

【巡回指導<4>】 白河市立白河中央中学校 男子・女子

日程：2017年8月11日(金)

参加者：白河中央中女子(20名)／小針先生、白河中央中男子(20名)／田崎先生

指導者：内藤香菜子(元NECレッドロケッツ)、小野章三(元堺ブレイザーズ)

同行者：事務局／天谷実行委員長・小色尚子・藤野美緒



白河中央中ラストの巡回指導は、男子は小野コーチ、女子は内藤コーチが指導しました。男子チーム女子チームの間に、小野コーチと内藤コーチも整列です。



男子は新チームに対して基礎をみっちりとお願ひしますとリクエストがあり、3年生が小野コーチのアシスタントとして1・2年生に指導しました。オーバー、アンダー、サーブ、アタックミート、1人で出来る練習など、丁寧に時間をかけての指導がありました。3年生が一生懸命に1年生に教えている姿がとても印象的でした。最後は小野コーチを入れて全員バレーでゲームをしました。



ウォーミングアップを兼ねて、ボール2つを使って全員バレーをしました。コートに10人ずつ入っているのでも、ボールが繋がるかと思いきや、2つのボールを目で追うことが難しいゲームです。実は、コート内のメンバー同士の声掛けが重要だとうことを気付かせてくれる全員バレーでした。



スパイクの練習では、ボールに力を伝えるために躊躇せず思い切り踏み込みヒットすることが伝えられました。ネット際でトスを上げざるを得ないときは、無理せずにミスを少なくすることも伝えられました。新チームになってから1・2年生の意欲的な姿勢が見え、チームとしての成長も感じられました。



最後は、1年を振り返り、4期の活動をまとめたDVDを鑑賞しました。小野コーチから「白河中央中の皆さんへ伝えたいこと」の話がありました。バレーボールが出来るのが当たり前ではなく、支えてくれている多くの方に感謝の気持ちを持って欲しい。いつも自分の近くで一番支えてくれている保護者と先生に感謝の気持ちを伝えようと、「ありがとうございます」と全員で伝えました。終了後、保護者の皆さんが準備して下さった美味しい昼食をいただきました。保護者の皆さん大変お世話になりました。白河中央中の皆さん、1年間本当にありがとうございました。