選手強化合宿報告書

種目名（アメリカンフットボール）
期　間　平成15年８月１日（金）～　８月４日（月）

	練　習　内　容	
目的	春季大会で活躍した者、プリンスボウル（兵庫選抜対大阪選抜）で活躍した者、またその資質が認められる者を各加盟校から推薦で集め、総体（秋季大会）や全国大会で更に活躍できるようにという目的で行われた。（本年はディフェンス）アメリカンフットボールに取り組む姿勢や、重要なストレッチ・トレーニング、基本的な技術、実践練習、そしてルールを踏まえたより深い考え方まで、非常に内容の濃い、意義深い講習が行われた。	
	午　前	午　後
８月１日		①グランドでのトレーニング講習。トレーニングの専門家による、フットボールを行うにあたっての必要なストレッチと基本的なトレーニングの実践講習が行われた。（1時間30分） ②フットボールに取り組む姿勢を中心に、フットボール選手として、スポーツマンとして大切なメンタル面についての講義が行われた。（1時間30分）
８月２日	③Ｘリーグ（社会人リーグ）所属チームの監督・選手による、ディフェンスの各パート別の技術練習が行われた。（2時間）	④午前の練習に引き続き、少し実践的な要素を加えた練習が行われた。（2時間） ⑤記録講習会が記録担当者の指導のもと、いろいろなケースを想定した形で行われた。（1時間30分） ＊講習会後、選手たちだけのミーティングが行われた。お互いに兵庫県高校フットボーラーとしての意識を高め、交流を深める点で非常に意義深いものとなった。（1時間）
８月３日	⑥昨日に引き続き、Ｘリーグ（社会人リーグ）の監督・選手の指導のもと、総合的、実践的練習が行われた。（2時間）	＊再度選手ミーティング（1時間） ⑦紅白２チームに分けての試合形式練習。プレーは、講習で学んだことを生かして、すべて選手自身で考えたものを使用した。（2時間） ⑧ルール研修会が行われた。安全性を高める為に、競技力を高める為に、非常に有意義なものであった。（1時間30分）
８月４日	⑨強化合宿におけるまとめや反省など。今後のフットボールに対しての取り組みについて。各チームの情報交換。（2時間）	

現状と課題

毎年Ｘリーグ（社会人リーグ）のチームの監督や選手の方々が、高校生に対して非常に丁寧かつ情熱的に指導してくださり、高校生プレーヤーにとって充実したものとなっている。またルールについてや記録のつけ方についてなどの講習も行われ、技術的体力的なことのみならず、プレーヤーとしてスポーツマンとして幅広い知識を習得する上でも大いに役立っている。この合宿に参加した選手たちが各チームに学んだことを持ち帰って、他の選手たちにも伝えることを指導している。このことが各チームの技術的精神的レベルアップにつながっているのは確かである。昨年末、関西学院高等部が全国大会においてフィジカル的には上であるチームを次々に破り、日本一を勝ち取った。関西学院の監督・コーチ・選手たちの大変な努力の成果である。その中に、この強化合宿での経験が生かされた部分も大いにあるといえる。

この合宿を通じて兵庫県の各チームの各選手が、学校という枠を超えて仲間意識を持ち、お互いに切磋琢磨する姿は非常に素晴らしいものである。