

2024 年度新体操女子 U-12 事業 指導者の皆様

日頃より選手育成にご尽力賜り誠にありがとうございます。

来年より新しいルールになり、身体・手具難度や動きにおいて一つひとつのクオリティの高さが更に求められるようになります。適応していかなければならないことも沢山あると思いますが、新体操はいかなるルールにおいても、正しい基礎の習得が重要であることに変わりはありません。

国際大会において、各国の選手の練習やコーチたちの指導を拝見すると、四肢の動かし方（軌道やポジション）や顔のつけ方など、基礎の徹底にこだわっていることがよく分かります。海外のコーチたちに、なぜ基礎にこだわるのか伺ったところ、『基礎の徹底なくして、美しさを表現することも、オリジナリティを追求することもできない』、『手具操作を徹底するためにも、ミスのない演技をするためにも必要』という言葉が返ってきました。何よりも大切なのは、この技術（基礎）は小さい頃からの正しい積み重ねが重要であり、その徹底が良い作品を生み出す力となるということです。

だからこそ、育成、ジュニア期は一番重要な時期であり、この時期にいかにより正しい基礎を徹底できるかが、その後の選手の成長（競技力）に大きく影響します。しかしながら、日々限られた時間の中で、各年代に応じたトレーニングを選択し、どのように徹底していくかは大変難しく、また忍耐力が必要なことと存じます。そのため、U-12 事業においては、基礎の普及・徹底を目的とし、日々の練習現場で生きるトレーニング内容や指導方法をお伝えするとともに、皆さんで学びを深める場にしたいと考えております。

私たち新体操強化本部は日本の新体操発展のために誠心誠意、強化・普及にあたる所存ですが、この厳しい状況を打破するためには、全国の指導者皆様の一人一人の思い、お力なくして成し得ません。今後とも新体操の強化活動にお力添えいただきますよう心よりお願い申し上げます。

【主な目的】

- ・ウォーミングアップ、トレーニングなど、日本中において格差なく同じレベルの指導が受けられるよう基礎基本の徹底を行う
- ・セルフコンディショニングを定常化する（障害予防含む）
- ・他所属、他都道府県問わずコミュニケーションを大切にし、人間力、技術力を高める
- ・研修の中で選手選考を実施し、潜在能力の高い選手を発掘する

公益財団法人 日本体操協会
新体操強化本部長 村田由香里