

夢見るホッケー教室

supported by  損保ジャパン



in 大分県玖珠町

【実績報告書】

- 趣 旨 大分県の子どもたちに対して、ホッケーの普及と競技力向上のため、オリンピックや元日本代表より、ホッケーの魅力を伝えます。また、スポーツをする機会が減少している状況を踏まえて、どんな子どもたちにもスポーツに触れ合える機会の提供と、みんなが「笑顔になれる」場所を提供します。
- 主 催 公益社団法人日本ホッケー協会
- 協 力 大分県ホッケー協会
- 期 日 令和 5 年 9 月 23 日(土)
① 小学生 9:30～11:45
② 中学生 13:00～15:00
令和 5 年 9 月 24 日(日)
③ 中高生 9:30～12:30 30
- 場 所 メルヘンの森スポーツ公園（人工芝 W）*雨天決行
〒879-4405 大分県玖珠郡玖珠町岩室 1 2 2 6 - 7
- 参加者 ① くすジュニアホッケークラブ、未経験者 35 名
② くす星翔中学校、このえ緑陽中学校、未経験者 31 名
③ くす星翔中学校、このえ緑陽中学校、玖珠美山高校（経験者のみ） 30 名
- 講 師 津田志穂（ロンドンオリンピック出場）
山下彰子（元日本代表）
新井麻月（元日本代表）
中田涼子（元日本代表）
中山正暉（元 U21 日本代表）

○教室内容

9/23 小学生の部（経験者）

9:30 開会式

9:35 w-up（氷鬼）

9:50 スキルセッション

・ドリブルスキル

右かき左かきドリル

S字ドリブル

連続リフト

・対人スキル

1on1

1on1→2on2

・シュートスキル

DFからボールを体で守りながらシュート

打つ前にゴールを見る練習

トラップの置く位置を意識したシュート

振り返りシュート

・GK

防具をつけた状態で股関節まわりのストレッチ

（防具をつけると動かせる範囲が変わる）

狙ったところに蹴る練習

（サイドにネットを置いてそこにクリアするイメージ）

→弾くだけでなく自分の狙いを作ることで強く蹴り出す練習、

→リバウンドを取られないための視野の練習。

逆サイドへのパスを足だけでなくスティックも使ってクリア(角度を変える)練習

→スティックを使うコツ

11:00 ゲーム

子供たち同士

11:30 エキシビジョンゲーム

11:40 プレゼント大会

写真撮影、閉会式

小学生の部（未経験者）

9:30 開会式

9:35 w-up（氷鬼）

9:50 スティックの持ち方

9:55 ドリブル

10:10 狙った場所にボールを打つ

10:25 ホッケーカーリング

10:45 ミニゲーム

11:20 試合観戦

11:40 プレゼント大会

写真撮影、閉会式

9/23 中学生の部（経験者）

13:00 開会式

13:05 w-up（各自）

13:15 スキルセッション

・ドリブルスキル

S字ドリブル

連続リフト

サークルトップからフォアドリブルからレフトドリブル。

体の使い方の練習

・対人スキル

1on1

1on1→2on2

・シュートスキル

DFからボールを体で守りながらシュート

打つ前にゴールを見る練習

トラップの置く位置を意識したシュート

振り返りシュート

・GK

防具をつけた状態で股関節まわりのストレッチ

（防具をつけると動かせる範囲が変わる）

狙ったところに蹴る練習

（サイドにネットを置いてそこにクリアするイメージ）

→弾くだけでなく自分の狙いを作ること強く蹴り出す練習、

→リバウンドを取られないための視野の練習。

逆サイドへのパスを足だけでなくスティックも使ってクリア(角度を変える)練習

→スティックを使うコツ

14:20 ゲーム

子供たち同士

14:50 エキシビジョンゲーム

15:00 プレゼント大会

写真撮影、閉会式

9/24 中高生の部（経験者）

9:30 開会式

9:35 w-up（タグとりゲーム）

9:50 スキルセッション

- ・ ベースライン 1on1→2on1（FW1 枚は遅れて参加する状況）
→3on2（はじめの 1on1 加わる）
→1on1（ボールを先に取ったほうが FW）
→最終 4on3（全員加わる）
- ・ エリアでの 2v1
→アプローチを早く、2人で協力
- ・ サークル周りでの攻防
→一対一の練習、味方を使った攻防、FW のリードにパスを合わせる
- ・ 複数ゴールゲーム（状況判断を早く）

・ GK

GK 全員でミニゲーム

それぞれにネットでゴールを作って 3 分間守る、誰かのゴールを狙う

→ボールの位置だけでなく相手の位置も見る練習になる、

自分のゴールに対してのゴール感覚も磨ける、

守る時にどこにクリアすべきか自然と考えるようになる、

クリアボールが自然と強くなる

11:30 ゲーム

11 人制コート

→常にフィードバック

12:20 プレゼント大会

写真撮影、閉会式

○所感

<石井 幸美（大分アスリートホッケークラブ）>

今回は大分県で「夢見るホッケー教室」を開催して頂き、本当にありがとうございました。今年が大分県ホッケー協会創設60周年の年ということで、この良きタイミングに日本を代表する5名の講師をお迎えして、夢見るホッケー教室を開催できたことは、大分県ホッケー協会の次世代に向けた新しい歴史の1ページを刻むことができたと思っています。

「夢見るホッケー教室」は小・中学生を対象に初心者・経験者関係なく、楽しめる内容で子どもたちがイキイキと笑顔でホッケーを楽しむことができていました。講師の皆さんと直接、触れ合う中で、夢や目標を叶えるためには、『明るく・元気・ポジティブ思考・行動力』が大事なのではということ講師の方の人柄から学び取っていました。

「夢見るホッケー教室」を開催するにあたり、玖珠郡内の小・中学校全校にチラシを配布しましたが、未経験者の参加が少なかったことが課題として残りました。今後、ホッケー協会としても郡内だけでなく、郡外にも「ホッケーの魅力」を発信していく取り組みを進めていければと思っています。今後も日本ホッケー協会のお力添えを賜りながら、大分県でもホッケー競技の普及発展のため、関係者一同、精進して参りたいと思います。貴重な機会を提供して頂き、本当にありがとうございました。今後の夢見るホッケー教室の飛躍と講師の皆さまのご活躍を願っております。

<講師：津田志穂（ロンドンオリンピック出場）>

たくさんの方に参加いただき、楽しくそして一生懸命にホッケーをしている姿が本当に嬉しく思いました！ホッケーに対して素直で真っ直ぐな眼差しに、もっといろんなことを伝えたいという思いにして頂きました！

大分の皆さま楽しい素敵な思い出を、ありがとうございました！

<講師：新井麻月（元日本代表）>

ゲームで使える個人戦術とスキルというコンセプトで全体のメニューを考えて実施しました。カテゴリーは小学生から高校生で2日間のスケジュールで分かれての実施でしたので、そのカテゴリーに応じた内容で応用しました。

小学生は基本的に守備と攻撃の認知をすることから、積極的にプレーする中で攻守それぞれにどのようにボールへの対応をするのかを実践を踏まえて体感できるように設定を組みました。中学生はその1on1の応用編からゲーム同様に継続的にプレーする中で人が増える状況を作り状況判断が必要となってくる場面設定を加えました。中学生も高校生に混じったセッションでは、さらに応用を踏まえて人数的にもゲームで起こりうる場面を作り出し、周りからの情報の声も意識的に出していき、より良い状況判断や周りとの連携、個で突破なのか味方と組むのかの判断等が必要とされる場面設定で実施しました。

味方と組むプレーと個人のスキル発揮の場面がプレーの中で認識され自ら選択できるようになればプレーの幅も広がり、より個性が活かされ尚且つチームプレーとも融合され能力の発揮へとつながると思うの

でそういったこと意識付けができるはじめてのワークができたと思います。特に中学生には少しハードルが高かったかもしれませんが、やっていくうちに理解してプレーにもつながっていたのでとてもよかったです。全体的に少しハードなメニューにはなりましたが、新しいことへの挑戦と少しポイントを伝えたことを意識して積極的にプレーしてくれたのでその短い時間での変化も目に見え、私としてもとても楽しく講師をさせていただき学びにもつながりました。

大分でとても暖かく迎えていただき、また最後までサポートもありがとうございました。

<講師：中田涼子（元日本代表）>

今回も本当にたくさん子ども達から元気と学びをもらった2日間となりました！

初日の午前中で声が枯れてしまい、子どもたちには申し訳ない思いもありましたが、みんなが「りょーびー、りょーびー」と話しかけてくれて本当に嬉しかったです！

子ども達のホッケーに取り組む姿勢や、コーチの話を真剣に聞く様子から私自身もたくさん刺激をもらいました。

子ども達はもちろん、関係者の皆様や保護者の皆様も本当に素敵な方ばかりで、このホッケー教室に参加できたことを幸せに感じています。

貴重な機会をいただき本当にありがとうございました！また一緒にホッケーが出来ることを願っています！

<講師：中山正暉（元 U21 日本代表）>

今回小・中・高と幅広く指導をさせて頂きましたが、それぞれの年代が何のメニューに興味があるのか、またどのようなコミュニケーションを取ればいいのかを考える事にとっても苦労しました。指導者1人では練習を上手く回せない・意図が伝えられないと苦労する中で、子供達から直接意見や声を発信して貰う事がとても大切である事を実感しました。声をたくさん出してくれる子供がいると、指導者からしても助かりますし、そのような子供の方が成長が早い印象を受けました。「静かな子が多いのが大分の課題」と言われる中でどのように子供達に主体的に声を出して貰うかを指導者が考えるべきだなと感じました。

○教室風景





