

第4回育成プログラム

ライフル射撃体験 なぎなた体験



ライフル射撃競技において、中学3年生を対象としたトライアウト(専門実技テスト)と、中学1・2年を対象とした体験プログラムが行われました。今回は特別に日本ライフル射撃協会の三野卓哉氏を招き、質の高い指導をしていただきました。

プログラムの内容としては、銃の扱い方についての説明後、ビームピストルによる練習、そして実際に採点してもらいました。協会の方々もアスリート生の能力の高さに驚かされていました。

また、保護者の方々にもビームピストルの立射を体験していただきました。最後には、アスリート生の立射技能を分析評価した「弾着評価システム出力表」が一人ずつ渡され、協会の方から適性評価が行われるなど、ライフル射撃競技の楽しさを体験することができました。



小学5・6年生を対象としたなぎなた体験は、ほとんどのアスリート生にとって初めての体験となりました。まず、基本動作となる構え・足さばき・打突

を習い、攻撃の仕方や受け方を繰り返し練習しました。

特に「八相の構え」から「打突(攻撃)」に入る動作やなぎなたを素早く持ち替える動作はとでも難しそうでした。

最後には防具を着けた講師の先生方を相手に打ち込みをしました。内容が非常に盛りだくさんで「楽しかった」「もっとやってみたい」という声が多く聞かれました。

今日の体験をきっかけに、なぎなた競技への興味・関心が高まってくれることを期待しています。



コーディネーティング



次回(6/29)のプログラム

- キッズ
- ・自転車競技体験
 - ・自宅課題カリキュラム
- ジュニア
- ・サッカー体験



私たちはスポーツ振興くじ助成を受けています。



年6回行われるコーディネーティングの第1回目が小学5年生から中学2年生を対象に行われました。様々な道具を使用した工夫された内容で、発達段階に応じたコーディネーティング能力を習得していきます。これから1年間のトレーニングを通して、どのように成長できるか、楽しみです！

(WAP NEWS は県体育協会のホームページでもご覧いただけます。)