

第24回チャレンジ教室

「東海大学の公式練習場でオリンピックに学ぶ体操教室」を開催！

12月9日（日）、東海大学湘南校舎にて第24回チャレンジ教室「東海大学の公式練習場でオリンピックに学ぶ体操教室」を開催し、塾生23名、塾生家族8名が参加しました。



湘南校舎につくと、先日の塾友杯で模範演武披露してくれた東海大学柔道部の永山竜樹選手が、噴水横の坂道でトレーニングをしていました。塾生たちは大興奮。永山選手から、激励の言葉を頂きました。



最初に向かったのは、東海スポーツを支える15号館。スポーツ教育センターの宝栄（ほうえい）さんに解説を頂きながら、トレーニングセンター、フィットネスセンター、プール、9月に新設されたばかりのCRC（キャンパスレクリエーションセンター）を見学。トップアスリートから一般学生まで利用できる、東海大学の充実したスポーツ施設を見学しました。



昼食は8号館のバブレストラ。講師の赤羽綾子先生（東海大学体操競技部 監督、体育学部競技スポーツ学科 准教授）と5名の学生スタッフ（体操部員）も合流。自己紹介を兼ねたあいさつで赤羽先生は、日本がボイコットし幻の代表となったモスクワオリンピックの代表ジャージを披露。胸に入った「Never give up」の文字に込められた『私たちは何があっても諦めない』という選手達の思いや、当時の経験も踏まえた平和への思いを子どもたちに話してくれました。



昼食を終え、クリスマスツリーの前で記念撮影をした後は、キャンパス見学をしながら体操体育館へ向けて移動。陸上競技場では、東海大学の選手達が生み出した記録の記念プレートについて山口輝義先生が解説。ラグビー日本代表の主将リーチ・マイケル選手が学生時代に練習していたラグビー場や総合体育館（当日は黒潮旗剣道大会開催）も見学しました。



赤羽先生から授業の説明



マット運動



平均台



跳び箱



鉄棒



平行棒

そしていよいよ、本日のメインである体操体育館でのオリンピックに学ぶ体操教室。

はじめにオリンピックと同じ体操競技用の床（マット）の上で回転、ジャンプ、バランス運動などを取り入れたウォーミングアップを行いました。

次に、5班に分かれ『マット運動』『平均台』『跳び箱』『鉄棒』『平行棒』の5種目をローテーションでそれぞれ体験。普段は映像や写真でしか見ることのない、本物の体操器具に触れ子どもたちは大興奮していました。それぞれ得意な種目、苦手な種目があったり、ほとんどの種目が初めてのチャレンジでしたが、必死に取り組んでいました。

後半 15 分では、それまで指導してくれた体操部の学生がユニフォームに着替え演技を披露してくれました。ダイナミックな迫力ある演技を間近で見て、子どもたちからは驚きの声と大きな拍手が沸き起こりました。この教室を通して、赤羽先生や学生のみなさんから、チャレンジする気持ちや体を動かす楽しさを学びました。最後は、全員で記念撮影してプログラムを終了しました。

