

# WAP NEWS

宮崎ワールドアスリート発掘・育成プロジェクト

第21号 2024年3月9日  
宮崎ワールドアスリート発掘・育成  
プロジェクト実行委員会事務局

## 第22回育成プログラム R6.2.3(土)



# タグラグビー



今回のタグラグビーは、雨天の為体育館で行いました。外で実施することができず残念でしたが、体育館を広々と使って楽しく活動することができました。ラグビーフットボール協会の講師の先生方のとても明るく元気な声掛けに、アスリート生も元氣よく「タグ!」など掛け声を発していました。ゲームでは、最初は難しいルールに少し苦戦しましたが、先生にルールの再確認を行ったり、チームで作戦を立てて実践することを繰り返し行うことで、ルールにも慣れてタグラグビーの楽しさや魅力を体験することができました。

今回のボクシング競技は、中学1・2年生合同で行いました。アップを行った後、構え方や打ち方・フットワークなどの基本動作の練習、二人一組になって相手の体をタッチするゲームやミット打ちを行いました。ミット打ちでは、グループに分かれて全員が講師の先生方に直接指導をしてもらいながら、取り組むことができました。最後に行ったサンドバック打ちトレーニングでは、とてもきつそうでしたが全員で声をだし、励まし合いながら最後まで全力で取り組む姿が見られました。終始元氣よく活気のある雰囲気、ボクシングの動きを習得できたプログラムでした。



# ボクシング



〔WAP NEWS は県スポ協のホームページでもご覧いただけます。〕