



三 和 鎌 田

サッカー部通信

Estrela Express

エストレラ エクスプレス

第20号

令和元年6月7日

5月の試合等の結果

● 3日 U12 若葉杯 至 鎌田小学校

第3位 優秀選手～平林選手

×三和鎌田0-4真美ヶ丘

○三和鎌田1-0志都美旭ヶ丘

×三和鎌田0-2葛城當麻

○三和鎌田2-1五位堂

中々思いどおりに進まない試合展開が多かったですが、チームで戦うことを意識して3位となりました。(辻平)



● 3日 U10 若葉杯 至 真美ヶ丘小学校

優勝 優秀選手～岡本選手

○三和鎌田6-0真美ヶ丘

△三和鎌田2-2吉野

○三和鎌田2-0志都美旭ヶ丘

○三和鎌田8-0王寺

みんなで話し合っただけで決めた約束事に向かって、一試合ずつ大切に戦うことが出来ました。4試合で18点の得点力も素晴らしかったです。3試合を無失点に抑えたのは成長の証です。(井口)



● 4日 U10 チャレンジカップ

至 三和小学校

準優勝 優秀選手～阿部選手

×三和鎌田0-3玉手

○三和鎌田1-0志都美旭ヶ丘

○三和鎌田4-0千早赤阪

○三和鎌田7-0アニージョ





暑さに体がなれない中、全員が一生懸命にボールを追いかける事で準優勝できました。
(山下)

● 18日 U9 吉野交流戦
至 吉野総合グラウンド

- 三和鎌田2-1吉野
- ×三和鎌田3-4平群
- ×三和鎌田1-2F桜井
- 三和鎌田8-3八木



- 5,12,19日 U12NFA 前期リーグ(第1,2,3節)
至 平畑運動公園グラウンド
- ×三和鎌田0-1エスコリーニャ奈良
- ×三和鎌田0-4サウスキッズ
- ×三和鎌田0-2奈良東和
- △三和鎌田1-1志都美旭ヶ丘
- ×三和鎌田0-1葛城當麻
- 三和鎌田1-0吉野

歩み Vo18 ~ 柔軟性 ~

全日本の元監督のオシム氏は日本サッカーに含蓄のある言葉を残しています。その一つに「ライオンに追われているウサギは脚がつかない。」というものがあります。ウサギとライオンでは勝負になりそうにありませんが、オシム氏は選手をウサギに例えサッカーでは走り負けてはいけないことを訴えました。

早く走るには、地面を力強く蹴る筋力が必要ですが、子どもは、まだ十分な筋力が備わっていません。そのかわり、子どもは、成長の過程で、転んでも大きな怪我をしないため、柔軟な関節を持っています。

しかし、最近は柔軟性がやや足りない子を見かけるようになりました。そこで、サッカー部では、怪我をしない体づくりのために柔軟体操を取り入れています。柔軟性は一長一短に出来あがるものではありませんが、コツコツ続ければ誰でも身に付きます。私は、成長期の子どもに一番たいせつなことは怪我をしない体づくりだと考えています。また、柔軟性は中学生となって本格的にスポーツに取り組む時に大きな力となります。練習での機会はそれほどありませんので、お風呂上りの5分間など、家庭での習慣づけを是非ともお願いします。

オシムの言葉にはもう一つ、例えウサギでも、十分な準備をして試合に臨めば、ライオンに打ち勝つことが出来るという日本への強いメッセージも込められています。