

2019 年度男子新体操全国指導者選手合同合宿  
(九州会場) 報告

・アップ〜トレーニング

今回も導入で、神埼ジュニア新体操クラブ監督の松岡寛敏氏、コーチ木原正憲氏に準備運動から基礎トレーニング・基本運動等を指導していただいた。

昨年も参加している選手も多く、同様のアップ〜トレーニングでも、昨年よりスムーズに動けるようになっている選手が多く見受けられた。ブリッジ歩行など、様々な形で体を動かせることは、自分の体がどういう動きをしているかということがイメージできるようになっているのではと感じている。また、そのことが基礎技術の向上につながってきている。



・転回系の技術

転回系の指導には、福岡大学新体操競技部の学生に指導をいただいた。大学生も「教える」という立場でサポートしてもらったが、技のやり方やコツなど、どう伝えるかということも含め、昨年よりさらに工夫をしながら、小さい子供たちへの指導に取り組んでいるようだった。子どもたちも、周りの上手い選手に刺激を受けながら追いつこうと練習に励んでいた。



### ・リズムトレーニング

転回系の指導の一方で、今回も、リズムトレーニング指導として FITT 代表の堀真太郎氏に指導を仰いだ。堀氏の指導では、「リズム感を養うことで競技パフォーマンス向上を図る」ことが目的。昨年より指導に来ていただいているが、やっている選手たちがまず一番楽しそうである。そして、号令をかける声も自然に出て、いい雰囲気での講習に取り組んでいた。



### ・指導者講習

今回、講師として岡田幸樹氏に、指導者向け講習と実技を踏まえた選手・指導者への講習を実施した。審判目線に立った場合に、「どのように評価をしているのか」ということを学んでいただいた。評価の高低や、ミスとしてのとらえ方など、特に指導者の先生方にはルールについての理解を深めていただいた。また、実技を踏まえた講習も、大学生の投げ技や徒手の動きを見せながら実施し、中学生・高校生の選手にもルールや評価について実践的に理解を示すことができたと感じている。



今回も、九州会場としては規模縮小での開催になったが、参加した選手も指導者も、充実した合同合宿にできたようだ。この合同合宿が短時間でもさらに充実し、各チームの競技力向上につながる事業となるよう、今後、内容についても工夫をしていきたい。

最後に、今回講師を引き受けていただいた先生方と、この会場での開催にご協力をいただきましたグローバルアリーナ様に、この場をお借りして厚くお礼申し上げます。

九州会場：西川・中村

