

チームビルディング研修 (2月5日)

私たちは、筑波大学にある野外運動実習場「野性の森」へ行ってきました。

男女二チームずつに分かれ、自然の中でそれぞれ課題をクリアしていくアスレチックを体験しました。

この集団で課題を解決するゲームを行うことには

☆自分や他者への理解を深める

☆コミュニケーション力を高める

☆チームワークの向上を図る

の三つの目的があります。

課題を解決し、目的を達成するために私たちは頑張ってきました！！



△ これは、ひもにあたらないように全員が飛び越えるゲームです。ただし、一人では飛び越えられない高さなので、みんなの手を借りて頑張ります。



◁ これは、全員が小さな切り株の上に乗って、誰も落ちることなく、かえるのうたを歌い切れれば成功です。

男子は垂直の壁を、女子は傾斜が急な坂を ▶
登ります。最初の方はできるのですが、最後のひ
とりをどうやって引き上げるが難しかったです。



◁ 最後は、一人が決意表明をして高台から後
ろ向きに落ちるのを、他のみんなで支えるとい
うものです。みんなを信頼することがとても大
事です。



今回はみんなで協力しないと、かつ自分の体を預けるといってお互いが信頼し合ってな
いとできない競技がほとんどでした。協力し、お互いを信頼し合うことはチーム競技で
あるハンドボールには大切なことだと思います。このチームビルディング研修で深めた
チームワークを活かし、これからの大会に向けて頑張っていきます！！

活動を支援してくださった筑波大学の皆様、ありがとうございました！

(文・県立柏高校ハンドボール部マネージャー)