

(様式6)

## 実施内容報告書

(1) 実施競技団体名	和歌山県クレール射撃協会
(2) トップ強化コーチ名(競技者名)	井川 寛之
(3) 対象者及び参加者数	6名
(4) 実施概要等(※参加コーチが必ず記入し、写真等を添付すること)	日時:令和 6年12月22日(日) 9時~12時 13時~16時 会場:大阪総合射撃場  長文の為、別途添付致します。

## 令和6年度トップ強化コーチ招へい事業 報告書

本報告書は、令和6年度トップ強化コーチ招へい事業における活動内容と成果について記述したものです。

### ○活動概要

本事業では、スキート競技における選手の課題を明確にし、それに基づいた指導とトレーニングを行うことを目的としました。具体的な活動内容は以下の通りです。

#### 1. 選手の問題点・課題の把握

- まず、各選手に射撃を実演していただきました。
- 射撃内容を観察し、個々の選手が抱える問題点と課題を抽出しました。
- 各選手に対し、現時点での問題点を指摘するとともに、それを改善するための具体的なアプローチを提案しました。



#### 2. 正しい据銃方法の指導

- スキート競技において重要な基礎である正しい据銃の方法を指導しました。
- 正しい据銃を習得するための練習方法についても具体的に説明しました。

#### 3. 実技トレーニング

- 実際に射撃を行いながら、正しい据銃ができているかを確認しました。
- 選手自身が正しい据銃の感覚を得られるよう、細かい調整と指導を行いました。

#### 4. クレーと銃の関係性の構築

- 正しい据銃ができるようになった段階で、クレーと銃との関係性をどのように構築するべきかを指導しました。

- クレーの動きに対する正しい銃の操作とその関係性について、実技を通じてトレーニングを実施しました。



## ○活動成果

一日を通じて選手全員が真剣にトレーニングに取り組みました。その結果、以下の成果が得られたと考えています。

- 各選手の課題が明確になり、具体的な改善点が示されました。
- 正しい据銃方法の理解と実践が進みました。
- クレーと銃の関係性を適切に構築するための意識が向上しました。
- 選手全体の競技レベルが格段に向上しました。

今後も本事業の成果を基に、さらなる指導とトレーニングを重ねていけば、選手の競技力向上が見込めます。

以上

令和6年12月25日 井川 寛之