

大島海洋国際高校 硬式野球部

大島海洋国際高校野球部
顧問 増子良太



○ 令和元年度 活動報告新聞(第5号)

新入生のみなさんへ

本校野球部は、大きな目標を掲げているチームです。この夢のような目標を馬鹿にする人たちがいますが、私はそうしたものを掲げている部員たちを誇りに思っています！なぜなら、大きな目標を実現した人たちは、周囲から「そんなの無理でしょ！」と馬鹿にされたり、呆れられたりした人たちだからです。つまり、馬鹿にしてくる人がいるということは、海国野球部の選手たちも大きな目標を実現する可能性のある人たちの仲間入りをしているということです！海国野球部で、部活だけでなく社会でも、夢の実現に向けて本気になれる人に成長してみませんか？絶対なれます！人は変わる！！待っています♪

1、オンライン講習(5/9)

この日の講習は、朝1回だけおこないました。そして、新入生が再び参加してくれたので、上級生たちにとっては大変刺激になってようでした！この日の内容は、体幹トレーニング！前日と同じように、メニューや説明、秒数などは選手たちで決めてもらいました。zoomの機能を使い、この日もブレイクアウトセッションの機能を使い、選手たちだけオンライン上の別のミーティングルームに入ってもらいました。私はたまに顔を出す程度で、そのときに撮ったのが下の写真になります！それでは詳細ご覧ください！

【5/9 朝のオンライン講習の様子】



←この日は新入生が参加してくれたことで、上級生たちにとっては、トレーニングの説明が他者にわかりやすく伝えられるか、について前日の反省を生かして実践できる良い機会になりました！覗いたとき、案の定「ここ」「そこ」「このへん」など抽象的な言葉を連発！！新入生は首を傾げていました…。そりゃわからないよな(〜; ただ一生懸命実践してくれたことに感謝♪そして、上級生たちにこのような機会を与えてくれたことにも感謝♪♪ただ、雰囲気は本当に良かった！ここ最近の選手たちの取り組みで思うことは、やらされている感がない！オンライン上ですが、盛り上がりそう！野球部に興味のある新入生は、是非この良い雰囲気を体感しに来てください！

この日は朝の講習のみで終わったものの、選手たちは新型コロナへの対策を十分におこなった上でスキルアップの自主練習に取り組んでくれていました！そして、私に動画を送り、「アドバイスください！」と連絡をくれました！特に強制したわけではないですが、「動画送ってくればいつでも見るよ～」の私の言葉が相当プレッシャーになったみたいですね(笑) 4/29に1人反応がありましたが、今回は3人が反応♪



送ってくれたものに関しては、こちらは線を書き込むなどしてアドバイスを出しています！海国野球部の選手は、こうした状況下でも自分たちで成長していける人に成長してきました☆私は、今後のさらなる成長に期待しています♪

2. オンライン講習(5/10)

この日も朝1回の講習のみとしました。前日同様に体幹トレーニングを、自分たちでメニューなどを決めてやってもらいました！前日に来てくれた新入生は、継続的に参加！入部の意思を固めてくれました！！感謝です♪高校野球は敷居が高いと世間的に思われていることに加えて、本校は都内唯一の海洋系の学校であることも相まって、高校で野球をやってくれる人が少ない現状…。その中で、入部を決意してくれた新入生には感謝しかありません！

他の野球経験者、マネージャーをしてみたい新入生たちへ…私がわかってほしいのは、海国の野球部は世間で思われているような高校の野球部の雰囲気とは絶対に違う。だからと言ってただお遊びでやっているわけではない。目標と目的の達成に向かって、本気で向かっているのは間違いない。ただ、入部当初、今の部員たちだって全然本気じゃなかった。ましてや、最初から海国野球部に入ろうと思っていた人なんてほぼいない。でも、そんな人たちが変わる！全然頑張れなかった人が、目標や目的の達成に向けて、正しいこと辛いことを楽しくできるように！自分の成長が楽しくなる！自分に自信が持てるようになる！このように、部活で目標・目的の達成を本気で目指せるようになり野球選手としてのレベルが上がるだけでなく、人生における目標・目的を達成をも本気で目指せるようにもなれ人間としても成長できる！それが海国の野球部です。一度で良いからオンライン体験入部に来て、肌で海国野球部を体感してほしいです！

と、話が脱線してしまいましたが、この日の講習の様子を是非ご覧ください！

【5/10 朝のオンライン講習の様子①】



【5/10 朝のオンライン講習の様子②】



←この日昨日と同じような形態でおこないました！上級生にとっては、昨日の反省を生かすチャンス！！私からも上級生たちをあおってみました(笑) 気合いを入れて臨んだ結果は…もちろん昨日からの成長を感じました！日々成長し素晴らしい☆これからも場数を踏んで、こちらがミーティングを主催しなくても自分たちでトレーニング等を効果的に進めていけるように、成長を促していきます！

↑この写真は、いつも講習の前後におこなう、イメージトレーニング用音源の選択画面です。写真の右側に選手たちを写した画面がありますが、みんなリラックスモード♪この日は、講習の最後に目標達成のイメージトレーニングをおこないました！これによって、選手たちの潜在意識の中に目標を達成した自分の姿を蓄積させ、目標に向かって進んでいけるようなメンタルの状態を作りました！SBTの理論に基づいて、こうした他ではあまりみられない特殊な取り組みをしています☆



今後もHPを更新していきます！定期的にご覧いただければ幸いです。
今後も海洋国際高校野球部の応援よろしくお祈いします！