

平成 27 年度 スケート実習 報告

○概要

平成 28 年 2 月 1 日 (月) ~ 4 日 (木) に福岡市博多区にあるパピオアイスアリーナにて、スポーツ科学部スケート実習が開講されました。本実習は、「スケートの基本技術を習得し、実践できるようになる」こと、および「基本技術の学びを通して、指導法を理解し、実際に初心者には指導できるようになる」ことを目的として、本学部 3 年次生約 70 名を対象に、7 班編成で実施されました。

実習初日は、リンクに立つことに始まり、歩行から直進滑走へという前に進むための推進力を得る技術や初歩的な止まり方を学びました。

2 日目には、主に直進滑走を通して氷の上を滑ることに慣れるとともに、カーブ滑りや蛇行滑走など、より高度な技術の習得を目指しました。

3 日目は、前日までの滑走技術に加え、後方滑走やターンなどを学習し、最終日の実技テストに向け、技の正確さと美しさの向上に努めました。

最終日には、実技テストによって技術習熟の達成が評価されました。テストは班別に行われ、基本技術の習熟度や技から技への移行のスムーズさなどが評価の観点とされました。

なお、本実習を実施するにあたりパピオアイスアリーナ職員の皆様にご協力いただきました。厚くお礼申し上げます。

○担当教員の所感

学生たちは、最初は慣れない氷上に戸惑いながらも、日が経つにつれて上達していき、積極的に新しい技の習得に努めていました。また、人の動きを観察し、自身の動きとの違いを見つけ、修正するよう意識したり、自身の専門とする競技とスケートの技術との相違点や共通点などを比較したりすることで、動きを習得する難しさやできたときの感覚・コツなどを感じながら実習に臨むことができていました。

○受講者の所感

- ・初めてスケートを経験して、日頃とは異なる感覚がとても不思議で、恐いと感じました。
- ・スケート実習では、自分の成長が分かるくらい達成感を味わうことができたので、スケート以外でも意欲的に取り組み、少しでも成長できるようにしていきたいです。
- ・テレビなどで見ていただけのスケートを実際にやってみると、とても難しかったです。
- ・たった 4 日間の実習ではありましたが、実習中は集中して取り組むことができました。そこで新しく何かを習得した時の喜びは忘れられません。



開講式の様子



実習の様子



全体での滑走