

【巡回指導<1>】 郡山市立御館中学校

日 程：2015年10月28日(水)

参加者：御館中学校 10名 / 新田先生、菊地先生

指導者：千葉進也 (元堺ブレイザーズ)

同行者：事務局/天谷実行委員長、事務局/吉野睦美



巡回指導 第1回目。名取で一度お会いできているので、体育館に到着した私たちを、皆さん満面の笑顔で出迎えてくれました。まず始めに、天谷実行委員長・千葉講師からご挨拶。そしてDVD鑑賞。みんなとても真剣な表情で画面を見入っていました。来年はみんながこのDVDに登場しますよ！と話す天谷委員長に、みんな、笑顔で応えてくれました。



ウォーミングのアップの後には、千葉コーチによる、シートレシーブ。1本でも落としたり、すぐに交代という厳しい練習です。強打、軟打、いなし、ワンタッチと…ありとあらゆるところに飛んでくるレシーブ指導は、回を増すごとに、どんどん楽しくなっていきます。3人で声を掛け合い、みんな必死にボールに食らいつきます。たくさんのファインプレーが続出！



新田先生のお話をきいて、それにあつた練習メニューを千葉コーチが実践します。スパイク練習では、身体の軸をぶらさないこと、空中で左手を畳み込むことで、スウィングに勢いをつけることを教わりました。さあ！実践です！！上手くできるかな。中学生の練習を見学にきてくれたジュニアチームの子ども達も、一緒にスウィングの練習をしていました。



練習後のミーティングでは、千葉コーチから、コートの中で声をかけあうことの大切さや、一日一日の練習への取り組み姿勢について教わりました。次回までに、またどのように変わっているか楽しみです。第1日目の巡回指導には、保護者のみなさん、ジュニアバレーの小学生の皆さんが駆けつけてくれて、とても賑やかな雰囲気、終了しました。