

コツコツは勝つコツ

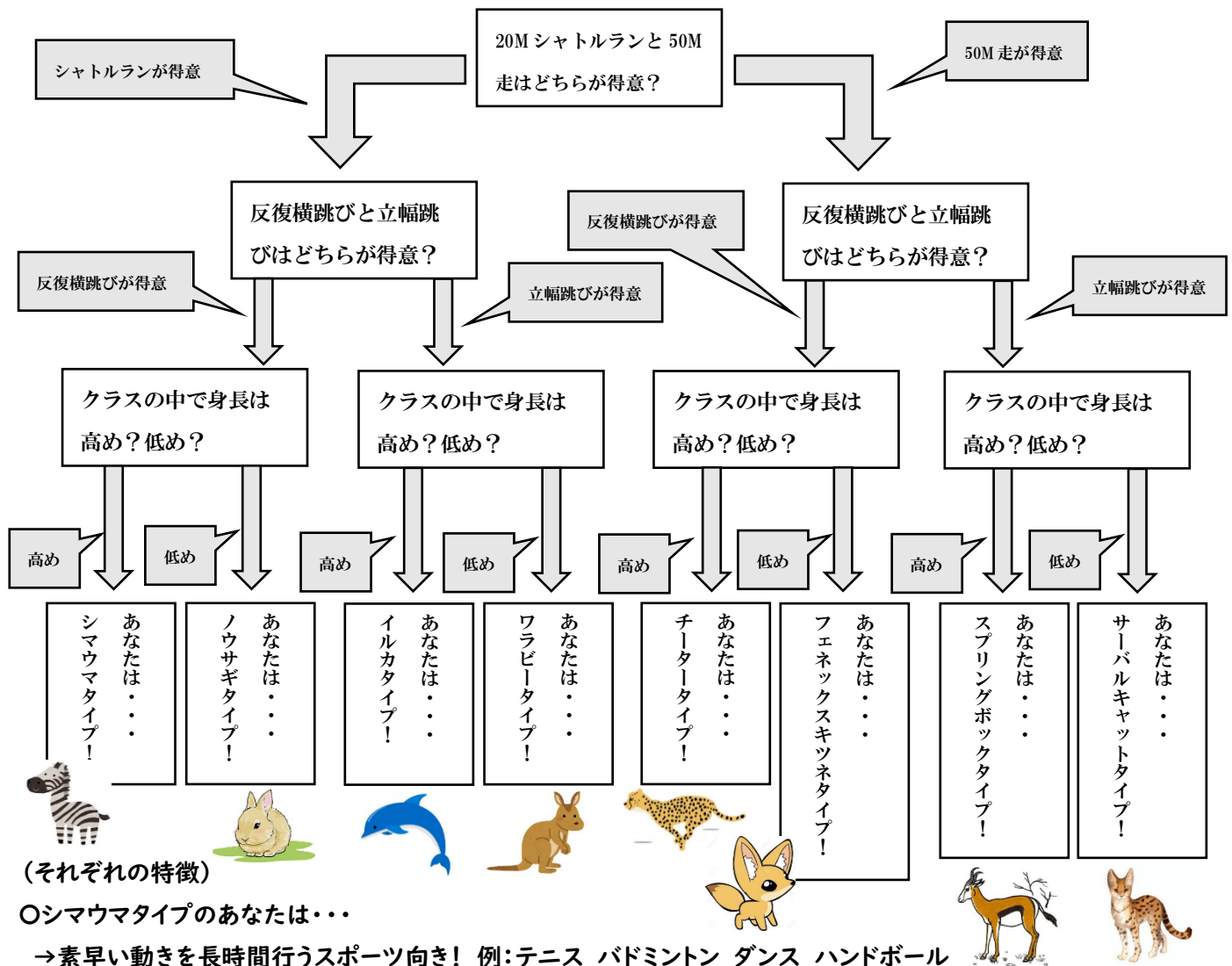
No, 2

令和3年5月21日(金)

発行者：神村 逸志

体力テストあなたは何タイプ!?

今日まで行われた体力テスト。そろそろ結果も出てきたころなので、ここで体力テストから分かる動物診断を紹介しましょう!「このタイプはこのスポーツに向いている」というようなアドバイスもあるので是非保護者の方もやってみてください♪



○チータータイプのあなたは・・・

→サッと素早く動くスポーツ向き！ 例：バスケットボール ラグビー バレーボール ホッケー

○フェネックギツネタイプのあなたは・・・

→サッと素早く動くスポーツ向き！ 例：卓球 野球 ソフトボール 柔道 スノーボード

○スプリングボックタイプのあなたは・・・

→一瞬でパワーを出すスポーツ向き！ 例：陸上（短距離やジャンプ種目） 空手
自転車競技

○サーバルキャットタイプのあなたは・・・

→一瞬でパワーを出すスポーツ向き！ 例：体操 フェンシング ゴルフ



この結果はあくまで参考です！「もっと運動が得意になりたい！」「運動のコツが知りたい！」という人がいましたら、是非右に掲載している本を読んでみてください♪図書館で貸し出しできます!!!

☆小出義雄監督の名言 ～指導者（親）として大事なこと～

皆さんは小出義雄監督という方をご存知でしょうか？小出監督は幾多の本を出版しています。その中で、高橋尚子さんへの指導が驚きだったので一部紹介したいと思います。

（小出監督が高橋尚子さんの走りを初めて見た時に出た名言・考え）

当時から高橋さんの走るフォームは腕の振りが横でした。そんな選手のフォームを見たらどんなアドバイスをしますか？ほとんどの方は「腕は縦に振ろう」「肘は 90 度に曲げよう」なんて言葉をかけると思います。これは基本的なことで、いわばマニュアル通りなのです。しかし小出監督は違いました。小出監督は「そのフォーム良いね～このままで行こう」と言い、一切高橋さんのフォームを直すことはなかったそうです。そのフォームで走れたおかげで記録もどんどん上がり、2000 年のシドニーオリンピックで金メダルを獲得しました。

その時の小出監督の考えが・・・

『常識的なやり方では常識的な結果しか出せない』という言葉です。

この言葉を聞いたときに、全てマニュアル通りではなく、その人に合った指導をしていくことの大切さを学びました。みんな違ってみんな良い！
これは子育てでも言える話ですよ？ 頑張りましょう!!



次回予告

次回の体育通信は～

水泳学習についてのお知らせと、ゴールデンエイジについてのお話を掲載します！

お楽しみに～♪

最後に・・・

今年度からスタートした体育通信。先日第一号を配布した後から、保護者の皆様から温かいお言葉をいただいております。これからも、子供のためや親としてヒントになる情報などを発信していきますので、今後ともどうぞよろしくお願いいたします！