

(様式6)

## 実施内容報告書

(1) 実施競技団体名	和歌山県クレ射撃協会
(2) トップ強化コーチ名(競技者名)	竹葉 多重子
(3) 対象者及び参加者数	10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)	<p>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</p> <p>ア 自己紹介カードの作成 講義の前に初対面の選手もいるため、各人に自己紹介カードの作成をお願いした。 これは、私が選手へのアドバイスを取り違えないための準備であったが、次のような効果があった。 *選手と私の距離が近くなった。 *選手の性格やタイプの理解がしやすく、射撃スタイルの分類ができることで適切なアドバイスにつながった。</p> <p>イ 講義 (ア)クレ射撃の特徴 ・力加減など見えない内側の部分が多い ・個人のフィーリング、感覚的部分の共有が難しい (イ)簡単にできて勝利につながるテクニック ・ゲン担ぎ ・ルーティン (ウ)射撃ノート、コンディショニングシートの作り方 (エ)その他 ・コーチング ・感覚と思考</p> <p>ウ 実技 試合を想定し2ラウンドの射撃を実施し、個々人の特性、目標に合わせた細かい実技指導を行った。</p> <p>エ 所見 参加者は全員熱心に受講しており、真剣にクレ射撃に取り組んでいることがよく分かった。個人差はあるが、技術的には皆、一定のレベルに達しており今後、研鑽を積みば競技者として更なる飛躍が十分期待できる。</p>