

事業実施報告

JHA エリートアカデミー第2期 第3回集合合宿/適性検証合宿（茨城県・境町）

報告者：馬場治男

（JHA エリートアカデミー校長/強化育成本部アンダーカテゴリー強化育成副部長）

1 会場

- ・合宿会場：境町ホッケーフィールド

〒306-0408 茨城県猿島郡境町みらい平二丁目8番地

- ・宿泊施設：パークホテルさかい

〒306-0408 茨城県猿島郡境町 みらい平1丁目10番地

2 参加者

(1) スタッフ

	氏名	所属等
1	馬場 治男	JHA エリートアカデミー事業責任者/飯能市教育委員会
2	高橋 章	実施副責任者/JHA
3	三好 浩史	統括コーディネーター/表示灯(株)
4	富田 恭平	統括コーチ/社会福祉法人それいゆの会
5	中條 友博	N F コーチ/JHA
6	安川 元也	トレーナー/安川ぽかぽか接骨院
7	高橋 亨輔	旅行業務取扱担当/(株)ランブリッジ
8	生方 聡	サポートスタッフ

(2) アスリート

	選出区分	氏名	性	所属/学年
1	J-STAR_5期	下田 侑樹	男	岩手県・滝沢南中/3年
2	J-STAR_5期	生井こころ	女	茨城県・手代木中/2年
3	エリートアカデミー1期	渡邊 皓俄	男	岐阜県・小泉中/3年
4	エリートアカデミー1期	小池 咲代	女	岐阜県・中央中/3年
5	開発実証	榊原 東子	女	愛知県・武豊中/2年
6	開発実証	古田 紗友花	女	広島県・鈴が峰小/6年
7	U15 (関東)	土橋 拓矢	男	山梨県・白根御勅使中/3年
8	U15 (北信越)	沼田 岳		富山県・津沢中/3年
9	U15 (東海)	鬼束 康介	男	静岡県・沼津市立高等学校中等部/3年
10	U15 (近畿)	常喜 琥太郎	男	滋賀県・伊吹山中/3年
11	U15 (中国)	宮本 康樹	男	島根県・横田中/3年
12	U15 (関東)	瓜田 茉緒	女	埼玉県・美杉台中/3年

13	U15 (北信越)	藤井 音々	女	福井県・朝日中／3年
14	U15 (東海)	橋本 奈々	女	岐阜県・中央中／3年
15	U15 (近畿)	西田 葉名	女	京都府・瑞穂中／3年
16	U15 (中国)	宮脇 亜実	女	鳥取県・八頭中／3年

3 活動概要

(1) アスリートプログラム (適性検証)

1日目 (令和5年10月21日・土)	
時間	活動内容
13:00	集合 境町ホッケーフィールド
13:05	開校式 (進行：三好、あいさつ：馬場)
13:10-	<p>W-UP (主担当：富田 NF コーチ)</p> <p>認知判断を伴うパス回し</p> <p>◆ポイント ～常に動きながら見る考える～</p> 
13:30-	<p>【ホッケープログラム①】</p> <p>《目的》 固定概念をぶち壊す！</p> <ul style="list-style-type: none"> ・新しい価値観、考え方をインプット ・ホッケー基本練習は、対人スキルを意識して ・ホッケーのゲームでの4つの局面 (下記)、トランジションを意識したトレーニング 

- ① ロンド (3 v s 1)
- ② 3 v s 3 + 3
- ③ 4 v s 3 奪ってカウンターアタック
- ④ ハーフコートゲーム

⑤GK トレーニング

前回から GK にチャレンジしているアスリートに、三好コーチが
つき基礎技能を中心に指導

内容：基本姿勢、セービングスキル、ポジショニングを中心にトレ
ーニング

※指導者は、答えを教えるのではなく、学び合いを活発にするよう支
援に努める。



16:00 ダウン (富田 NF コーチによる)

16:30 徒歩でホテルへ移動
「パークホテルさかい」

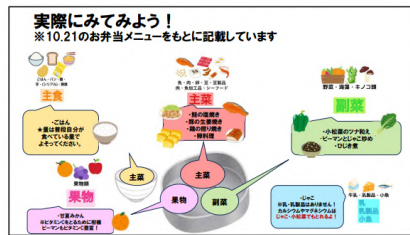


18:00

・夕食
(広瀬管理栄養士監修
メニュー/弁当)



茨城合宿
そのお弁当に詰まった意味は？
管理栄養士 広瀬 陽香



主菜(良質なタンパク質源)はお肉だけではダメ!
*お肉はタンパク質をしっかりとれますが、それだけで良質なタンパク質を摂取しようとする、**ビタミンB12が不足します!**→肉だけでは魚も日常的にしっかりと取りましょう!
「魚に豊富なビタミンB12」
OビタミンD(魚:青魚中心) 魚油(魚肝油) 魚油(魚肝油) 魚油(魚肝油)
OビタミンB5(魚:青魚中心) 魚油(魚肝油) 魚油(魚肝油) 魚油(魚肝油)
「魚に豊富な鉄の補給」
O魚の肉は鉄質が豊富だから大丈夫?→鉄質は吸収されにくいので、魚の肉は、お肉の油や調味料とは異なり、鉄質が豊富です。
O魚の鉄質は、お肉の油や調味料とは異なり、鉄質が豊富です。
O魚の鉄質は、お肉の油や調味料とは異なり、鉄質が豊富です。
O魚の鉄質は、お肉の油や調味料とは異なり、鉄質が豊富です。
上記はお肉中心の食事だと不足しやすい栄養素や成分です。

今回は、自分で選ぶ食事ではありませんが、お弁当の内容の意味を考えながら食べてみてください!
きつことまでの講義内容を理解してきているみんななら、今回の弁当に入っているおかずの意味がわかってくれるはず...!!
味付けはいつも、調理担当の方が行ってくれています。みんなのことを考えて心を込めてつくってくれています。◎
作ってくれた方に感謝をしていただきましょう!

選手のみんなへ
講義を通じて沢山のうれしい感想とともに、確実に、みんなが知識をつけていってくれていることがわかります!とっても嬉しく感じています。
まっすぐで、学ぶ姿勢があり向上心のある選手は、どんどん上上がっています。そしてその経験は、この先の人生で必ず活きます!
食事・トレーニング(練習)・睡眠すべてを大切にできるプロフェッショナルなカッコいい選手でいてください◎
管理栄養士 広瀬陽香

・入浴等
・各自ストレッチ等

19:00

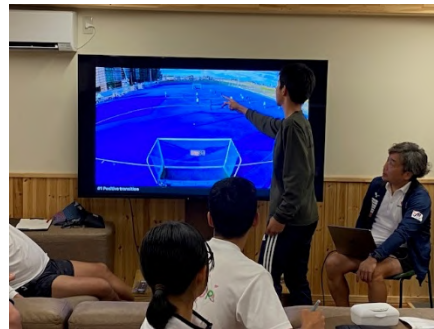
【アスリートプログラム②】

《講義》

「サムライジャパン高橋章 HC による攻守の原則」

- ・攻守の原則についてサムライジャパンの戦術講義
- ・ビデオを観ながらフィードバック&レクチャー

※ビデオは、プロリーグの映像に加え、本日のゲーム場面からの切り抜き映像も使用。



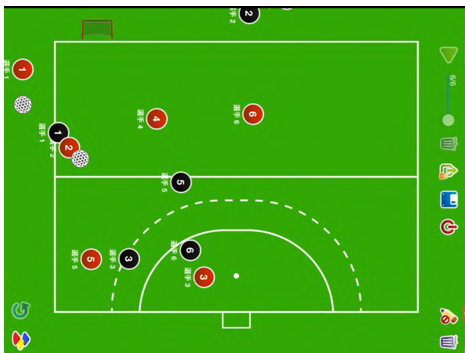
《ワークショップ》


「明日のトレーニングメニューを作成する」

- ・前回、広島合宿での11人制ゲームと今日のトレーニングおよび講義を参考に、明日のトレーニングメニューを作成する。
- ・男女混合の3班に分けて協議・検討～作成



「iPadで各自が持参した映像やコーチングボードアプリを使いながら メニューの作成を行いそれぞれが BAND アプリで共有した。」



	<p>《ボディケア・相談》</p> <p>トレーナーとして参加していただいた安川先生（柔道整復師／安川ぽかぽか接骨院院長）による診察および個別指導（トレーニング処方もあり）を行う。</p> <p>・<u>エコーを用いて成長軟骨を測定</u>し個別にアドバイスをしていただいた。</p> <p>（希望者）</p> <p>・捻挫をしたアスリートに施術とテーピングの処置を行った。</p> <p>翌日のトレーニング前にもテーピングの処置を施す。（該当者）</p>	
22:00	アスリート就寝	

2日目（令和5年10月22日・日）		
時間	活動内容	
6:30	起床 ・練習およびチェックアウトの準備	
7:30	朝食（バイキング） ※広瀬管理栄養士の指導を踏まえて ・ <u>事前配布した資料</u> を参考に、アスリートに適した朝食となるよう意識的にメニューを選択させる。	
7:45	*スタッフ先発隊はグラウンドに行き準備	
8:00	徒歩にてグラウンドへ ・チェックアウト	
8:30	W-UP *富田 NF コーチによるメニュー <u>マーカーを使ってのゲーム</u> ◆ポイント ～認知判断と正確な身体操作～	

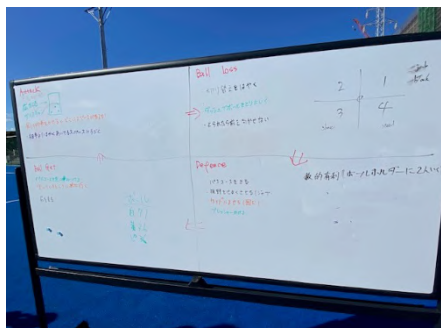
8:50

【アスリートプログラム③】

*サムライジャパンの高橋 HC、中條 AC による

・ディフェンススキル

(ジャブ、ブロック、ステイール、シェービング)



・昨日、各グループでデザインしたトレーニングメニューの実践

(適宜、NF コーチからのバリエーション追加)

・stick to stick ⇒ stick to space

GK トレーニング

内容：基本姿勢、セービングスキル、ポジショニングを中心にトレーニング

9:30-

【アスリートプログラム④】

《テストゲーム》

紅白戦形式

・アイランドゲーム (中央に設置したアイランドを制限区域に)

4分×男女各3ゲーム

※ビデオ撮影 (今後のオンライン学習の素材として活用)



ゲームビデオの撮影

・1日目①-③ ハーフコートゲーム 4分×3

・2日目④ アイランドゲーム 4分×1

⑤-⑥ハーフコートゲーム 4分×2

11:30	ダウン
11:40	<p>閉校式（進行：冨田）</p> <ul style="list-style-type: none"> ・まとめのあいさつ（馬場） ・諸連絡（三好） ・保護者へのあいさつと諸連絡（馬場）
12:00	解散
12:15	<p>現地解散 送迎</p> <ul style="list-style-type: none"> ・バスにて東京駅まで

(2) 保護者対応

- * 合宿中の保護者への対応全般は、馬場が行う。
- * アスリートの怪我や健康面、体調管理に関する相談について、トレーナーの安川氏が個別に対応した。
- * 詳細の対応については、内容に応じて三好(統括コーディネーター)および高橋(旅行業務担当/ランブリッジ)が個別に対応した。

4 成果・課題

(1) 活動の成果

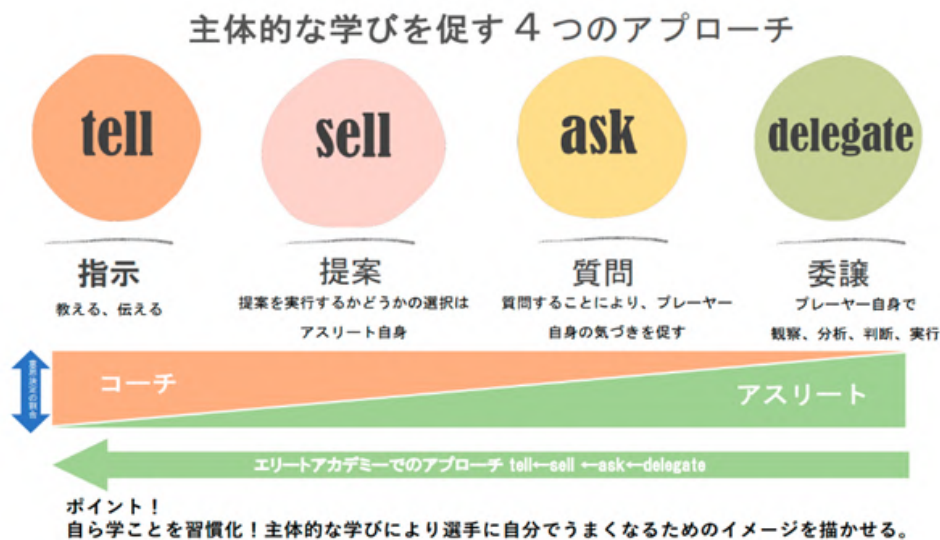
3回目の集合合宿は、茨城県境町で実施。アスリートたちは3回目の集合合宿ではあったが、オンラインによるトレーニングや栄養講座、全日本中学生選手権、U15

日本代表選考会などで顔を会わす機会もあったため仲間意識が醸成されており、チームメイトのような雰囲気で行われた。また、スタッフにとってもチームメイト（ファミリー）のような親しみの気持ちが生まれていた。また、高い志を持ったアスリート同士であることから、互いの刺激を受け良い意味でのライバル関係が生まれていることも伺えた。

指導するスタッフにとっては、対面で行う合宿はアスリートの成長を、直接、目で確かめることができることができ楽しく貴重な時間といえる。

この事業でのトレーニングスタイルは、アスリートの主体的な学び合いを重視した手法を大切にしている。指導者からは、身につけたいスキルや戦術を学ぶためのきっかけ（ヒント）が投げかけられアスリート自身が考え・判断し・実践できるように成長していくことを求めている。（6月・9月報告再掲／下図）

また、トレーニングプログラムの全ての場面で、ゲーム中のシチュエーションを想定した内容を意図的に提示している。ゲーム中のどの場面で使えるかを常に考えトレーニングすることの大切さが徐々にアスリートに育まれていることがゲーム前後の話し合い（チーム・ミーティング）の場面からも伺うことができた。



今回の合宿でも、栄養サポートスタッフ（管理栄養士、スポーツ栄養士）の広瀬氏がスタッフとして入ってくれてことにより、夕飯として提供されるメニューをアスリート対応に監修し、事前に資料の提供をすることによりアスリートとして必要な栄養を摂ることを意識して食事をすることができた。こうした意識を持ち続けることがアスリートの成長を支えることと思う。

更に、今回の合宿では、トレーナーとして柔道整復師で接骨院を経営する安川氏に帯同していただき、トレーニング中に発生した怪我（捻挫）や疲労による痛みなどに迅速な対応をいただくことができた。なお、安川氏には治療院で使っているポータブル型のエコーを持ってきていただき、痛みや不調のあるアスリートに、その状況を診断し、解りやすく伝え、悪化させないためのケアやストレッチ・運動療法などの適切

なアドバイスをいただくことができた。希望するアスリートには、エコーにより成長軟骨を確認し、身長成長について診断結果を伝えてもらうことができたことも新鮮な経験であった。

(2) 課題・改善点

JHA エリートアカデミーのトレーニングでは、実戦を想定したトレーニングを重要視していることから、ゲームを必ず取り入れている。今合宿では、茨城県境町にホッケーチームが存在しないことから、地元のトレーニングパートナーを招聘してのゲーム形式のトレーニングはできなかった。トレーニングパートナーの調整は今後の合宿についても課題である。

JHA エリートアカデミー第2期では、①U15 からの推薦、②J-STAR からの適性検証をクリアしたアスリート、③開発実証からのホッケー未経験のポテンシャルアスリートという3つのカテゴリーからのアスリートが混在している。

特に③開発実証から選考された2名のアスリートには、居住地トレーニング（地域クラブ等とのマッチング+オンライントレーニング）により、いかにケアしていくかが当該アスリートの成長を大きく左右することになるが、オンライントレーニングによる個別の課題提供など更に丁寧な対応が必要な段階に来ている。アスリートの成長を見極めながら適切な課題提供と丁寧な対応を進めていきたい。（前報告再掲）

また、現在、強化育成本部テクノロジー&デブロップメント部が中心に取り組んでいる、世界で活躍するホッケー選手を発掘・育成するためのアスリート育成パスウェイ「ホッケー版 FTEM」の完成を、JHA エリートアカデミーの活動とリンクさせ同時進行で進めていくことが求められる。

こちらについても、JSC の指導をいただきながら、他のカテゴリー（U12/U15/U18/U21/サムライ・さくら）スタッフと連携し今年度末の完成を目指していかなければならない。（前回報告再掲）

更に、スタッフの充実についても事業を恒常的に進める上では大切な問題である。女性スタッフが薄くなっている現状の早期解決は重要課題である。（前回報告再掲）

以上