

こんにちは。僕がアデレードに来てから 2 か月が経過しました。おそらく白鷗生は新学期が始まりクラス替えもあり楽しく過ごしているのではないのでしょうか。僕がいた 16 期生は、6 年となり最高学年として受験生としてとても大変な 1 年が始まったと思います。3 月僕はとても充実した生活を送ることができました。その一つに多くの assignment と test があったことです。テストは数学と生物のテストがあり、内容はわかるものの英語での出題で英語での回答であるため、大変でした。また、assignment については PPT や word を作成する形のものでした。特に大変であったのが soccer の授業の assignment です。授業を選択したときはただサッカーをするだけだと思ったのですが、実際は練習内容を一つ一つ分析したり練習内容を考えて coach として小学生相手に指導したりなど日本ではここまで細かくサッカーについて振り返ったりなどしたことがなかったので興味深い経験でありつつも、とても大変でした。(写真 1)はその課題の PPT のスライドの 1 つです。このスライドのような感じのものを 10 枚以上作成しました。ただ、Test も Assignment もテスト勉強をしっかり行い、課題も時間とてもかかりながらもしっかり行ったため満足のいく結果でした。

英語力について、着実に英語力は上がっている実感がします。この 3 か月弱で感じたのは、復習の大切さです。ほかの人が使っていた表現を自分のものにしていくことが大切だと感じたため、その表現等を自分の物として定着させるため復習をすることがとても大切だと感じました。

僕は、現在サッカーのクラブチームに所属しています。そのチームは、本当は 18 歳以上のチームなのですが特別に入れていただきました。英語力の向上もあり先月はできなかった具体的なコーチングが少しずつできるようになりチームメイトとも仲良いい関係を築くことができます。4 月からはシーズンが始まり、うれしいことにぼくは First team でプレーさせていただけるそうなので、チームを勝利に導くことができるように努力したいと思います。また、現在週 1 でバレーボールにも参加しています。日本にいたときにバレーボールをやりたいと思っていたのでとても楽しいです。またバレーボールについてもこれから試合が始まるということなので、楽しみつつ頑張ろうと思います。

ホームステイ生活の大きな変化として、今月諸事情でホームステイ先を変更しました。新しいホームステイファミリーもとても優しく楽しく過ごしています。また、4 月の半ばに term 1 が終了し 2 週間の school holiday が始まりました。また、このホリデーは学校がなく時間が結構あるため、勉強をしっかりするいい機会だと思います。日本の休みと違い課題はほぼないため、もちろん英語力を上げるための英語の勉強や、帰国後のために日本の数学も勉強しようと考えています。充実したホリデーを過ごせたらいいなと思います。

僕はオーストラリアに来てから 1 か月ほどでオーストラリアの生活に慣れたと思っていたのですが、特に最近、生活のルーティーンに慣れ友達もできある程度話せるようになり、留学が本当に楽しいと感じることができていると思います。あと自分に残された時間は、8 か月。悔いの残らないように努力し、充実した留学生活を楽しみたいと思います。

白鷗高校 16 期生 次世代リーダー育成道場 13 期生 T.T.



Soccer ground



Adelaide Botanic Garden



PRACTICAL SESSION #3 DRILL 3 -07/03/2025

This drill starts as a 5 vs 2 passing game. We use the attackers, and we try to keep the ball by passing quickly. Two players go in the middle as defenders. They try to win the ball. If we make 10 passes in a row, one more defender joins. Then it becomes 6 vs 3. If we make another 10 passes (20 total), one more defender joins. Then it becomes 7 vs 4. Our goal as attackers is to pass fast and move to keep the ball away from the defenders. We have to stay spread out and use short or long passes. I try to use one or two touches to keep the ball moving fast. Defenders have to look up and check where my teammates and the defenders are. This helps me make a smart pass. We talk to each other by saying things like "here", "there", or calling names. Communication helps us stay connected. If the defenders get the ball, they must pass to their teammates on the other side of the field. When that happens, two of us go to the middle and become defenders, and the other starts again on the other side. As defenders, we have to work together. One of us goes to press the ball, and the other one watches and closes the passing lane. We don't run randomly. We stay patient and wait for the right time to win the ball. When the ball changes hands, we must reset the drill. If we lose the ball, we try to win it back before they pass to the other side. If we win the ball, we pass fast to our teammates and change to attack. This drill helps me improve many things such as passing, movement, teamwork, decision-making, and quick thinking. It also helps us stay calm under pressure and play smarter in games. This is why this drill is very useful for real matches.

Self feedback: In this drill, I tried to pass the ball fast and move into space. Sometimes I did well, but sometimes my passes were not strong or not in the right place. I need to practice passing better. I also need to look around before I pass, so I can make a good choice. I forgot to keep my head up sometimes. I also need to talk more with my teammates. When I say "here" or "there", it helps the team play better. When we lost the ball, I was a little slow to change to defense. I want to be faster next time and try to win the ball back quickly. When I defended, I sometimes chased the ball alone. I need to defend together with my teammate and close the space better. This drill helped me learn how to keep the ball and how to defend as a team. Next time, I want to pass better, move more, talk more, and defend faster. I will try to do my best and keep improving.

Peer feedback: you should move more after receiving and returning passes to create different passing lines. (video of figure 1). Amir, Zaki (Year 12)

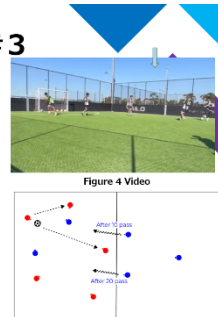


Figure 5 (TACTICAL info 2025)