

## 特定非営利活動法人 VRAVO N plus

### 2021安曇野ジュニアスポーツ選手育成事業

#### 第1回中学生強化バレーボール選手育成教室実施報告について

特定非営利活動法人 VRAVO N plus (ブレイボ エヌ プラス / 事務所 長野県安曇野市豊科 理事長 望月雄内) は、令和3年4月11日に長野県安曇野市の業務委託として、安曇野ジュニアスポーツ選手育成事業の第1回中学生強化バレーボール選手育成教室を穂高総合体育館にて実施いたしました。

#### 1. 【安曇野ジュニアスポーツ選手育成事業】

##### 第1回中学生強化バレーボール選手育成教室

4月11日(日)安曇野市の中学生バレーボール選手36名が参加してVRAVO N+講師によるバレーボール教室の第1回目が開催されました。当日は穂高総合体育館において、9時からウォーミングアップの後、全員の体力測定を実施いたしました。



午後は実践的なバレーボール教室を実施しアップからトス、レシーブ、ブロック、スパイク、サーブなど基本的なプレーについて講師より具体的に「意識すべきポイント」を実演を交え指導いたしました。受講生も普段の部活動の練習の中で体験していない様々な動き、考え方に驚いた表情も見せながら真剣な眼差しで指導を聞き、すぐに実践練習で試していきました。



最後に中学の同じチーム以外の受講生とチームを組み、スパイク無しでのミニゲームを実施し、コート内で声を出すことの重要性、相手のコートのどこに、どんなボールを落とせば得点できるのかを考えさせるゲームで頭を常に使う意識を持たせた練習を行いました。

第1回目の教室は緊張している受講生も多く、活発なコミュニケーションとまではいきませんでした。次回18日(日)の教室に向けて期待の持てるスタートとなりました。



当日の講師：アーマツ マサジェディ・浅野博亮・大楠法晴・丸山裕子・柳澤広平

※敬称略 五十音順

当日の様子は公式 Twitter でも確認いただけます。 [https://twitter.com/vravo\\_n](https://twitter.com/vravo_n)

## ■お問合せ・取材のご依頼

本件に関するお問合せ、取材等のご依頼は、下記 E-MAIL へお願いします。

特定非営利活動法人 VRAVO N plus 事務局

〒399-8205 長野県安曇野市豊科 4906-3 TEL 0263-75-2161 | (9:00~17:00)

E-MAIL [office@vravo.jp](mailto:office@vravo.jp)