

平成 26 年度筑波大学重点公開講座  
スポーツ科学の成果を指導・練習に活かそう！  
宮城県山元町での中学生との交流野球教室

奈良隆章

1. 概要

本学硬式野球部は、2012 年 1 月に宮城県亶理郡山元町において、震災後の復興支援活動(がれきの撤去作業)をさせていただいた。その際に、小学生を対象とした野球教室を行った。あれから 3 年の月日を経て、野球を通じて山元町の皆さまと再会し、さらに交流を深めることを目的とし、今回の野球教室を実施した。

山元町教育委員会ならびに山元町立山下中学校教諭・武内紳也氏、山元町立坂元中学校教諭・三宅勝氏のご協力の下、牛橋運動公園野球場および山下中学校に本学硬式野球部関係者を派遣し、野球の技術指導を行った。また先方より要望があった栄養講義についても実施した。

なお、この交流野球教室は 2013 年度より継続課題として採択されている「社会貢献プロジェクト」と共同で開催された。

2. 実施期日

2015 年 1 月 24 日(土)～2015 年 1 月 25 日(日)

3. 実施場所

「牛橋公園野球場」(宮城県亶理郡山元町山寺字東泥沼 170-1)

「山元町立山下中学校」(宮城県亶理郡山元町山寺畑中 29)

4. 講師

- ①奈良隆章(体育系助教、本学硬式野球部コーチ)
- ②川原啓史(葉隠勇進株式会社、管理栄養士)

5. 実技指導員・補助員

①硬式野球部コーチ 2 名

小倉圭(コーチング学専攻 1 年)、星野健太郎(体育学専攻 2 年)

②硬式野球部員 18 名

板崎直人、大間幹起、桶谷尚輝、工藤大輔、國井伸二郎、寺田光輝、中野雅之、丹伊田翔、野田航洋、野々村高志、水野将吾(以上 3 年)、大澤永貴、近藤哲也、汐月祐太郎、千葉裕介、三木翔太(以上 2 年)、佐藤史龍、細川諒太郎(以上 1 年)。

③芸術専門学群学生 2 名

角田真季(4 年)、日高美樹(3 年)。

6. 参加者

総勢 28 人(中学生 26 人、指導者 2 人)。

7. 実施内容

1 月 24 日(土)(於：牛橋公園野球場)

12:30 開講式

奈良より本野球教室の趣旨を説明した。

12:45 ウォーミングアップ

13:15 キャッチボール

13:30 ボール回し

13:40 ペッパー

13:50 ポジション別の守備練習

各ポジションに分かれて守備練習を行った。各ポジションのリーダーがメニューの説明を行い、段階的な技術指導を行った。

14:45 休憩

15:00 打撃練習



ポジション別の守備練習

15:45 フィジカルトレーニング

体幹トレーニングおよびベースランニングリレーを行った。

16:30～ 1日目終了

1月25日(日)(於:山下中学校)

9:00 栄養講義

川原講師より栄養講義が行われた。保護者も10名程度参加した。

10:15 ウォーミングアップ

10:45 キャッチボール、カットドリル

11:00 ボール回し

11:15 シートノック

2日間の総まとめとしてシートノックを行った。

11:45 打撃練習

学生が生徒に対しマンツーマンで打撃指導をおこなった。

12:30 フィジカルトレーニング

13:00 野球教室終了

13:30 交流会

牛橋区民会館にて交流会が行われた。豚汁、ピザなどを食べながら生徒と学生が楽しく交流した。

15:45 閉講式

奈良より受講生に修了証が渡された。最後に全員で記念撮影を行った。



全員で記念撮影

## 8. 受講者の声

「大学生のスピード感あふれるプレーが印象に残っている」(中学生), 「トレーニングをするだけではなく、適切なタイミングで質の良い食事をする必要があることを学んだ」(中学生), 「大学生が生徒たちの心をつかみ、上手に指導してくれた。特にマンツーマンで技術指導してもらえたことがありがたかった。」(顧問教諭), 「次回は亘理郡全体で開催してほしい」などのコメントをいただいた。

## 9. 総括

今回の野球教室では2日間にわたって様々な活動を行い、多くのことを学んでもらえたと推察する。特に、大学生が真剣に野球と向き合う姿から参考にしてもらえることがあったのではないだろうか。

終始和やかな雰囲気で行うことができたため、学習効果も高かった。閉講式の際に、中学生と大学生が抱き合いながら別れを惜しむ姿が大変印象的であり、本講座の成功を表しているようだった。

今後も活動範囲を広げて、質の高い野球教室を実施できるよう、野球に関する研究を深めるとともに、指導員の育成を図りたい。