

# ユアークグループ 選手コース活動報告

3月～5月は**春の強化期間**として「**自主性**」の向上を目指しました!!!また「**自主性からの潜在能力発揮!!!**」に向けて高い意識を継続しました!!!成果として、一人一人の意識が上がっていることが挨拶・返事の表情から見てわかります!!!さらには、**相手の顔を見て話を聞く**ことを徹底した結果、**相手を思いやる気持ちや仲間を応援**することを積極的にできるようになりました!!!



練習後は**ミーティング**にて研修の反省や今後の抱負などを話し合いました!!それぞれが研修を通して感じたことを**大勢の前で発表**することで**自信**を持てることができました!!また自信を持つことでレースでの泳ぎも力強い泳ぎに変わりました!!  
埼玉の大会においても、中3男子選手がタイムに伸び悩んでおりましたが、自ら練習を頑張り始めたことで挨拶や返事、発言も変わりはじめ、**200mバタフライ**にて半年で**5.5秒もタイムを更新**しました!!  
そして**夏季JO**まであと**1.0秒**と一気に近づきました!!  
また水泳だけではなく家でもすすんで手伝いをするなど、中3として様々な面で成長を感じる発展的な例もあります!!

**目標タイム突破!!!**

**やるぞー!!ウオオオー!!**



高校生は小学生に泳ぎを教えることで**上級生としての自覚**が高まりました!!  
小学生も高校生・中学生の泳ぎをお手本にし、**正しいフォーム**を意識しました!!

春の強化練習での**頑張り**が**ベスト率**に繋がりました!!

**6月の大会はベスト更新連発!!!**

**第2回千葉県ジュニア**

⇒ **72名 / 80名 (90.0%)**

**千葉県ジュニアAB級大会**

⇒ **51名 / 58名 (87.9%)**

※詳しくは6月度選手活動報告にてお伝えします!!

いよいよ夏本番!!春強化期間での努力をしっかりと結果に繋げ、ひとりひとりの自己ベスト更新!!!  
全員が潜在能力を発揮できるようチーム一丸となって頑張り参ります!!!また、高校生・中学生・小学生、それぞれが目指す目標タイムをひとりでも多く突破できるよう精一杯やりきります!!!  
皆様のご声援宜しくお願い致します!!!



キャッチ動作や力を入れるポイントなど、**徹底的に意識**をしました!!

