

## 令和3年度第2回名北支部指導者講習会（報告書）

講師：與猶 くるみ氏

参加校：名北支部の高校15校（指導者18名 生徒51名 計69名）

日時：令和3年12月11日（土）9：00～12：30

場所：春日井商業高校体育館

今回は各学校のトップ選手を対象としたため、内容はダブルスの技術をあげる練習を重点的におこないました。最初から、ノック中心の練習で、練習者が意識することや練習の意義、それに加えてノックを出すタイミングや高さなど生徒だけでなく指導者が意識することまで伝えてくれました。ノックの種類としては、

- 1、前衛の2点（左右プッシュ）
- 2、前衛の4点（プッシュ⇒飛びつき 交互）
- 3、後衛からスマッシュ⇒ドライブ⇒プッシュ を行いました。

その後、ダブルスのパターン練習を行いました。すべての練習で與猶講師が実践して、ポイントなどを解説してくれました。パターン練習の種類としては、

- 1、半面で2対1のレシーブ練習（積極的に守りのレシーブから攻めに転じる）
- 2、4対2で2のレシーブ練習（積極的に守りのレシーブから攻めに転じる）

最後に、ダブルスを行うにあたって基本が大事という與猶講師から、スマッシュの打ち方やサービスの出し方を指導してもらいました。

最後に與猶講師の方から、今回いろいろな練習を紹介したが、あまり特殊な練習ではなく、やったことがある練習であったかもしれないが、実は日本代表でも同じ練習をしていて、行っている選手の意識や質が異なるだけだとおっしゃっていました。また、それをおこなうためには基本が大事で、今回のメニューをこなすだけでなく、ラケットワークやフットワーク等の練習もこなしていくことが必要だというお言葉をいただいて講習は終了しました。

今年度名北地区は2回講習をおこない、基本的な技術、それを使った練習を学ぶことができた。この内容を学校のクラブ活動へ持ち帰り、次のインターハイ予選までの練習につなげていきたいと思います。



愛知県バドミントン協会 指導委員会  
立松幹浩