

平成28年7月31日

# 風は東から

To be continued...  
to be continued...

選手権に向けてラストスパート!!  
限られた時間で 何ができるか?

今年も「走って 走って 走った」“鬼”の菅平合宿が無事に終了 !!

選手権予選までの二週間でチームのバージョンアップを図る !!

7月21日～25日（四泊五日）、今年も長野県上田市菅平高原にて、サッカー部の夏季合宿が行われました。菅平高原は、日中の日差しは強いものの、朝晩は大変涼しく、合宿には最高の環境です。標高は高く、空気が薄いので、到着後のTRでは、W-UPで既に息苦しさを感じているものもありました。菅平には、ご存知のように**ダボスの丘**（標高1300～1500mで冬はスキー場のゲレンデです）と呼ばれるところがあり、心肺機能を鍛えるには最適な場所で、嘗てはラグビーの聖地でしたが、今ではサッカー部に限らず多くのクラブが厳しい走り込みに訪れる、まさに高地トレーニングのメッカです。夏合宿の風物詩であり、子どもたちが成長するための登竜門となっています。菅平で合宿をしている運動部員にとって、**ダボス**なしで夏のTRは語れません!!

東高サッカー部は、この名所である「**ダボスの丘**」に今年も二回登り、チーム全員76名が同じメニューを無事に走りきりました。**ダボスの丘**に登ってくると、毎年顔を合わせるチームがあり、あるサッカー強豪校は、ボールを持ってこないでひたすらダボスを走る「**走り合宿**」や、日帰りここに「**走りのみ**」で来ているチームもありました。他校の頑張る姿を見て、子どもたちも自分たちより上の存在に気付くこともあります。東高サッカー部も、自分が赴任してから三年間この聖地**ダボス**で強豪校同様当たり前のよう厳しく追い込むことで、子どもたちはフィジカル面だけではなくメンタル面も鍛えられ、年々逞しく成長してきたと思っています。走る量は変わりませんが、上級生に至っては、走りの質（中身）に大きな変化が見られました。特に三年生は最後の合宿であり、最後までやりきるといふ強い意志が働いたこともあると思います。これも子どもたちの成長を実感できた部分です。一年生は先が見えない苦しい合宿ではありましたが、それでも最後まで走りきれたことは大きな自信に繋がると思います。**ダボス**での厳しいトレーニング後の子どもたちの写真を見れば一目瞭然ですね!



## 今年も、東高サッカー部の生命線である、スタッフの充実度は抜群 !!

東高サッカー部には、本校教員三名以外に、日頃から五名の外部指導員（スタッフ）にプラスタイムリーでサッカー部のサポートをしてくれるコーチがいます。このスタッフの数は、サッカー強豪校にも勝るものであり、各コーチの経験値も高く、**充実度は抜群**で、東高サッカー部の**生命線**となっています。彼らの存在なしでは、東高サッカー部の現在はありません。もちろん、現在の指導体制は、サッカー部保護者会のバックアップなしでは成り立ちませんので、スタッフ一同感謝しています!!

各スタッフは、日頃全て本業を持ち、日替わりで東高の指導に訪れています。スタッフ陣が、一堂に会することはなかなかありませんが、現在の東高サッカー部の指導理念や方針、子どもたちの様子(けがの状況や学校生活)については、私とのコンタクトやコミュニケーションの中で、コンセンサスは取れています。グラウンドの中でだけでなく、グラウンド外での子どもたちの様子も知って頂いて、指導に当たって欲しいと思っています。スタッフも指導経験豊富な方ばかりなので、こちらの要望も理解した上で子どもたちの指導に当たっています。

毎年の合宿に於いても、本業があるにも関わらず（ご家庭や指導チームのある方も含め）、東高サッカー部の子どもたちのために時間調整をして、今年も多くのスタッフが、菅平に駆けつけてくれました。また、現在、GKコーチが不在ですが、急遽、親友の足立学園の遠藤先生にお願いして、当チームの**山井GKコーチ**を派遣して頂きました。心から感謝しております。

子どもたちにとっては、グラウンド上で指導を受けサッカーが上達することが第一目的であり、その結果選手権のメンバーに入り、勝利することが目標となります。毎度のことですが、私は、結果を出すことももちろん大切だとは思っていますが、思春期のこの時期に、多くの大人との関わり合いを通して、子どもたちが成長していく上で必要なアドバイスやヒントを得られることの方が、実は大切ではないかと感じています。夜のミーティングでスタッフが子どもたちに語ってくれた貴重な話の数々は、きっと子どもたちの心に響き、心身ともに成長して東京に帰ってくれたらいいと願っています。まさに、「**菅平マジック!!**」ですね。

合宿慣れしている上級生は、先輩としての立居振る舞いを見ているとこの二年間の成長が伺われ頼もしく思えました。何事も経験は大きいですね。さて、先の見えない合宿の中、一年生はどうでしょうか？合宿後の子どもたちは、少しは遅しく成長したでしょうか？日焼けした顔だけではなく、何か変化があれば幸いです。

## <After the Game>

菅平合宿も無事に終了し、東京に帰って来ました。今年の菅平は近年になく涼しかったので、肉体的には追い込めましたが、暑さの中で**TR**ができなかったことで精神的なタフさについては個々のレベルで若干差が出てしまったように思えます。それにしても、合宿中の三年生の走る姿を見ていて、この三年間の子どもたちの成長をスタッフ一同、そして本人たちも感じていると思います。「**高校サッカー界のスタンダード**」を目指して取り組んできて三年目。やっと、その領域に足を踏み入れることができたと確信しています。もちろん、これに甘んじることなくさらに上を目指していきます。

いよいよ七月も終わり、明日から八月です。本格的な夏の暑さの中、選手権予選まで二週間余りとなりました。ここから、**選手権に向けて第二弾!!**の遠征が続き、選手選考の最終段階に突入していきます。限られた時間の中で、チームを仕上げ、個人として何ができるかを考えさせ、選手権に向けての準備に充てたいと思っています。バックアップ宜しく願いいたします!!