

好学尚武

市立浦和高等学校野球部通信
発行者 鈴木 諭

発行日 R3. 9. 14
発行ナンバー 870号
(松本主将の代・・・18号)

組織の力を上げる

組織の力とは、
= 個人の力 × 人と人、つながりの力

次の大会まで期間があることもあり、ミーティングを行いました。テーマの1つは「組織の力を向上させるには・・・」というものでした。

私のノートによると(すいません・・・どこで学んだかが分かりません)上記の通り、組織の力とは、「個人の力」と「人と人、つながりの力」の積であると書かれています。この式のポイントは、この2つが同格であること、また積、すなわち掛け算であること、だそうです。

よって(来春、今秋と違う戦いを展開するには)個人の力を向上させることが絶対に必要、そして(同格の)「つながりの力」についても考えよう・・・と。指導者と選手、上級生と下級生、同級生同士・・・このコミュニケーション、こういう点を向上させる必要があるということ・・・ミーティングでは言いませんでしたが、その「つながりの力」を向上させる1つは、指導者が「本気であること」と書かれていました(私自身も自分自身に問わなければならないということ)。

この2つが同格でその積、つまり掛け算であるということは、どちらも向上させれば組織の力が飛躍的に向上する可能性があるということなのだと思います。

令和4年度、今年度と違う戦いを展開するために始動しました。ご期待下さい。

個の力を知る

父母会の協力(費用面)を得て、アスリートテストを受けることになりました。

- 形態測定・・・3種目
体重・体脂肪率・手首まわり
- 柔軟性・・・4種目
長座体前屈・肩関節可動域
股関節可動域・大腿直筋
- 最大筋力・・・8種目
ベンチプレス・アッパーバック
レッグエクステンション・レッグカール
ショルダープレス・スクワット
握力・背筋力
- 運動能力・・・5種目
腹筋・30m走・メディシンボール投げ
立ち3段・スイングスピード
- スピード&パワー・・・2種目
スピード回転数・パワー回転数

オフシーズンのスタート時(今)と終了時(約半年後)に計測ができれば・・・と考えています。個々の能力が数値化されることはとても良いことです。(せっかく測定するのですから)2度目の測定時に「伸び」を実感できるよう取り組んで欲しいと思います。頑張ってください!

芸術の秋

芸術の秋・・・私も(大会を終えたので)読書を始めました(読み終えたら感想を・・・)。野球以外の生活面も充実させるようにして下さい。