

## 平成25年第5回「知事と一緒に生き活きトーク」の議事概要

1 テーマ:はばたけ！未来のトップアスリート

2 日時:平成25年9月21日(土) 12:30～14:30

3 場所:きびじアリーナ(総社市)

4 参加者:“チャレンジザトップ”(ハンドボール競技:中学生)に参加している  
県選抜選手、県内指導者及び県外(沖縄県、京都府)指導者 10名

### 5 知事の挨拶

- ・県ではスポーツの競技力向上に力を注いでいる。今日のトークでは、ハンドボールという競技を通してスポーツ全般のレベルアップに繋がるヒントを見つけたいと考えている。

### 6 意見内容等

#### (県選抜選手)

- ・目標は、JOC予選リーグ突破。(男子)
- ・U-16日本代表に入るのが当面の目標。(男子)
- ・JOCでベスト4に入るのが目標。(女子)
- ・先生からは、日頃の生活がプレーに出るとよく言われる。日頃の生活が乱れると肝心な場面で力が出ない。
- ・やはり、ハンドと勉強との両立が難しい。
- ・以前は自分のことで精一杯。キャプテンになり、チームメートのこと、周りのことを考えられるようになった。
- ・ハンドをすることで、以前と比べて自分の意見を伝えることができるようになった。

#### (県外指導者)

##### ○現状及び指導方針等

- ・沖縄県浦添市では、11の小学校、5つの中学校全てにチームがあり、ピラミッド型の育成環境が整っている。試合で後悔したくなければ、良い準備をすることを選手には求めている。
- ・以前、京田辺市で国体のハンドボール競技が行われたことがあり、その頃から小学生のハンドボール競技が盛んになった。現在では、毎年、小学生の全国大会が京田辺市で開催されている。経験のある生徒たちを中学で預かり、さらに基礎を身につけさせ、高校へ送り出すことを念頭に指導している。
- ・文武両立と言うのは簡単だが、現実はなかなか難しい。試験前には勉強面でのサポートも行っている。
- ・3カ月後、1年後など、先を考えたトレーニングを心がけている。選手に求めているのは、結果ではなく失敗を恐れないチャレンジ精神と自立。選手自らが考え行動するように指導することが必要。1日の練習時間は1～2時間。週に1日は練習を休むことにしている。

##### ○伸びる選手

- ・選手であれば目標は持っている。その目標達成に向けて、日頃からどのように取り組むかを具体的に自らが考える必要がある。それは勉強も同じこと。
- ・不器用な選手ほど、後々伸びる。時間をかけて覚えたことは凄い力となる。我々指導者は根気強く指導することが大事。選手には、間違っていて構わないので、自分の意見を言うことを求めている。

### ○怪我の予防

- ・ 予防にはインナーマッスルを鍛える必要がある。それに加え、怪我からの復帰に向けては医療スタッフとの連携を密にすることが大事。
- ・ 股関節トレーニングを重視。股関節が柔軟であれば怪我をしにくい。

### ○行政の支援

- ・ 今回のように県外から強豪チームを頻繁に招くことで、選手や指導者が多くの刺激を受け、成長できる。ハンドボールだけでなく、サッカーとハンドボールなどの異種競技を組み合わせ、同時開催できればもっと良い。特定の競技に限るのではなく、スポーツとして捉えて開催できれば、もっとスポーツが盛んになる。
- ・ 専門の指導者を多く採用できれば良い。多くの学校では、専門外の先生が指導しているが、その先生方をサポートできる体制が必要。

### (県内指導者)

#### ○現状及び指導方針等

- ・ 強豪県と違い、岡山市内でもハンドボール部があるのは1校。小学校で競技を行っていても受け皿がないのが現状。そのあたりの環境を何とかしたい思いが強い。
- ・ 女子の場合、何とか予選リーグを突破できても、決勝リーグ初戦で敗退してしまうのが今の実力。
- ・ 中学生は発達段階であり、ピークはまだまだ先。それを見据えた指導が必要であり、学業との両立にも気を配る必要がある。
- ・ 選手一人ひとり違うため、それぞれの特性を生かす指導を心がけている。

#### ○伸びる選手

- ・ やはり、自己管理ができる選手は伸びる。
- ・ コミュニケーションが大事。自分で考えて理解し、それを伝えることができるようになることが必要。

#### ○怪我の予防

- ・ トレーニングについても正しい知識が必要。それを理解した上で、トレーニングを行うことが必要。
- ・ 選手がベストコンディションで練習、試合に臨めるよう気を配っている。怠慢な対応で、防げることができる要因で怪我を引き起こすことのないようにしている。選手にもその意識が必要。それは将来社会に出ても必要なこと。

#### ○行政の支援

- ・ 環境面、ハード面を整えていただきたい。生徒たちが望む競技ができる環境、そのための指導者の配置も必要。
- ・ 公共の施設に空調だけでも整えていただければ、トップレベルの試合観戦の機会も増え、生徒たちが一流選手のプレーに接することができる。それがスポーツ全体の底上げにも繋がる。

### (知事の意見)

- ・ 結果も大事だが、やはり発達段階に応じた適切な指導を行うことが必要。怪我無く選手を伸ばす取組が必要だ。
- ・ 経験上、日本での指導では叱られることが多く、それは指導者が叱ることで伸びると判断したと思っているが、もっと選手を褒めることで伸ばす指導もある。
- ・ 予算との関係もあるが、もっと専門の指導者が身近にいる環境づくりが必要と考えている。