

東京都立小平南高校 硬式野球部

小平南高校硬式野球部
監督 増子良太

〔部員集合写真(令和4年5月)〕



【活動報告新聞】

今回も小平南高校野球部のHPをご覧くださいありがとうございます。顧問の気力・体力・気持ちなどなど余裕があるときのみ発行される不定期の活動報告新聞になります。

第1号の今回は、8月10日に行いましたオンラインのメンタル講習会の様子です。ご興味のある方は是非最後までご覧ください！

○メンタル講習会(オンライン)実施!【8/10】

小平南高校野球部では、メンタル講習を部員向けに行っています。メンタル講習といっても、本番で力を発揮できるようにする一般的なメンタルトレーニングの内容ではありません。部員たちの球児としての成長だけでなく、人間的な成長も促すために行っているのです！講師は、顧問の増子が務めています（一応メンタルコーチの有資格者なので…）。これまでも数回行ってきましたが、Microsoft Teamsを使ったオンラインによる実施は部としては今回が初めてでした。休憩を挟みながらではありますが、4時間近くの内容…。部員たちは本当に良く顔晴りました☆



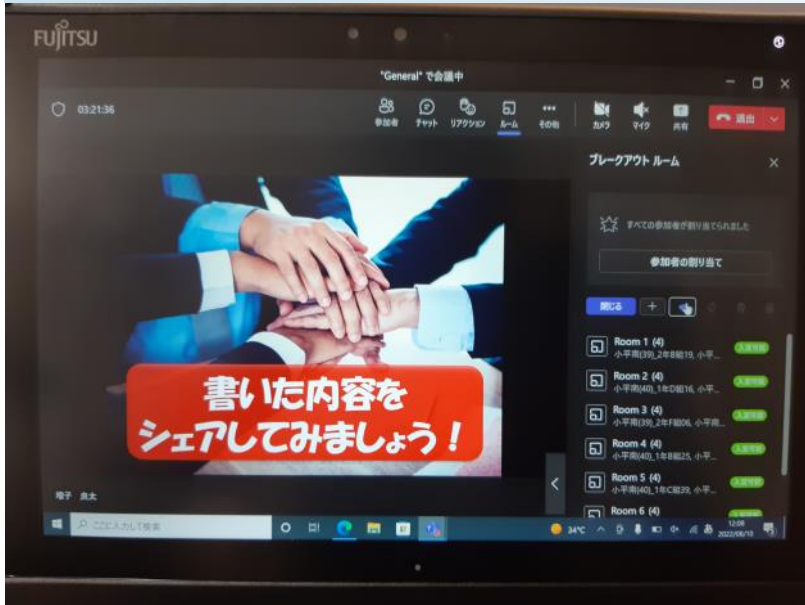
内容の詳細はヒ・ミ・ツですが、小平南高校野球部の、いや小平南高校生の弱点ともいえる内容について学んでもらいました！講習ではたくさんのワークで自分の状態に気づき、グループワーク（オンラインでもできるんです！）で発表する流れ。私も途中、各グループの発表中に乱入し（オンラインでもできるんです！）様子を見に行ったところ…予想以上に盛り上がり発表している姿も見られました☆

小平南高校野球部では、顧問の持っている資格を活用して、野球の練習以外にも部員たちの成長を促す取り組みを行い、全国制覇に向かっていきます！（次ページに講習の様子を載せました♪）

私たちと一緒に、小平南高校で野球をしませんか？部員一同みなさんを待っています！！

私たち小平南高校野球部は、一緒に戦ってくれる部員を募集中です

☆写真で振り返るオンライン講習☆



増子が作成したスライドの一部です。オンライン講習では、作成したスライドを見せながら部員たち学んでもらいました。そして、途中途中でワークを行い、そのワークの後にはこのようなスライドを出して、グループワークを実施しました。今回のグループワークでは、自分の記入したワークについて1人1分で話をしてもらいました！発表するだけでなく、それぞれの発表後には『いいね♪』係の人が音頭を取って、全員で『いいね〜』をポーズとともにやってもらいました(^^)b その写真は取り損ないましたので残念ながらありません…。次回撮ります！

それでは、肝心のグループワークの様子を下記にてご覧ください☆

《グループワークの様子》 ※載せているのは一部のグループです！



グループはランダムで機会が設定したので、基本的には学年ごちゃまぜになっていますが、なぜか1年生だけのグループも…この中の1組は1年生だけのグループです。雰囲気わかりますかね？

このグループワークは、グループメンバーの長所を言い合うというものでした。恥ずかしそうにしながら

も、自分の長所を褒められて笑顔で溢れていました！（そう見えない写真もありますが、それは写真を撮る側のタイミングが悪かっただけです）『自分のことをこんなに見ているのか』と承認感も満たされたようでした☆

小平南高校野球部ではこのようなことも行い、部員たちの成長を促しながら、組織作りも行っているのです♪



小平南高校野球部の一員になり、私たちと一緒に自分の可能性を広げてみませんか？