

【巡回指導<3>】白河市立白河第二中学校(女子)

日程: 2017年5月14日(日)

参加者: 白河第二中学校(女子) 20名 / 寺島先生、弓田先生

指導者: 岡野弘子 (元岡山シーガールズ)

同行者: 事務局 / 藤野美緒



白河第二中学校3回目の巡回指導は岡野弘子コーチ。顧問の先生から、自分が苦手なところや、今日学びたいことは何かを岡野コーチに伝えるように、一人一人の目標を紙に書き出してくれました。今日の練習メニューを顧問の先生と打合せをして、本日の練習をスタートしました。



自分の予測と外れたり、少し難しいと感じたボールに対して、ボールを追いかけるのを諦めてしまう様子が見られた為スライディングの練習を取り入れました。



レシーブで形が崩れたり迷ったボールでも、セッターに持っていくという意識を持つようにと、岡野コーチから子供達に何度も伝えていました。



大会前の練習とゆう事もあり、6人の動きを確認しながら乱打形式の練習を行いました。ポイントを一つ一つ丁寧に確認しながら。相手の動きをよく見て、ボールの動きを予測して動くことも大事。普段の練習の時でも意識して練習することが大切である。岡野コーチから沢山のポイントを伝えられていました。