもたちの将来が懸かっています。子どもたちの成長には周囲の人間との関わりが重要です。何をヒントに変わるかは人それぞれですが、そのきっかけ作りをこちらもいつも用意しています。例えば、強豪校の練習の様子や選手の話、トップアスリートのトレーニングに臨む姿勢について、時には時事問題等…。幸いにも、サッカー部には三人の顧問+五人のコーチがいて、こちら側のコンセプトを理解した上で、それぞれが違った角度からアプローチをしてくれます。また、毎週末多くのチームがTRMで東高に訪れます。ゲームを通して直接肌で感じるだけでなく、特にオフ・ザ・ピッチでも学んで欲しいと思います。子どもたちにとって成長するチャンスがたくさんあります。

「子どもたちが成長するためのヒントは、日々の生活、日々の練習、そしてグラウンドにたくさんある！！」

(ある強豪チームの監督の言葉)

「継続」は力なり！！男は黙って覚悟を決めて己を貫き通す！！

受け売りになってしまいますが、いい話なので紹介したいと思います。

ある小学校の校長室に貼ってある標語です。累乗の指数は **365**、つまり一年間です。**0.01** は僅かな違いですが、この日々の積み重ねが一年間経つとこれだけ大きな差となります。

子どもたちもこの一年間、各自目標を立てていると思います。しかし、その成果は直ぐに出るものではありません。厳しいトレーニングやドリル的な基礎基本の反復トレーニングなどは、少しはサボりたい、できれば避けて通りたいと思うのが人間の本性。そう、人間は誰しも怠けたい生き物なのです。実は、私も怠け者のチャンピオンです！！ただ、好きなサッカーのためなら、「覚悟」を決めて妥協をせずに己で貫いてほしいと思います。男がこうとやると決めたなら、誰にも語る必要はありません！言い訳することなく、黙々とやり続けることです。

「明日ヤロウは、バカヤロウ！！」(遠藤保仁) 今すぐにでもやるのです。時間は待ってくれません！

「継続」は力なり！！ 全ては、累乗 **365** が教えてくれます！



<継続は力なり！！ **23年間**、コツコツ努力を積み重ね、とことんやってきたイチロー選手>

40歳超えても努力と継続で少しずつ前進！！

今年度、大リーグ **15年目**を新天地**マイアミ・マリナーズ**で迎える**イチロー選手(41)**。オリックスでプロ野球選手としてスタートしてから **23年目のシーズン**に突入します。もちろん、現役野手で最年長の大リーガーとなります。アメリカでは、40歳を超えた野手にはポジションを与えないという傾向があるようです。大リーグで数々の記録を樹立してきたイチロー選手でさえも、年齢の壁が立ちまはだかります。しかし、イチロー選手は出場機会の保証されていない大リーグで新たな挑戦を選択しました。以下、今回、都内で行われた入団会見からイチロー選手の言葉を紹介します。

「野球選手として嫌な年齢に来たな、という印象です。ただ、申し訳ないが25歳でも45歳に見える人はたくさんいます。その反対になるために、ちょっとずつ前に進みたいと思っています。」

「まだ、平均寿命まで39年ぐらいはある。新しい環境に飛び込むことは、若いうちにしかできない。こういうことに向かっていると、(人生の)哲学は生まれてこないと思う。人間が成熟していく段階は、40を超えてから。40を超えて現役でいられるのは大切なことだと思う。」

「これからも応援をお願いします！とは僕は絶対に言わない。応援していただけるような野球選手であるために、自分がやらないといけないことを続けていく。それをお約束として、メッセージとさせてもらってよろしいでしょうか」

イチロー選手の言葉に力を感じるのには、彼の生き様全てが言葉に表れているからですね！！

部室の汚さに「喝！」 自分たちの部室に感謝と愛着と責任感を持って！！

先日練習後のミーティングで、余りにも部室が汚いので「喝！」とまではいきませんでした。子どもたちに軽くお説教をしました。昨年、三年生が引退し念願の部室を八月末から引き継いできましたが、部室の中はゴミだらけ…。ペットボトルや缶、コンビニの袋がゴミ箱に山積み、パンの小さな袋が床に落ちていて、スパイクや練習着も散乱しとても部室と呼べるところではありませんでした。誰ひとりとしてこの汚れた状況に手を付けられないところに一番の問題がありますが、こちらの指導や家庭の躾も然りです。大人の日頃のアプローチは大切です。この状況を見かねて、一年生が二回ほど時間を掛けて大掃除をしました。時間の経過とともにまた元の状態へ…。これでは後輩は付いていきませんね。彼らは、先輩の背中を見ているから。

前日本代表**岡田武史監督**は、当時低迷していた横浜マリノスに就任し、まずクラブハウスを見てその原因が分かったといいます。そこで一番先に手を入れたのは、クラブハウスの掃除だったのです。その後、マリノスは見事復活を遂げ優勝、岡田さんも日本代表監督に就任します。また、なでしこの**佐々木則夫監督**は、父の言葉で印象に残っている言葉が「目の前に落ちているゴミを拾え。大抵の人は見て見ぬフリをする。俺のゴミではない…。しかし、こんなにいいチャンスはない！ゴミに感謝しろ！！」といいます。心がけ次第では、どんな場所も自分を高める道場になるのです。共有部分(部室・倉庫・グラウンド)をみんなで綺麗にしているチームは、簡単には崩れません！！



＜共有部分(部室、グラウンド)を綺麗に使うのは当たり前！！ 気配りができる人間になれ！！＞

三つ子の魂百まで！！

「小さいころに身に付いた習慣は大人になっても変わらない。」

ある物の本によると、子どもが「つ」のつく年齢までに、親(大人)はしっかりと三つのしつけをなささい！と書いてあります。「ひとつ、ふたつ、みつつ…やっつ、ここのつ」の九歳までにしっかりと『しつけの三原則』を教えれば、他のしつけは自然とできるようになるといいます。

＜しつけの三原則＞

・『はい』と返事をする ・「挨拶をする」 ・「靴を揃える」

親に何か言われたら素直に「はい」と返事をし、朝起きたら必ず「お早うございます」、近所の人に会ったら「こんにちは」と挨拶する、家に入るときは靴をきちんと揃えてから上がるように教えることです。至って簡単で当たり前のことのようにですが、この「当たり前」が難しいのが今の世の中です。しかし、やって当たり前の習慣のようになるまで、私たち大人が根気強く教えていくことが、やがて子どもたちの自立に繋がっていくと信じています。高校生になったからいいのではなく、高校生になったらもっとしっかりやれなければいけません！！

地区選抜大会で金子、原木が大活躍、七地区選抜の優勝に貢献する！！

毎年この時期に「U16 東京都地区選抜研修大会」が三日間行われています。東高は七地区に所属していて、大成、三鷹、日野台という強豪チームを軸に選抜メンバーを編成しています。選抜チームでは、いつもとは違う環境、指導者、チームメイトの中で自分をアピールしながら、謙虚さであったり真摯な姿勢が求められます。今年は、東高から**金子、原木**の二名が選出され、この研修大会で金子は三試合スタメン出場で**2アシスト**、原木は**3ゴール**と七地区の優勝に貢献しました。この貴重な経験を通して二人が成長した部分を東高サッカー部に還元するとともに、決して驕ることなくチームを引っ張っていける存在になって欲しいと思います。



土浦市長杯サッカー大会に参戦！！

先日、土浦市体育協会サッカー部から、「**第25回土浦市長杯サッカー大会（3月7, 8日）**」に招待を受けました。これは、参加予定であった福島県のチームが急遽参加できなくなり、昨年度末に行われた川崎カップで対戦したチームからの評価が高く、評判も良かったということで東高が招待され、参戦することになりました。他チームから評価を受けるということは嬉しい限りです。また、他県チームとのゲームは貴重な経験となります。冬のTR成果を試す絶好のチャンスだと思います。さて、今大会はゲーム数が限られているので残念ながら全員での参加は難しく、エントリーできる二十数名での参加になります。ご承知おき下さい。詳細はメンバーが決まり次第別途プリントにてご連絡いたします。

<After the Game>

昨年は二月に南岸低気圧の影響で東京にも二回大雪が降りました。二月中はグラウンドでボールを蹴れずに困ったのが昨日のこのようです。甲府、前橋は一晩で1mも降り積もり大パニックでした。東京の場合、5cmの積雪で大雪というそうです。雪国の方から見れば笑い話ですが…。今年は雪の影響をあまり受けることもなく、ここまで順調にTR&TRMを行うことができます。アウトドアスポーツは天候が大きく左右するので、この時期の太陽の光は感謝感謝ですね。

さて、来週月曜日から金曜日まで「**寒稽古第二弾！！**」が始まります。前回の寒稽古は、ほぼ全員が五日間出席しました。今回は…??でも、子どもたちはやれそうですね！

朝練は何のためにあるのか？自分で早く寝て、早く起きることで、自分の目標を確認することです。サッカーに懸けていることを自分に証明することでもあります。他人に言われてしかできないことは、絶対に身に付かない！他人に起こされる朝は自分の朝ではない！かったると思った瞬間に挑戦は終了だ！

是非、子どもたちの強い意志に任せてください。ご協力お願いいたします！