



きせき

秋草学園高等学校 卓球部通信

令和5年11月7日

第489号



自分の卓球を考える

———全国選抜を目指して———

中間テストが終わってから、たくさんの学校と練習試合を行わせていただきました。実際に相手側に行かせてもらって試合をすることや、来ていただいて試合をすることで、いつもと違った緊張感や雰囲気です。試合をすることができます。いつも練習試合を行ってくださる学校の皆さんには感謝しかありません。さてここ最近考えるのは、選手たちは自分の特徴を自分で分かっているのかということです。自分の卓球が



わかっている人は強いと指導者側は考えています。自分がどうやって試合に勝っていくのか。それを考えて練習することで力がついてきます。特に練習試合は、自分が勝つ手段を考える絶好の機会です。自分はどの戦ったら勝つことができるのか。考え続けることが大切です。そんな大切な練習試合ですから、生徒たちにも1回の練習試合、その中の1試合、1球を大切に試合してもらいたいです。いよいよ選抜予選が迫ってきました。ここまでの頑張りを自信にして、精一杯戦います。

黙々とサーブ練習に励む三徳選手

今後の予定

- 11月11日(土) 12校リーグ1日目 上尾
- 12日(日) " 2日目 上尾
- 11月18日(土) 東京選手権ダブルス予選 上尾
- 19日(日) 高校来校
- 25日(土) 大学遠征
- 26日(日) 狭山杯 狭山市民体育館

練習開始が早い!

ここ最近、練習の開始時間が早いです。開始の前に余裕をもって準備が終わり、開始がぎりぎりになることがありません。今何をすべきなのか。自分は今日何を練習しようか。一人ひとりが考えているのも伝わってきます。こういった良き習慣は、常に継続していってほしいものです。