

「スーパージュニア選手育成プログラム2022」 第2回体験プログラム

8月7日(日)、広島市安佐北区のコカ・コーラレッドスパークスホッケースタジアムにおいて、第2回目の体験プログラムを開催しました。

今回の体験競技はホッケーです。指導してくれたのは、日本リーグや国民体育大会等で優勝し、東京2020オリンピックでは多くの選手が日本代表となったコカ・コーラレッドスパークス女子ホッケー部の選手の皆さんです。

忙しい中でのプログラムにも丁寧にやさしく指導していただきました。



ホッケーは普段あまり経験する機会がないので、ほとんどの選手が初体験だったのではないのでしょうか。

まずホッケーの基本的なルールや道具の使い方を教わった後、選手と一緒にウォーミングアップをします。

そして、いざ、グループに分かれて練習です。慣れないスティックを持ってリフティング、ドリブル、パスを教えてもらいますが、なかなか上手いきません。ホッケーのスティックは片面しか使えず、右利きも左利きも同じスティックです。レッドスパークスの選手を見ていると簡単そうに見えますが、実際にやってみるととても難しいですね。

少し慣れてきたところで、次はシュートとドリブルの練習です。シュートの練習では思い切り空振りをしてしまう姿も多くみられましたが、練習終盤ではゴールに突き刺さるようなシュートが打てるようになり、コン！とゴールに当たる快音が球場に響いていました。ドリブルの練習では、力加減が難しいのかすぐにボールが遠くに行ってしまうと上手に進めませんでしたが、レッドスパークスの選手の方のアドバイスのおかげで、だんだんとスムーズにドリブルができるようになっていました。



最後はゲームです。学年別男女別の6チームに別れてゲームを行いました。

最初は、どうしてもボールに人が集中してしまい団子状態でしたが、だんだんとコツをつかみ、初心者の選手ばかりとは思えないほど、良いゲームができていました。もちろんレッドスパークスの選手の明るく・楽しく・わかりやすいご指導のおかげですが、やはりスーパージュニアの選手、さすがですね、とお褒めの言葉もいただきました。

普段個人競技をしている選手達も、自分だけではなく周りの仲間と連携してゴールを目指すことや、フィールドを広く使う大切さなど、チームゲームの面白さを味わうことができたのではないのでしょうか。



炎天下の中ではありましたが、ジュニア選手たちは普段なかなか体験できないホッケー競技を十分に満喫できたと思います。今日の体験がきっかけとなり、将来、レッドスパークスやオリンピック日本代表で活躍する選手が出てくることに期待しています。



今回も広島県小学生体育連盟の先生方、T & TWAMサポート株式会社のトレーナーの方など、多くの方々にご支援・ご協力いただきました。ありがとうございました。