

格言：返せない時に
「配球のせい」だと
考える人は、
伸びづらい。

弱点を隠すな。
不利から立て直す力の育て方。

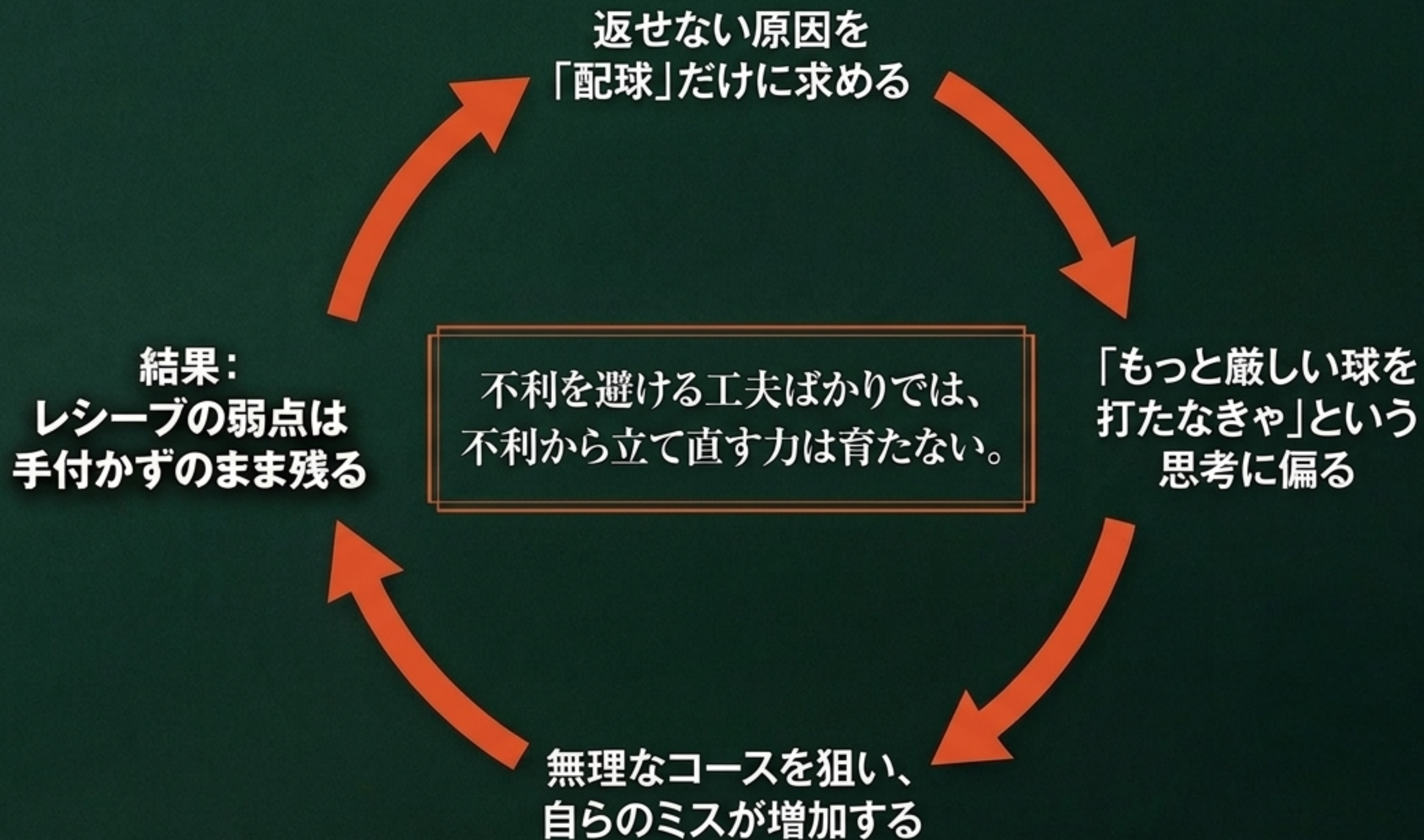
「今の配球が悪かったから、返せなかった」



この言葉で反省を終える人は、成長のチャンスを自ら捨てている。

この言葉で反省を終える人は、成長のチャンスを自ら捨てている。

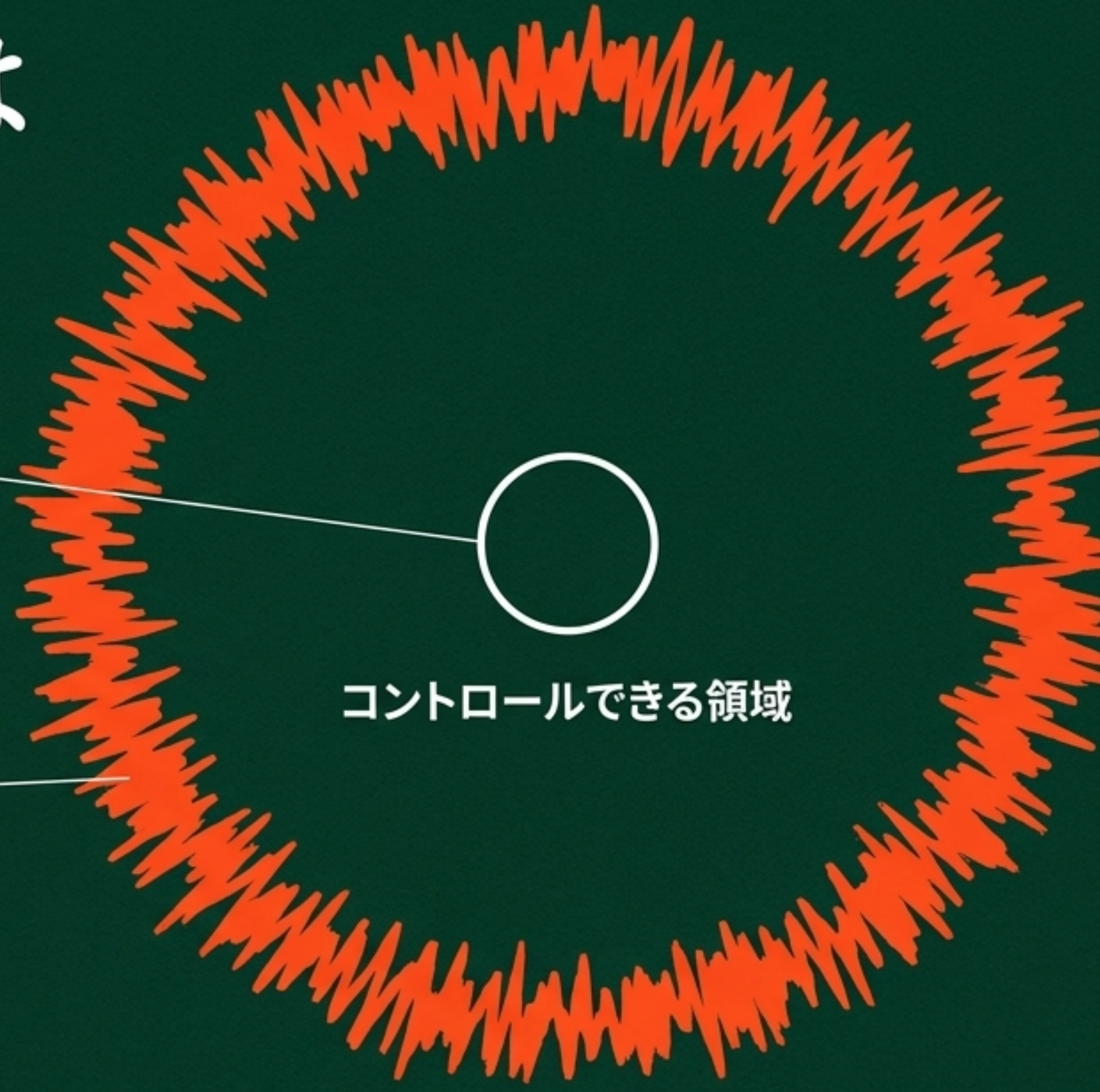
配球が悪かったとしても、そこから返す力を鍛えるチャンスは確実に存在していたからだ。



試合は、思い通りには進まない。

試合では、いつも好きな配球を選べるわけではない。

コントロールできない現実
必ず、相手に追い込まれ、
ただ返すだけになる場面が訪れる。



コントロールできる領域

配球を選べなくなった後、コート上で自分を支えるもの。それが「レシーブ力」だ。

「次!」という言葉の落とし穴

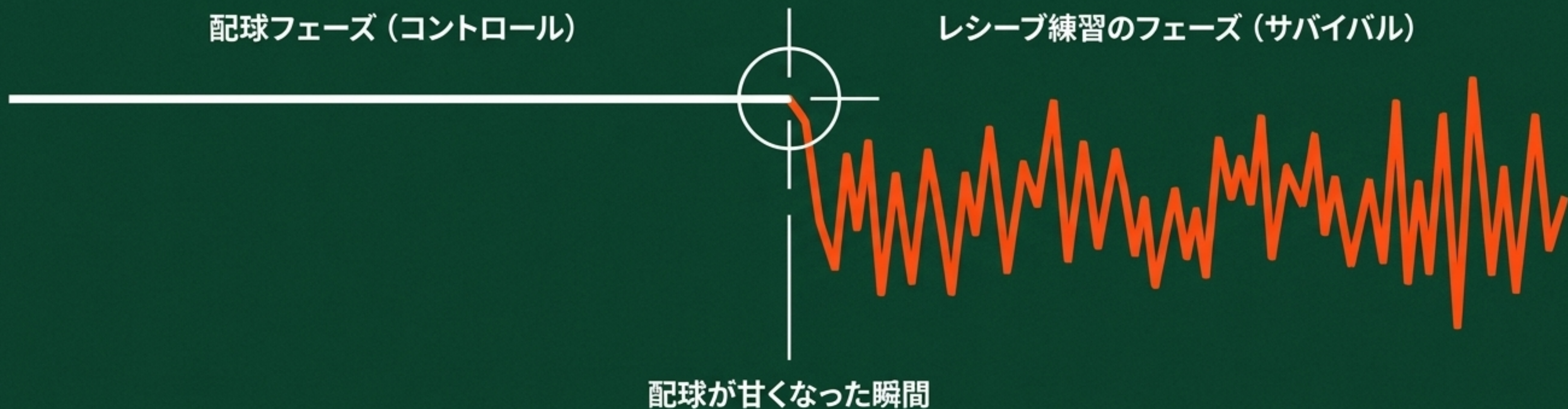
次!次!次!次!次!

「次はもっといい球を打とう」——一見、前向きに聞こえる言葉だ。しかし「次!次!」と切り替える前に、今の一本を返すために動いたのか?

その言葉ばかりでは、
「いい球を打てなかった自分」を
助ける力は永遠に育たない。



視点の反転：不利な状況は「練習の開始合図」



シンさんの言葉：「配球がダメな時代は、レシーブ練習のフェイズ」
うまくできない「今」にこそ、鍛えられる力がある。甘くなった球から逃げずに戦え。

あなたはどちらの姿でコートに立つか？

きれいに原因を 説明して諦める人

【反応】 「今の配球が悪かった」と分析する

【行動】 足を止め、次のラリーでの修正を誓う

【結果】 原因は理解するが、レシーブ力は育たない

不格好でも 目の前の球を追う人

【反応】 「ここからがレシーブ練習だ」と捉える

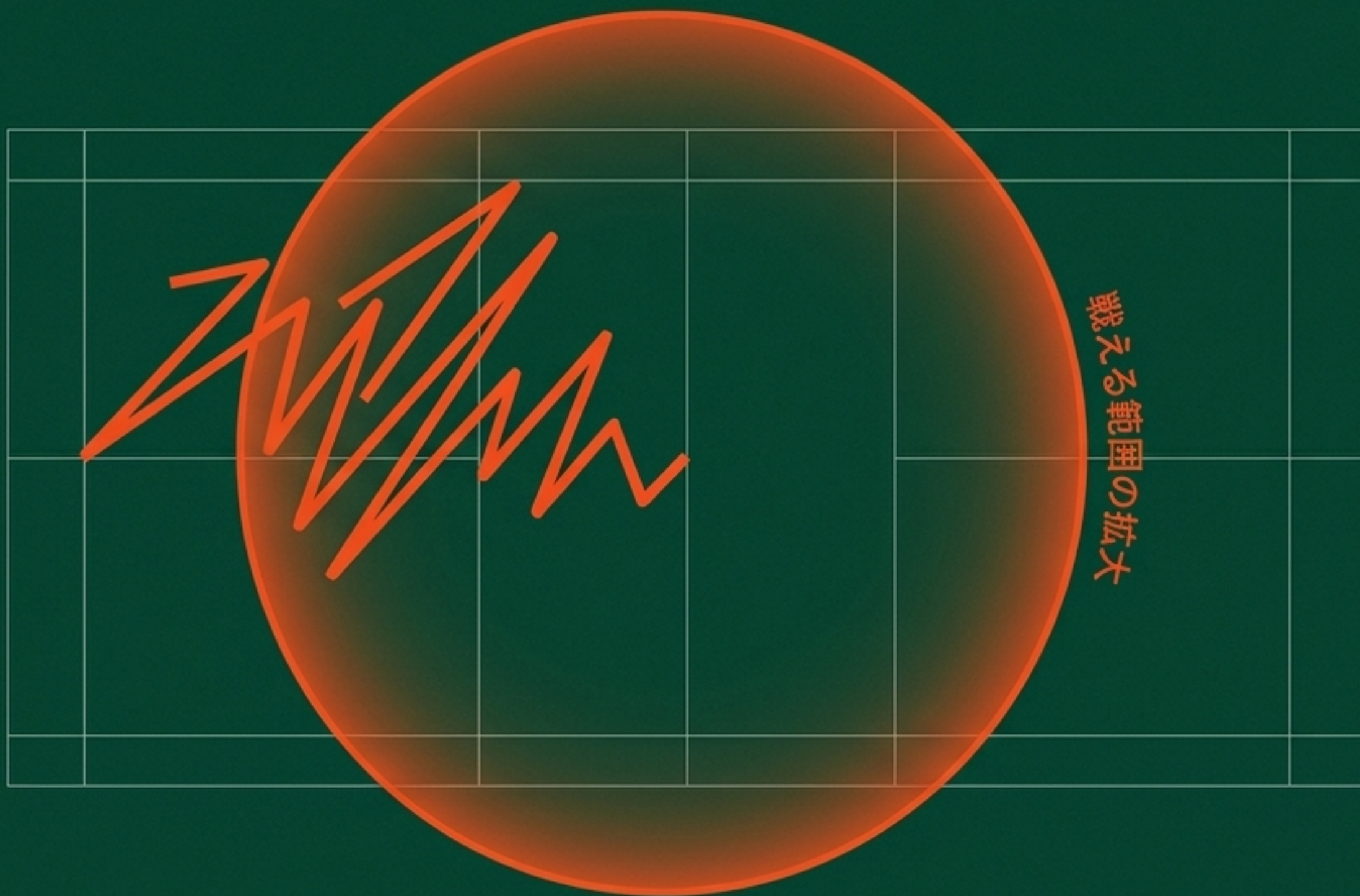
【行動】 苦しい体勢でも、シャトルに触りにいく

【結果】 時間を稼ぐ力がつき、戦える範囲が広がる

失敗の理由がわかったことと、
Phoenix Vermilionへ
その失敗に強くなったことは、違う。

原因を分析しただけで満足し、反省しているのに「成長の機会」を減らしてはいけない。

見えない努力が「戦える範囲」を広げる



思い通りに進まない
試合の中で、自分の
態勢が崩れた後にも
動けることに価値が
ある。

苦しい体勢で触った一本。
どうにか時間を稼いだ一本。
その不格好な軌跡が、確
実にあなたの戦える範囲を
広げていく。

意志は、足に宿る。

「甘い球を打ってしまった。だから、ここから鍛える。」



未熟さによって生まれた不利を嘆くのではなく、成長に使え。きれいに諦める姿より、その一本を拾いにししく不格好な足にこそ、自分を変える意志が宿るのだ。

不利を、成長の起点へ。

愛知県 豊田市・岡崎市近くのバドミントン教室

PHOENIX愛知

URL: phoenix-aichi.net

TEL : 080-6910-0479