

2024 年度第 1 回奈良県小・中学校合同練習会を開催

奈良県柔道連盟主催で、「2031 年開催の国民スポーツ大会」に向けて、小学生と中学生選手を対象に強化策の取り組みの一つとして、6 月 30 日(日)午後 1 時から 4 時まで天理大学武道館・柔道場で合同練習会が行われました。小学生と中学生がそれぞれ 100 名以上と天理大学の柔道部の学生が約 30 名、引率の指導者も 50 名以上という総勢 300 名以上が集まり大盛況となりました。また、練習を見守る多数の保護者も入って、会場内は熱気であふれていました。

練習の初めと最後には、『奈良県アスレティックトレーナー協会・副代表理事』の仲下将裕さんによるダイナミックストレッチの講習や運動指導がありました。指導者の先生方も選手と一緒に、熱心にストレッチをしたり指導の下に身体を動かしたりしました。

その後、小学生は学年別で、中学生は男女別に分かれてそれぞれのグループごとに打ち込みを行いました。乱取り練習は、人数が多いので 3 グループに分かれての 3 班稽古を行いました。天理大学柔道部の選手も積極的に小学生や中学生の相手をしてくれました。中学生の男子のグループには、穴井先生も入って選手と一緒に大いに汗を流しておられました。技の講習会もあり、穴井先生による「背負い投げ」「小内刈り」の説明があり、技の練習と、講習会の最後には、希望者による技の披露の時間がとられました。

合同練習は、大きな事故もなく予定通り 4 時に終了しました。2031 年の国民スポーツ大会の奈良県開催に向けて選手の競技力を高めるという趣旨において大変有意義な取り組みとなりました。ただ、今後も継続していくためには、参加者のマナーなどの課題も見えました。



2024 年 6 月 30 日(日)

練習を終えて全員で記念撮影

天理大学武道場(2階) 柔道場



運動指導される仲下将裕氏



練習に参加する穴井先生と大学生



技の講習会と、希望者が技を披露