

【報告書】

令和6年度トップ指導者によるバドミントン・指導者講習会

講師：嘉村健士氏（YONEX 監督）

協力：YONEX 名古屋支社

参加者：指導者 25名 選手 68名

日時：令和6年7月20日(土) 9:00~16:00

場所：豊川高等学校第2体育館

午前中は、参加者が初級～上級とあり、バドミントンに必要なフットワークの練習方法とダブルスレシーブの練習方法について講習を実施されました。

フットワークについては、前後のフットワークを重点的に紹介。一歩目の動き出しを速くすることや、スウィングしてからプッシュを打つフットワークを紹介された。スウィングにおいてもクリアとスマッシュの違いを意識し、それぞれ打ったあとに動き出す（戻る）スピードの違いを細かく説明された。特に強調されていたのは、シャトルを意識した動きをすること、ノックであろうと、どんな状態でも丁寧に返球することだった。当たり前のように聞こえることでも、嘉村氏の言葉には説得力と重みがありました。



午前後半は、硬かった参加者の表情も嘉村氏の人柄もあり、笑いがあり楽しい雰囲気になっていきました。後半は、ダブルスのレシーブの練習方法を紹介されました。指導者が特に釘付けになったのが、シャトルを二個持って投げ入れるレシーブ練習でした。投げ方のコツを嘉村氏から教わっている指導者の目はキラキラしていました。この練習方法は、レシーブのスウィングをコンパクトに速くする方法で、選手たちも面白い練習方法だったので楽しみながらやっていました。

午後は、ゲーム中心に相手をしてくださいました。

始めにダブルスのデモンストレーションを兼ねて、参加者の高校生と小学生とそれぞれゲームを披露してくださいました。その後、半面シングルスとダブルスに分かれて、選手が嘉村氏やYONEXの方、指導者に相手してもらおうなど、選手はとても嬉しそうでした。



最後に恒例の質問タイムを設けてくださいました。質問の中には、「試合前のアップはどんなことをするか？」という問いに、嘉村氏は「いつもの練習と同じアップをする。そして、今日の体の調子を知るようにしていた。」と答えられていました。指導者からもたくさん質問が出て、とても有意義な時間となりました。



嘉村さんをはじめ YONEX のみなさん、参加者のみなさん、暑い中ありがとうございました。

指導委員会 飯田香里