

試合メモから練習へ

架空の記入例と空欄シート。チーム内の観察で、公式統計ではありません。

記録前に

質問と局面を一つ選び、分類を観察者と合意します。該当する機会と不明を定義します。選手の健康とコーチの責任を優先し、必要な情報だけを集めます。個人の順位や私的な医療情報は公開しません。

架空の記入例

質問：2本目を担当する選手は1本目を追いかけて触れるか。

試合前の分類：目標で楽な2本目、追いかけて2本目、つながる2本目なし。公式パス評価ではない。

観察機会12回。楽5回、追いかけて4回、つながる2本目なし3回。視界が遮られた別の1ラリーは不明で、12回には入れない。

練習：ウォームアップ後に4人組二つ。球出し、パサー、目標、観察で、動かす球は各組1個。5球で交代。

簡単な版：優しく予測できるトスとキャッチ。扱えるときだけ動きやサーブを加える。予備球を片付け必要なら休む。

次の確認：別の短い区間で同じ分類。サーブ、相手、定義の違いを記録する。少ない数字でドリルの因果効果を主張しない。

試合メモから練習へ

自分の空欄シート

日付／観察者／チームの状況： _____

質問一つ／観察する局面： _____

機会の定義／分類： _____

観察した機会数／各分類の数： _____

別にした不明： _____

状況／変化／見えなかったこと： _____

慣れたドリル／選んだ理由： _____

人数／役割／ボール／安全な場所： _____

簡単な版／次の段階一つ： _____

次の観察／維持・簡略化・進める： _____

共有前に

人格でなく行動を説明し、合計と不明を確認します。選手に課題をどう感じたか聞きます。確信ではなく次の行動を共有します。メモは必要な期間だけ保管し、クラブのプライバシー方針に従います。