

競技体験プログラム【キッズ】活動報告

1 日時

2025 年 12 月 6 日（土） 18 時 25 分から 20 時 30 分まで

2 会場

名古屋市千種スポーツセンター

3 プログラム名

ハンドボール

4 講師（敬称略）

一般社団法人愛知県ハンドボール協会 田中 俊行、田中 宏樹（他 4 名）

5 活動内容

今回はハンドボールの 2 回目の競技体験でした。ウォーミングアップに続いて、パス練習を行い、正しいボールの投げ方について学びました。その後、ハンドボールの基本的なシュート（ランニングシュート・ステップシュート・ジャンプシュート）の練習を行ったのち、実践に近い状況の課題練習として 1 人対 1 人、2 人対 2 人を行いました。状況を判断し、自らシュートすることや空いている味方にボールをつないで、シュートをする練習でしたが、最初は状況の判断が難しく、上手くできませんでしたが、講師の助言により的確な判断ができるようになり、スムーズにプレーができるようになりました。

まとめとして、ハンドボールの特性やルールを理解しながら、男女に分かれ 5 人組のミニゲームを行いました。パスをうまくつなげ、シュートが決まったり、ゴールキーパーがシュートを阻止したりすると、喜びの歓声が上がり、楽しくゲームができました。最後は、現役のトップ選手と 7 m スロー対決を行いました。たいへん盛り上がった競技体験となりました。



シュート練習



白熱したゲーム



トップ選手と 7 m スロー対決



集合写真

競技体験プログラム【キッズ】活動報告

1 日時

2025 年 11 月 29 日（土） 18 時 25 分から 20 時 30 分まで

2 会場

名古屋市枇杷島スポーツセンター

3 プログラム名

ハンドボール

4 講師（敬称略）

一般社団法人愛知県ハンドボール協会 田中 俊行、藤本 純季（他 3 名）

5 活動内容

ハンドボールの 1 回目の競技体験を行いました。最初のウォーミングアップでは、競技場内を広く使いながら走ったり、ボールを使って様々な体ほぐしを行ったりしました。その後、パスやシュートなどのハンドボールに必要な技能を学びました。相手を取りやすいパスをするために気をつけることやジャンプシュートのコツなど、講師からのアドバイスを生かしながら練習に取り組むことができました。

最後は、各学年でゲームを行いました。ほとんどが初めてのハンドボール体験だったため、ルールを確認しながらゲームが進められました。ドリブルを制限し、パスのみでゴールを目指す特別ルールが設けられる中、得点を獲るために各チームが作戦を考え、ゲームに臨んでいました。シュートが決まると見学していた保護者からも拍手が起こり、大いに盛り上がったゲームとなりました。



講師の先生方



ボールを使ったウォーミングアップ



ジャンプシュートの練習



白熱したゲーム