

感想

最初の目標設定

修造・・・小さい頃から世界のトップへいきたいと考えていた

自分・・・日本トップへいきたいと考えていた。

なるほどなあ。

やはり、より大きな目標は小さな目標より強い。自分の目標が修造の目標としている長期的な目標のなかの中期的・短期的な目標として存在しているのならよくわかりますが、ただ単に長期的な目標に据えて物事を考えているから練習にも差が出てくるものだと思います。これがすべてだと思います。

*わかった・・・はい は仕組まれた構造、

私はわかったか。と聞いて。はいといわせて、何がわかったと聞く・・・それでまた話が続く本当にわかった。ところまでやっていました。

目標が世界ならば 選択能力、日常への還元、自己主張、状態管理、音楽の利用などすべて自分で考えてなぜ、それが必要かとか。なぜ、この運動が必要なのがわかる。またそういうことがわかっていなければ世界という言葉も出てこないでしょう。

競技人生プラス思考でいこう。

アップは独特な方法を使っていました。日本では考えられないアップの方法でした。それは、練習開始プール練習が始まりますが、高等種目、高難易率の種目から飛ぶというものでした。それも水に浸からないで10Mにあがっていき「後ろ宙返り3回半」から飛ぶというものでした。これはサザンクロス・サーキットにいてドイツの選手を見ていて思いついたものでした。集中力、など全神経を使っての1本。これは失敗しても度胸がつくし成功すれば成功したでえるものがある。さあ、そのアップですがその種目が飛べるだけの体を作る。それがアップですよ。いまだんたんとこういう方法も時にはいいものだというコーチが増えてきました。

私も澤田さんの報告書を拝見してえるものがありました。これはどこかで発表するものですか。どうもありがとうございました。またこういうのがありましたらお願いします。