

「スーパージュニア選手育成プログラム2022」 第1回体験プログラム

7月9日(土)、広島県立総合体育館において、第1回体験プログラムを開催しました。約200名が応募したトライアルの選考を突破した45名のスーパージュニア選手が参加する体験プログラムの始まりです。

開会行事では、公益財団法人広島県スポーツ協会強化委員会の 河野裕二 委員長から、激励の言葉とスポーツ選手としての気持ちの大切さ等のお話がありました。

緊張の面持ちながら楽しみに胸を膨らませている選手たち、ファイナルトライアルまでの成長を楽しみにしているスタッフも希望に胸を膨らませています。



第1回体験プログラムは、午前が「ハンドボール」、午後は「バスケットボール」です。

午前のハンドボールは、湧永製薬ハンドボール部の選手、広島県ハンドボール協会の皆さんに指導をしていただきました。

最初は、ボールに慣れるためドリブル競争からスタートです。湧永製薬の選手のお手本を見ながら、しっかり真似をして選手たちは、ボールに慣れていきます。

次に、敵陣からボールを奪い合うゲームです。ボールの投げ方・扱い方だけでなく、ゲームを通してハンドボールに大切な周りを見る目、味方に指示を出す大切さを学びます。

キャッチボール・シュート練習では、最初のうちは上手に投げることができませんでしたが、湧永製薬の選手たちにアドバイスをもらいながら練習を続けると、どんどん上達して鋭いボールを投げることができるようになりました。



そして、最後はお待ちかねの試合です。湧永製薬の選手達にも試合に入ってもらいました。最初はボールに皆が集まってしまってもうまくパスが繋がらないチームもありましたが、チーム内で作戦会議を開いたり、湧永製薬の選手達にアドバイスをもらったりして、コートも広く使えるようになり、最後はナイスプレー・ナイスパス・ナイスシュートが続出していました。

最後に、指導していただいた湧永製薬の選手からは、「上達が早くて驚きました。スーパージュニアの選手たちとハンドボールができてとても楽しかったです。」とお褒めの言葉をいただきました。

午後のバスケットボールは、広島ドラゴンフライズ#4 青木保憲選手、同U18ヘッドコーチの大浦祐斗コーチ、同スクールコーチの田中直樹コーチに指導していただきました。

最初は、ボールを使った遊びを取り入れペアやグループで楽しみました。

次に、ボールになれるためのドリブルです。チームでドリブル競争も行いました。チームのみんなで一团となって選手同士で声援して、勝ったチームからは、歓声が沸いてました。

次にシュート練習です。2歩からレイアップシュートを行い、ドリブルからレイアップシュートを行いました。



その後、フリースローの見本を見て、グループで練習を行いました。シュート練習では、ボールがゴールリングに入ると気持ちよくガッツポーズをしている小学生もいました。広島ドラゴンフライズの選手やコーチにアドバイスをもらいながら練習を続けると、どんどん上達していきました。

そして、最後はお待ちかねの試合です。広島ドラゴンフライズの選手・コーチも参加して試合を行いました。今日学んだ、パスやシュートを使って白熱した試合になりました。

最後に参加した全員で集合写真を撮って終了しました。

また、今回の保護者を対象としたサポートプログラムは、スポーツ医・科学委員会の田村進先生による「メンタルサポート」をテーマに講演していただきました。受講された保護者の方々は、良いパフォーマンスを発揮するために最適な集中の状態や、目標設定の最適レベル、子供のやる気を引き出すための声のかけ方などについて、熱心に耳を傾けていました。ジュニア選手を育成するうえでは、各家庭でのサポートは欠かせません。スポーツの指導現場と家庭が一緒になって選手の成長を見守りたいと思います。よろしくお願いします。

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

