



in 栃木県日光市

## 実績報告書

- 趣 旨 栃木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
- 期 日 ①令和 5 年 6 月 24 日(土) 9:00～12:00  
②令和 5 年 6 月 25 日(日) 9:00～12:00
- 場 所 今市青少年スポーツセンター 日光市ホッケー場
- 参加者 ①小学 1 年生～5 年生（経験者） 68 名  
小学生全般（未経験者） 12 名  
②小学 6 年生～中学 3 年生（経験者） 73 名
- 講 師 松本和将（元日本代表：栃木県出身）  
古里竜二（元日本代表）  
津田志穂（ロンドンオリンピック出場）  
阪口真紀（リオオリンピック出場）  
中田涼子（元日本代表）  
山下彰子（元日本代表 / JHA YumeProject グループリーダー）
- 担 当 (公社) 日本ホッケー協会\_YumeProject グループ 山下彰子  
[akkyhpy5959@gmail.com](mailto:akkyhpy5959@gmail.com)

**参加無料**

夢見るホッケー教室

申し込みはこちら

**ホッケー教室開催!**  
オリンピックが直接指導

**場所** 日光市ホッケー場  
〒321-2342 栃木県日光市根室609-1  
今市青少年スポーツセンター内

**参加者**

- ① 令和5年6月24日(土) 9:00~12:00  
小学1年生~5年生(経験者)  
小学生全般(未経験者)
- ② 令和5年6月25日(日) 9:00~12:00  
小学6年生~中学3年生(経験者)

お問い合わせ  
(公社)日本ホッケー協会 YumeProjectグループ  
山下彰子 akkytey5959@gmail.com

**講師**

- 古里 竜二 Furusato Ryuji
- 阪口 真紀 Sakoguchi Maki
- 中田 涼子 Nakata Ryoko
- 津田 志穂 Tsuda Shino
- 新木 和将 Matsumoto Kuzumasa
- 山下 彰子 Yamashita Akiko

**出店**

オリンピックや元日本代表が集結!

nana-la

Shop Instagram

## ○教室内容

令和5年6月24日(土) 小学生の部

<経験者>

9:00 開会式

9:05 w-up 体操のお兄さん(古里竜二)

9:25 スキルセッション

### 1、対人スキル①

- ・ 一対一
- ・ ストロークで狙ったところに出そう
- ・ 2対1
- ・ \*シュートは逆サイドを狙う(ストローク練習も兼ねて)

### 2、シュート

- ・ ヒットシュート
- ・ スラップショット
- ・ 左からのセンターリングをタッチシュート

### 3、対人スキル②

- ・ 2v2
- ・ \*声かけで役割分担
- ・ \*広く使う工夫を考える
- ・ 1v1
- ・ \*習慣的に反応する練習

#### 4、ドリブルスキル

- ・右抜き、左抜き
- ・ターニング
- ・ピックアップ
- ・スラロームドリブル

\* 身体の使い方や体に対するボールの置く位置の重要性

\* ターンやピックアップなど、小学生がなかなか見れないスキルなどに挑戦

#### 5、GKスキル

- ・ 防具をつけた状態でのストレッチ

股関節周りを中心に

\* 防具をつけた状態でどの程度自分の身体を動かせるのかをチェック

→どこまで自由に動かせるかを確認することで、プレーに活かせる

- ・ 2人組でのキック

→強く蹴る！というよりはコントロール重視（中距離・長距離・短距離）

ダイレクトでも蹴り返せるように

\* 蹴る位置・強さ・コントロールをポイント

- ・ キーパー同士でのミニゲーム

\* 広い視野を持つこと・攻撃側の心理の理解・狙ったところに強く蹴る

スティックワーク・判断力

11:10 ゲーム

11:40 エキシビジョンゲーム（講師 v 子どもたち）

12:00 じゃけん大会

12:10 写真撮影、終了

<未経験者>

9:00 開会式

9:05 w-up 体操のお兄さん（古里竜二）

9:25 スティックの持ち方

9:40 ドリブル

9:50 リフティングチャレンジ

10:10 シュート

10:30 ゲーム

11:00 フリータイム

12:00 じゃんけん大会

12:10 写真撮影、終了

令和5年6月24日(土) 中学生の部

9:00 開会式

9:05 w-up（古里竜二）

9:25 スキルセッション

## 1、対人スキル

- ・サークル内の2対2
- ・1対1
- ・1対2
- ・3対2

\*シュートを逆サイド狙う

## 2、シュートスキル

- ・レフトプッシュシュート
- ・ランニングフォアプッシュシュート
- ・タッピングドリブル→リバースヒット
- ・スクープパスをトラップ→ヒットシュート

## 3、対人スキル②

- ・2v2

\*声かけで役割分担

\*広く使う工夫を考える

- ・1v1

\*習慣的に反応する練習

\*身体の入れ方

## 4、ドリブルスキル

- ・サークル内ボール出し
- ・スキル混合ドリブル練習
- ・1v1

\*相手を抜くためのタイミングや緩急の工夫

## 5、GKスキル

- ・防具をつけた状態でのストレッチ

股関節周りを中心に

\*防具をつけた状態でどの程度自分の身体を動かせるのかをチェック

→どこまで自由に動かせるかを確認することで、プレーに活かせる

- ・2人組でのキック

→強く蹴る！というよりはコントロール重視（中距離・長距離・短距離）

ダイレクトでも蹴り返せるように

\*蹴る位置・強さ・コントロールをポイント

- ・キーパー同士でのミニゲーム

\*広い視野を持つこと・攻撃側の心理の理解・狙ったところに強く蹴る

スティックワーク・判断力

11:10 ゲーム

11:40 エキシビジョンゲーム（講師 v 子どもたち）

12:00 じゃけん大会

12:10 写真撮影、終了

## 〇所感

<佐々木亮太さま（今市中学校男子ホッケー部監督）>

「夢見るホッケー教室」を栃木県日光市で開催でき、子どもたちにとっても指導者にとっても、刺激的な2日間になりました。

子どもたちはトップアスリートからホッケーを教えてもらえるということでこの事業を本当に楽しみにしていました。当日はそれぞれのコーチ陣からたくさんのことを教えていただき、ホッケーの楽しさや魅力を再認識できたようでした。貴重な体験をさせていただき、誠にありがとうございました。また是非、栃木県にお越しください！

<松本和将（元日本代表：栃木県出身）>

夢見るホッケー教室に参加して、ホッケーを純粋に楽しむ子どもたちの姿に感動しました。また、子どもたちにとって、小さい頃から日本代表選手と実際にホッケーをできる環境は、これから成長していきたいなどと、夢を本当に見れる絶好の機会であると感じました。

今回は栃木県でありましたが、全国各地に回るこのような事業は必ずホッケーの未来に繋がるのだろうと実感しました。

最後になりますが、このような貴重な体験を通して、講師として参加しましたが、子どもたちから学ばせて頂いたことも多く、とても楽しく、有意義な時間になりました。

<古里竜二（元日本代表）>

子供たちが積極的に取り組んでくれたので、指導する側としてはとてもやり甲斐がありました。教えたことを素直に実践してくれたので技の習得も早かったと思います。子供たちの今後の活躍が楽しみです。二日間、ありがとうございました。

<津田志穂（ロンドンオリンピック出場）>

参加して下さった方の技術レベルが高く、とても勉強になりました！暑い中でしたが、楽しそうにホッケーをする姿をみて、楽しいの中に学びがあると感じることができました。

たくさんのパワーをありがとうございました！

<阪口真紀（リオオリンピック出場）>

子供たちの上手になりたい！ホッケーが好き！そんな気持ちが伝わり逆に学ばされることも多かったです。楽しんでやれば上達も早いと思うので、仲間を大切に楽しんでホッケーをやってほしいなと心から思いました。もっともっと子供たちから憧れる存在であるべく頑張ります！！

本当にありがとうございました！

<中田涼子（元日本代表）>

私はグラクソを引退してからは栃木県の子供たちにホッケー教室を行う機会がなかったので、今回久しぶりに栃木県の子供たちとホッケーを楽しむことが出来、とても充実した2日間となりました。特に今回はGKの参加人数が多かったため、個人的にとっても嬉しかったです！なかなか1人1人にじっくりと時間をかけてあげられない部分もありましたが、今回の教室を少しでも楽しんでもらえていたら嬉しく思います。GKだけでなく、たくさんの子供たちと関わることが出来、この2日間の教室がととてもとても楽しか

ったです！

今回ご参加いただいた皆さん、教室の運営にご尽力いただきましたスタッフの皆さん、一緒に盛り上げてくれた講師の皆さん、本当にありがとうございました！

## ○教室風景











○会場風景

