

夢見るホッケー教室

supported by  損保ジャパン



夢見るホッケー教室 in「ホッケータウン（京丹波町）」 実施要項

- 趣 旨** 全国のホッケー未経験者やホッケー経験者に対して、ホッケー競技の普及と競技力向上のため、ホッケーオリンピックや元日本代表選手より、ホッケーの楽しさを伝えると共に、世界へ羽ばたく選手の育成につなげる。
- 主 催** 公益社団法人日本ホッケー協会
- 協 力** ENEOS株式会社、株式会社WIS
- 後 援** 京都ホッケー協会、京丹波町ホッケー協会、京丹波町教育委員会
- 開催日** 令和6年10月19日（土）
① 9:00～12:00 小中学生（経験者） 79名
② 13:00～15:00 小学生以下（未経験者） 21名
- 開催場所** グリーンランドみずほ 人工芝ホッケー場
- 参加費** 無料
- 講 師** 清水美並（リオオリンピック代表）
星希巳加（東京2020オリンピック代表）
新井麻月（元日本代表）
吉川貴史（東京2020オリンピック代表/岐阜朝日クラブ）
田中世蓮（東京2020オリンピック代表/岐阜朝日クラブ）
- 事業担当** （公社）日本ホッケー協会_YumeProjectグループ 山下彰子
akkyhpy5959@gmail.com

○教室内容

9:00～12:00 小中学生（経験者）

9:00 開会式

9:10 w-up

9:20 スキルセッション

①ドリブルスキル、ランニングプッシュ

②DF スキル（1v1 の守備強化）

早く間合いをつめる、ボディポジション、スペースを追いやる守備

③1v1 スキル（駆け引き）

④シュートスキル

ヒット、リバースのポイント習得

⑤GK スキル（キッキングトレーニング）

10:00 雨天のため屋内でフィジカル TR

①体幹

バランス TR

②反射

頭を使ったリアクション強化

細かい動作習得するためのステップワーク

ホッケーに必要なアジリティ

③認知反応

カラーコーンを使った認知 TR

スプリント要素も混ぜて

④ラダー

ステップの強化、リレー形式で楽しく

⑤GK（防具装着したまま）

ハンドリング、アジリティ、認知反応、キッキングなど

11:20 質問コーナー

11:40 サイン会

11:50 プレゼント大会（じゃんけん）

12:00 写真撮影、終了

13:00～15:00 小学生以下（未経験者）

13:00 開会式

13:10 w-up

13:25 ホッケーのルール

13:35 パス

シュート

ドリブル

14:10 ゲーム

14:50 プレゼント大会 (じゃんけん)

15:00 写真撮影、終了

○所感

小原 直也 様 (京丹波町ホッケー協会理事)

夢見るホッケー教室の開催ありがとうございました。

雨の中、かがやき広場 (屋根付き多目的広場) や体育館で臨機応変にご対応いただいたことに感謝申し上げます。午前の経験者の部では、かがやき広場でのフィジカルトレーニングが主になりましたが、参加者にとっては今までにない視点でのアプローチであったため、新鮮な気持ちでメニューに取り組んでいましたし、講師の方と笑顔で会話するなど本物に触れるという素晴らしい経験ができました。

また、午後の未経験者の部では、体育館での取り組みとなりましたが、思い切り体を動かし、ホッケーは楽しいという気持ちになってくれたのではと思います。

夢見るホッケー教室は、日の丸を背負う代表選手という本物に触れる機会、高い技術を学ぶことができる機会、参加者相互の交流を図る機会であったと思います。場所の変更はありましたがとても貴重な時間となりました。午後の体育館ではスティックでボールをコントロールする講師の高い技術を見て、午前中も高いスキルを披露いただく機会がやはりあればと思いました。自分の目で高いスキルを目の当たりにすることでより高い目標を立てようとする気持ちが湧いてくるのではと思います。

また、教室では、地元の指導者が運営協力として参加をしていましたが、指導の意図、目的が明確なことや、講師のみなさんの選手へポジティブでテンポの良い声掛けなど大いに学ぶことができました。冒頭の講師のあいさつで、好きなホッケーを楽しむという声掛けがあったように、大好きなホッケーを楽しむという視点が重要であると思います。今後においても、ホッケーを楽しむという視点で、ポジティブに取り組みができればと思います。

講師：清水美並 (リオオリンピック代表)

今回は天気が悪く、ウォーターベースでホッケーをする時間がすごく少なかったのが残念でしたが、かがやき広場でホッケーに繋がるトレーニングをみんなが楽しんでやってくれたのでよかったです！上手くなるためにはスキル練習だけでなく、フィジカル面もすごく大切になるので、今回はフィジカルトレーニングの大切さも知ってもらえたのではないかと思います。

午後からは初心者子どもたちと一緒にホッケーをしましたが、みんな楽しそうにやってくれて嬉しかったです。これを機にホッケーを始められる子が少しでも増えるといいなと思いました。とても充実した良い1日になりました。

開催に携ってくださった関係者の皆さん、ありがとうございました。

星希巳加 (東京 2020 オリンピック代表)

今回は雨でホッケーは少しの時間しかできませんでしたが、短時間でもみんな集中してホッケーに取り組む姿に私も沢山の刺激を受けました。また、フィジカルトレーニングでも様々な動きを取り入れて充実した時間を過ごせたと思います。ホッケーの楽しさはもちろんのこと、身体を動かすことの楽しさも学ぶことができた貴重な時間だったと思います。これからも沢山のことにチャレンジして行ってほしいです。またみんなに会えるのを楽しみにしています。

新井麻月（元日本代表）

1日雨の中でしたが多くのみなさんにご参加頂きとても嬉しく、みなさんと共に有意義な時間をつくることができました！ありがとうございました。外でのホッケーは1回短いセッションぐらいしかできませんでしたが、あとの中でフィジカルもみなさんに楽しくホッケーに繋がるセッションができるようにと講師のみなさんと取り組ませて頂き参加者のみなさんの笑顔もたくさん見ることができてよかったです。

また、午後は未経験の子どもたち対象で幼児の小さな子どもたちも参加いただきましたがすごく上達もはやく、まずスティックとボールに慣れるのもはやく身体の大きさ関係なく思いっきりプレーし楽しんでくれていた姿を見ることができとても嬉しかったです。京丹波のホッケー関係者の皆さまもサポート頂きありがとうございました。

吉川貴史（東京2020オリンピック代表/岐阜朝日クラブ）

雨でグラウンドが使えなかったのがとても残念でしたが子供たちが少しでも成長しようと質問など積極的してくれたので指導していて嬉しかったです！

田中世蓮（東京2020オリンピック代表/岐阜朝日クラブ）

今回の夢見るホッケー教室では、大雨のためホッケーをする時間は少なかったですが、ホッケーに必要なトレーニングと一緒に行動することができ、いい経験になりました。ホッケー未経験の子たちとの室内ホッケーでは、楽しかったと言ってもらえ、少しでもホッケーに興味を持ってもらったので嬉しく思います。

○教室風景







