

# ジュニアレスリング教室

日 時： 2月18日(水) 15時～18時

訪問先： 沖縄県浦添工業高校

対象者： 高校生レスリング部 20名

内 容： 佐藤満所員によるレスリングにおける講話とハイレベルの技術研修  
(専修大学経営学部教授、前レスリング男子日本代表チーム強化委員長)

報告者： 佐藤 満(経営学部教授)、久木留 毅(文学部教授)

沖縄県浦添工業高校は、九州地区を代表するレスリングの強豪校である。当スポーツ研究所が沖縄県にてスポーツの研修会を開催するとこの情報を得た嘉手納 太 先生から専修大学に連絡が入り、今回の技術研修が実現した。

研修の内容は、以下の2段階において実施された。

## 1. 夢の実現(オリンピックへの挑戦)

レスリング場にて佐藤先生の経験を基に2020年東京オリンピックを見据えた講義内容となった。

高校生の話を聞く態度は、5年後5ヶ月に迫った東京オリンピックへと想いを馳せていた。

## 2. 技術研修(基本技術からナショナルレベルまで)

基本技術においては、この時期に身につけておくべき技術について高校生がポイントを理解しやすい様に丁寧にコーチングを行い、すぐに反復練習を実施した。

ナショナルレベルの技術では、日本が世界に誇るタックル技術の展開と寝技の現在の主流であるアングルフォールドを中心に分かりやすく

コーチングを実施した。

## 所感

スポーツ研究所としては、ここ数年は大学を中心に研修活動を実施してきた経緯がある。本年は趣向を変更し、研修のプログラムを多彩に設けスポーツに広く関与した内容とした。その中で高校生を対象とした当スポーツ研究所所員による技術研修は、資源の活用面からも大変有意義であり地域へ専修大学ブランドを広報する可能性を見いだしたと言えるであろう。

