



オレ・オラスタジアム

発行：FC ムサシ
http://ole-musashi.com/
パス：musashi
2016 9月号



スポーツの魅力がたっぷり！
リオオリンピック開幕！

地球の反対側、ブラジルのリオで開催された今回のオリンピック。サッカー日本代表は残念ながら予選敗退となってしまいましたが、その他の競技で日本代表選手の活躍は目を見張るものがありました。女子バドミントン、競泳、レスリング、卓球、柔道を筆頭にメダルを量産し、41個のメダル獲得。夏のオリンピックでは史上最多のメダル獲得数となりました。

様々な競技を見ている中で印象に残ったのは、“選手たちの若さ”でした。今回のオリンピックでは十代から二十代前半の選手が世界の選手達にチャレンジをするだけでなく、しっかりと力を発揮して結果を残し、東京オリンピックに向けて大きく期待を膨らませてくれました。なぜ若くして世界で戦える力を得たのかを考えてみると、やはりそこには小さい頃からの練習の積み重ねや、両親の教育が大きく影響している様子を見受けました。スポーツに限ったことではありませんが、力をつけるためには練習、努力が不可欠です。ムサシの子供たちもコーチ達と練習する日だけでなく、朝早く起きて自主練習している子の話を耳にすることもあります。そうした努力を積み重ねていくことで自分に力がついてきてどんどんできることも増えていく。できること、できるプレーが増えればその分だけサッカーが楽しくなっていきます。ぜひオリンピックで活躍した選手をお手本にこれからも頑張っていってほしいと思います。

卓球女子の伊藤美誠選手は15歳。ムサシの小学校5、6年生は東京オリンピックにチャンスがあるかも…。いつか世界で活躍するムサシOBが出ることを期待しています。

また、団体で勝ち取ったメダルも印象的でした。男子体操をはじめ女子卓球やシンクロナイズドスイミング、そして陸上の400mリレー。チームメイトを信じ、支えあい励ましあって、普段の力を出し切る以上の力となってメダルを勝ち取る姿は、団体だからこそ！“チームの力”の大きさ、素晴らしさを感じました。

みんなも自分なりの金メダルを目指していきましょう！！

サッカー=ブラジル代表！ 金メダルおめでとう！！

ムサシTOTOに応募ありがとうございました！
応募総数 150名、金メダル予想1位はブラジルで57人、次いでドイツの25人でした。予想1位2位での決勝戦となり、みんなの予想的中率の高さには驚きました！
ブラジルの金を予想した57人の中から抽選で10名にプレゼントを用意しました。練習会場でお渡ししますのでお楽しみに。



サッカー 2016 Sugadaira キャンプ



ムサシの夏といえばサッカーキャンプ！今年も7月に長野県菅平でサッカーキャンプを行いました。大自然に囲まれ青々とした芝生のコートで思い切りサッカーし、宿舎ではミーティング、バーベキュー、お楽しみ会、など仲間と一緒に3日間を過ごしました。
キャンプを通して目立っていたのは、子供たちの自主性とチームワークです。サッカーの時だけでなく、食事や部屋の片付けなど宿舎でのちょっとしたことにも現れていました。
3日間集中してサッカーと向かい合い、また仲間との共同生活を通して、それぞれが何かをつかんで成長したと感じています。
通常の練習に戻った今、プレーや何気ない行動、言葉に変化が表れています。キャンプのフィードバックトレーニングも取り入れ、キャンプに参加した子にミーティングの内容を話してもらったり、実際にプレーのデモをやらしてもらったりしながら、キャンプ中に行った練習を復習し、参加しなかった子どもたちとキャンプの練習を共有できるようにしています。
キャンプでつかんだことを活かし、行けなかった子たちも巻き込んで、一緒に、良い練習をしていきましょう。
10月には、年中～2年生対象の日帰りにここにキャンプがあります。お兄さん達に負けずに、チャレンジしながら1日楽しみましょう！

2日目 7/17 今日、サッカーキャンプの二日目の大会があった。じゅんゆうしょうでたたくやめ、自分の力を出したので自分にとっての勝利といふのを、せいで来たと思う

松島監督 4年生キャンプ日記より



ぼくは今年最後のサッカーキャンプでした。仲間と仲良くできるか、心酒己たっただけでバスの中やバーベキューでたくさん言話することができたので良かったです。対外試合ではぼくのチームは惜しくも得点数で負けてしまいとても悔しかったです。もっとユーチューブをすれば良かったと思います。たくさん練習してもっとうまくなりたいです。

松島監督 6年生キャンプ日記より



→HPでもサッカーキャンプの様子をご覧ください

テコンドー 期待のジュニア選手 宮崎未央選手



みんなはテコンドーという競技を知っていますか？テコンドーは韓国で生まれた格闘技。オリンピックの正式種目なの。リオオリンピック中継で見た人もいます。
ムサシの地元、都筑区の荏田南中学校にテコンドーの選手として活躍する中学生がいます。名前は宮崎未央さん。中学1年生だった昨年、全日本ジュニアテコンドー選手権大会に初出場して初優勝。その後、着実に力をつけ8月7日に開催された今年のジュニア大会でも準優勝しました。今年9月にイタリアで行われる世界ジュニアテコンドー選手権大会への出場が決まっています。
実はこの選手、ムサシでコーチをしていた宮崎尚雄さんのお嬢さん。ムサシが創立してまだ間もない頃、大学生だった宮崎さんは、選手コースのコーチとして子供たちの指導にあたっていました。優しく厳しくサッカーを指導するだけでなく、指導のかたわら、みんなを集めて勉強の時間も作ってくれました。子供たちから信頼されるコーチだった宮崎さん、この頃のムサシの教え子たちとは、今も交流があるそうです。
昨年の大会当日の朝、未央選手は「パパ、私今日、日本チャンピオンになるからね」と伝えたそう。
4年後の東京オリンピックで宮崎選手が活躍する姿が見られるかもしれませんね。

★お願い★ 住所が変わった方は、事務所までご連絡ください。

2学期スタート！ ムサシの約束を確認！

まだしばらく暑い日が続きます。季節の変わり目は体調を崩しやすいので、体調管理に気をつけましょう。練習の後や外から帰った時は手洗い、うがいを忘れずに。調子が悪い場合は、無理をせずに休むなど、家庭での体調管理をお願いします。

- 水分の取り方を工夫しよう。
汗をかくと水分と一緒に塩分も失われてしまいます。スポーツドリンクなどで水分と同時に塩分も補給し、熱中症を予防しよう。
- 着がえを忘れずに。
- 持ち物には名前を書こう。
- ボールは袋やバッグに入れて持ち歩こう。
- 自転車には必ず鍵をつけよう。
- 3ヶ月スケジュール記載の注意事項を再度確認しよう。

9～10月タイムトライアル
1年に1度のタイム計測の日！小学生は9月、幼児は10月に行うので、自分の目標を設定して準備しよう！

秋のイベント
10月 ここにキャンプ！
年中、年長、1年生、2年生のみんな！今度はみんなの番！仲間と一緒に出かけよう！広いグラウンドでサッカーしよう！
申込受付は9月中旬。詳しくは配布中のチラシをご覧ください。

10月下旬 ハロウィン！
今年もハロウィントレーニングを行うよ！
仮装も大歓迎！もちろん、お菓子もありますよ。