

# 「スーパージュニア選手育成プログラム2024」 第5回体験プログラム

12月14日(土)の第5回体験プログラムは、スピードスケートを実施しました。広島市東区のひろしんビッグウェーブで、広島県スケート連盟のご協力のもとに、スピードスケート(ショートトラック)の体験プログラムを開催しました。スケートリンクに入る前に、スケート競技(スピード、フィギュア、アイスホッケー)の説明を聞いた後、スケート靴、肘・膝のサポーター、ヘルメットを借りて、リンクサイドに集合です。



初めてスケートを体験するスーパージュニア選手も多くおり、普段履いたことのない靴を履くことに苦戦する姿も見られましたが、指導者の方にも手伝っていただき、ようやくリンクに上がる準備が整います。まず最初に、広島県スケート連盟のジュニア選手にフィギュアスケート・スピードスケートの模範滑走をしていただきました。スーパージュニア選手たちは、年齢があまり変わらないジュニア選手たちが軽やかに滑る姿を間近で見、圧倒されている様子でした。

いよいよ、スーパージュニア選手たちもリンクへ入ります。

まず初めは氷上での歩行練習で、壁から手を離してゆっくり歩きながら氷に慣れていきます。最初は壁を離すことができないスーパージュニア選手もいましたが、壁伝いに歩く練習を重ねるうちにどの選手も壁から手を離して、少しずつ滑れるようになっていきました。

次に3グループに分かれて滑走の練習です。ゆっくり両足で前に進めるようになったら、ひょうたん滑走や片足での滑走、止まり方などを教えていただいたあとに、後ろ向きでの滑走にもチャレンジしました。カラーコーンを置いて小さな周回コースを滑走する練習では、最初に比べて転ぶ回数がぐんと減り、上達を感じることができました。上達してきた選手の中には、クロッシングをする様子も見受けられました。



最後は、男女別に、一周のレースです。各組1着が次の決勝に進みます。スタートしたら、下ではなく前を向いて滑れ、とアドバイス。ゴールが近くなると気持ちが焦って「滑る」より「走る」になることや、ゴール直前で転倒する選手がいるのは、毎年恒例の風景です。レーススタートの合図で一斉に選手たちが滑りはじめる姿は、体験が始まったばかりの時、恐る恐る氷に立っていた姿とは別人のようでした。参加した選手全員が、コース1周を滑り切ることができるほどに上達していました。次に、予選で勝ち上がった各組1位の選手たちが男女別に分かれて決勝レースを行いました。各組1位通過の選手だけでなく、予選からより一層白熱した決勝レースが繰り広げられ、決勝に残れなかった選手たちから「がんばれ!」「行け!」という応援の声が自然と上がりました。決勝に残った選手には広島県スケート連盟から各順位の表彰状が授与されました。



この体験がきっかけで、ご家族や友達とスケート場に行く回数が増えることを期待しています。

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。