

AQUA NEWS

JULY.2017

ホームページ

URL <https://smile-aqua.com>



早いもので、1学期の締めくくりの月になりました。

夏休みの計画も、各ご家庭持ち上がっていることと思います。

6月末から、梅雨らしくなり、急に蒸し暑くなってきましたね。プールも始まり、レッスンに来る頃には、お疲れモードの時もありますが、その日にできる100%で頑張ってみましょう。毎日全力でなくても、時にはゆっくり進みながら、新体操の技を身につけていけたらいいですね。



第8回アクアカップ

6月25日(月)～第8回アクアカップのお知らせを配布します！！

早いもので、今年で8回目を迎えるアクアカップ、今年も多くのチームが参加し、にぎやかな大会になりそうです。「競い合う」「一人で演技する」となると、緊張してしまうかもしれませんが、結果も大事かもしれませんが、目標に向けて取り組む過程を大切に、できることをしっかり見せられるよう頑張ってお練習していきましょう。詳しくは、アクアカップお知らせをご参照ください。

今年の種目は次の通りです。

コンテストの部 コンテストの部には順位はなく、アクア賞が入賞となります。アクア賞以外にも参加者全員に素敵な賞が授与されます。

- ・幼児・1, 2年生・・・徒手
- ・3・4年生・・・ロープまたはボールから1種目選択
- ・5・6年生・・・ロープ・フープ・ボール・クラブ・リボンから1種目選択
- ・徒手団体・・・小学生限定 出場希望者で3～7名のチームを作ります。

競技の部 ルールに基づいて、演技を採点し順位を決定します。

- ・キッズ・・・小1～小2 自由演技
- ・チャイルド・・・3・4年 ロープ
- ・ジュニア・・・小5～中3 フープ・ボール・クラブ・リボンから1種目選択
- ・シニア・・・フープ・ボール



種目の選択につきましては、レッスンの中で、子供たちと相談して決めていきます。

難しい手具の選択をお子様がされても、暖かく見守ってあげてください(^^)また、難しい手具の選択をして、途中で投げ出しそうになられたら、頑張ってお続けられるよう、背中を押してあげてください。

あまりにも無理そうなら、相談させていただき変更するなどの処置をとらせていただきます。基本は、子供たちが決めたことを尊重し、完成に持っていきけるよう進めていきたいと思っています。



現在のレッスンは・・・

発表会後からのレッスンでは、児童クラスはいろいろな動きができるように、また、新体操で求められる美しさや柔軟性などの基本を重視して、幼児クラスはお母さんから離れること、身体を動かす楽しさを中心にレッスンを進めてきました。

手具もいろいろな種目に触れて、基本の操作を練習してきました。基本は、応用編に進んでも大切なことなので、地味な練習ですが、引き続き基本の練習をやりながら、演技の練習に取り組んでいきたいと思います。

毎回のレッスンは、できることばかりをやるのではなく、難しいことにも挑戦していきます。投げ技や柔軟技など痛いことや、怖いこともあります。見た目であきらめたり、1・2回であきらめるのではなく、何回も繰り返し練習して下さい。また、自分ではどのように動いているかは自分ではわかりません。その時に、コーチの登場です。「もっとこうやってごらん?」とか「おひざが伸びるともっと良くなるよ・・・」とか、外から見て注意をします。それは、悪いことをしているからではなく、良くなるために注意をしているので、恥ずかしがらず、しっかりコーチの方を見て、お話を聞いてくださいね。



試合結果報告

祝 近畿大会出場



6月10日～11日に行われた近畿高等学校新体操選手権大会に、高校3年生の高木友理ちゃんが出場しました。6月3日・4日に行われた、予選会で、見事6位で予選通過し、中学3年生で近畿ジュニアに出場して以来、3年ぶりの近畿大会に出場しました。

体操競技や男子新体操ではこの京都府北部の地域から何度も出場がありますが、新体操女子では北部からの出場は初めての快挙です(^^)

苦しい時期もありましたが、高校最後の年、目指していた近畿大会に出場できてよかったです。

本番は、コーチが審判・祐香コーチがコーチとして試合会場に入り、みんなの応援を力に頑張りました。



6月9日(金)の両丹新聞に掲載されました

第33回京都ジュニア新体操選手権大会

期日:7月29日(土)～30日(日)

会場:向日市民体育館

出場選手:上山楓 向井満帆 後藤由衣菜 林澄佳

中学府大会

期日:7月31日(月)

会場:向日市民体育館

出場選手:上山楓 向井満帆

夏休みは試合が盛りだくさん!!ただいま追い込み練習中。良い演技ができるよう頑張ります。

試合の為、レッスンのお休みなど、ご迷惑をおかけすることがございますが、ご了承ください。

あとがき

近畿大会で和歌山県まで行きましたが、宿泊したホテルには水泳選手も宿泊していました。なんと、到着してすぐに、エレベーターで萩野公介選手に出会いました!!声をかける余裕もなく、素晴らしい背筋に見とれていました(^^)カッコよかったです★