

# 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 山梨県南アルプス市 実績報告書

- 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
- 共 催** 山梨県ホッケー協会、NPO法人山梨県スポーツアカデミー
- 後 援** 南アルプス市教育委員会
- 協 力** 山梨学院大学ホッケー部
- 協 賛** 南アルプス交通株式会社、株式会社YBS T&L
- 開催日** 令和7年6月28日（土）
  - ① 10:00～12:00 幼児～小学生低学年（未経験者）親子参加OK 47名
  - ② 13:30～16:30 小学生高学年～中学生（経験者） 37名
- 開催場所**
  - ① 南アルプス市白根B&G海洋センター アリーナ
  - ② 山梨県立白根高等学校 第二運動場（ホッケー場）
- 講 師** 山崎 晃嗣（現役日本代表 / 東京2020オリンピック代表 / Blue Sticks SHIGA）  
松本 和将（現役日本代表 / 宮崎県 All sticks）  
佐藤 雅子（元日本代表 / ロンドンオリンピック代表）
- 事業担当** （公社）日本ホッケー協会\_YumeProject グループ 山下彰子  
akiko.yamashita@japan-hockey.org

## ○教室内容

10:00～12:00 幼児～小学生低学年（未経験者）親子参加 OK

10:00 開会式

10:10 w-up（楽しく身体を動かそう）

10:30 ホッケーのルール、デモンストレーション

10:40 実際にスティックとボールを使ってスキルにチャレンジ

- ・ドリブル
- ・シュート

11:15 ゲーム

11:40 エキシビジョンゲーム

11:55 プレゼント大会

12:05 写真撮影など

12:10 終了

13:30～16:30 小学生高学年～中学生（経験者）

13:30 開会式

13:40 w-up

13:50 スキルチャレンジ

<シュート>

- ・ランニングヒットシュート
- ・ランニングリバースヒットシュート
- ・ランニングプッシュシュート

- 1.シュートを「強く・速く・正確なコース」に打つ方法
- 2.顔を上げてドリブルしながら周囲を見て判断する力
- 3.リバースヒットの正しいフォームと打ち方
- 4.ランニング中に行う各種シュート技術

【ポイント】

- 1.ファーストタッチ後にボールを正確にコントロール  
フリーであればそのままシュートにつなげる判断と技術
- 2.フォアハンドドリブルでは、左腕をしっかり前に出しながら右前方にボールを置く  
→そうすることで安定したボールコントロールができるようになる
- 3.グリップの正しい握り方  
スティックをボールに対して真っすぐ当てる意識  
適切なボールの位置を理解すること
- 4.シュート時のグリップの握り方に加えて  
体全体を使った動作やタイミングの重要性も伝える

<1v1>

- ・相手に向かわずにスペースに向かい DF を動かす
- ・緩急や 3Dskill を活用した FW の観点。
- ・スティックプレッシャーとブロッキングの DF の観点。

## <ドリブル>

- ・リフティング
- 1.スペースがない場所でのドリブル
    - ・顔を上げる
    - ・ドリブルの種類を使い分ける
    - ・動き続ける
  2. スペースがない場所でのパス
    - ・出し手と受け手の意思疎通  
→パスのタイミングを合わせる
    - ・パスのスピードを使い分ける
    - ・常に周りを見ながらポジショニングを意識する
  - 3.小学生高学年はボール出し
- 15:30 ゲーム  
16:15 質問タイム  
16:25 プレゼント大会  
16:30 写真撮影など  
16:35 終了

## ○所感

### 【山梨県ホッケー協会 三澤 美香 様】

このたび「夢見るホッケー教室」を山梨県南アルプス市にて開催することができ、大変嬉しく思っております。講師としてお越しいただいた3名は、いずれも山梨学院大学ホッケー部の出身で、山梨にゆかりのある素晴らしい選手たちです。地元でこのような機会を持てたことは、私たちにとっても大きな意味がありました。

午前中は、初めてスティックを持つ幼児や小学生が多く参加し、ホッケーの楽しさに触れて笑顔あふれる時間となりました。講師の皆さんのわかりやすく丁寧な指導に、子どもたちは熱心に耳を傾けており、その姿がとても印象的でした。最後の講師対子どもたちの試合は、みんなが全力で取り組み、会場全体がとても盛り上がりました。午後からは、すでに競技経験のある小学生・中学生を対象に、より実践的な指導が行われました。特に、講師のうち2名が現役のサムライジャパン（男子日本代表）ということもあり、子どもたちにとっては憧れの選手から直接学べる、貴重で刺激的な時間となったようです。

真夏のような暑さの中ではありますが、夢見るホッケー教室が無事に開催できたことに感謝しております。参加していただいた皆さま、そして、今回運営に携わっていただいた関係者の皆さま、本当にありがとうございました。

「夢見るホッケー教室」は、ホッケーの楽しさを多くの子どもたちに伝え、競技のすそ野を広げていくとても意義のある事業だと思います。これからも、こうした取り組みを通じて、ホッケーが日本全体でもっと盛り上がっていくことを心から願っています。

**【山崎 晃嗣（現役日本代表 / 東京2020オリンピック代表 / Blue Sticks SHIGA）】**

このたび、幼児から中学生を対象としたホッケー教室に講師として参加させていただきました。

参加してくれた子どもたちはみんな元気いっぱい、ホッケーを心から楽しんでくれている様子が何より嬉しく、非常に充実した時間となりました。スキル練習後のミニゲームでは、講師と子どもたちが実際に対戦する形式を取り入れたことで、より実践的で刺激のある経験になったのではないかと感じています。目を輝かせながらプレーする子どもたちの姿がとても印象的でした。

このように、ホッケーの魅力を伝える活動を通じて、「ホッケーをやってみたい」「試合を見てみたい」と思ってもらえるきっかけをつくることは、日本ホッケー界全体の発展につながる大変意義のある取り組みだと感じています。夢を育むこのホッケー教室の活動が、今後も継続されることを心から願っております。また機会があれば、ぜひ再び参加させていただき、日本のホッケーの普及・発展に少しでも貢献できれば幸いです。

**【松本 和将（現役日本代表 / 宮崎県All sticks）】**

この度は、山梨県で開催された夢見るホッケー教室に参加できたこと嬉しく思っています。

今回の事業では、幼児(4～6歳)と小学生高学年、中学生を対象としましたが、楽しそうにホッケーに向き合ってくれている姿を見て、感動しました。ホッケーの面では、基礎を中心に年齢が上がるにつれて高いスキルを取り入れましたが、一生懸命話を聞き、実践してくれたこと心より感謝しております。子供達に夢を与えることはもちろんですが、私自身も勇気をもらうことができました。また、機会がありましたら是非参加させていただきたいです。

**【佐藤 雅子（元日本代表 / ロンドンオリンピック代表）】**

今回初めて夢見るホッケー教室の講師をさせていただきました。

子供達の愛くるしい表情を数多く見ることができ、良い雰囲気の中で私も一緒になって楽しい時間を過ごすことができました。初めて参加された保護者の方々から「実際にホッケーに触れて楽しかったです！」「子供が楽しくしている姿を見ると親もすごく嬉しい！」等ありがたい感想をいただき心底嬉しかったです。どのような伝え方やリアクションをしたら、もっと子供達が笑顔でいてくれるか私自身とても貴重な経験を得ることができました。

今後もこのような機会等ありましたら、ぜひサポートさせていただきたいと思います。参加させていただき本当にありがとうございました。

○教室風景





