

【巡回指導<4>】 二本松市立二本松第三中学校(女子)

日 程: 2018年8月5日(日)

参加者: 二本松第三中学校(女子) 14名 / 須賀先生

指導者: 岡野弘子 (元岡山シーガルズ)

同行者: 事務局 / 藤野美緒



ラストの巡回指導、最初の練習は体幹トレーニングやストレッチです。普段の生活や練習の中で、是非やって欲しいトレーニングを岡野コーチから教えていただきました。



アップでフライングレシーブの練習をしているところを見ていた岡野コーチから、更に別の練習方法を教えていただきました。横に転がりながら移動する練習で、なるほど！こーゆう練習もあるんだな〜と見ていましたが、かなりキツイ表情を浮かべながら頑張っていました。



ラストの巡回指導でも、苦手とするレセプションの練習をしっかりと。1年前に出会った頃とは全く違って、レシーブも上達しているのですが、レセプションが苦手という気持ちの面はこれからの課題です。上級生がいない1年生10人からスタートした二本松三中の巡回指導でしたが、4月からは新入部員1年生4人が加わりました。先輩後輩の関係が生まれ、お互いに戸惑うこともあるかもしれませんが、チーム一丸となって良いチームになって欲しいなと思います。最後は保護者の皆さんも一緒に記念写真。岡野コーチは、1人1人からメッセージが書かれた色紙をいただきました。1年間大変お世話になりました。二本松三中の皆さん、ありがとうございました。