

## 競技力の向上について（2校での取り組み方から）

アーチェリー専門部 高橋孝之（埼玉県立越ヶ谷高等学校）

### 1 アーチェリー競技について（学校総体・関東大会）

#### （1）競技形式

- ・行射距離は70m（オリンピックラウンド）
- ・団体の部と個人の部に分かれる
- ・団体の部は4人エントリー
- ・団体の部の4人は同時に個人の部に出場。4人のうち3人が団体の部に出場
- ・競技日程（高校総体）

初日 予選ラウンド 男女別で全選手が同時に6本×12回の72本行射

2日目 個人決勝ラウンド 64名の予選通過者によるトーナメント

3日目 団体決勝ラウンド 16校の予選通過校によるトーナメント

#### （2）県代表（埼玉県のアーチェリー専門部登録校は10校）

- ・団体の部は、学校総体が男女各1校、関東大会が男女各2校が出場権を獲得
- ・個人の部は、学校総体、関東大会とも団体出場校以外の学校の個人の最上位の1名が出場権を獲得

### 2 活動実績（主なもの） ※高体連主催の上級大会。監督して引率していない大会も含む

#### 県立宮代高校（平成12年度 創部）

平成13年度 学校総体出場(個人)

平成14年度 学校総体出場(個人)、関東大会優勝(団体)

平成15年度 学校総体ベスト16(団体)、関東大会優勝(団体)

平成16年度 学校総体優勝(団体)、関東大会準優勝(団体)

※彩の国まごころ国体

#### 県立越ヶ谷高校（平成18年度 創部）

平成20年度 学校総体出場(個人)

※埼玉インターハイ

平成21年度 学校総体ベスト8(団体・個人)、関東大会ベスト8(団体)

平成22年度 学校総体ベスト8(団体)、関東大会ベスト8(団体)

平成23年度 学校総体ベスト16(団体)、関東大会優勝(団体)

平成25年度 学校総体出場(団体)

### 3 活動目標（部活動に参加するにあたって生徒に求めていること）

#### （1）人間として成長すること（社会に出てから周囲に必要とされる人間性の伸長）

- ・守るべき3つのこと

「時間・挨拶・感謝の気持ち」

- ・上級大会出場に際して、周りから祝福される存在になること

部活動だけ一生懸命にやっているのはダメ

- ・所属意識を常に持つこと

周りにはアーチェリー部員として常に見られている。

## (2) 競技としての目標設定

- ・部活動としての目標  
インターハイ団体優勝、JAPANのユニフォームを着る  
勝ち続けることの大切さ
- ・個人としての目標  
2段階の目標をもつこと 短期目標と長期目標

## (3) 安全意識

- ・用具の特性  
常に安全意識を持つ
- ・健康管理  
スポーツ障害、熱中症、基本的生活習慣の確立

## 4 練習について

### (1) 各赴任校の実情にあわせた練習

- ・前任校 国体に向けた強化
- ・現任校 家庭学習時間の確保と練習の量・質の向上

### (2) 環境の整備

- ・環境を勝てない言い訳にしない
- ・十分な練習量が確保できる練習場を確保しなければならない
- ・道具のチューニング、セッティング

### (3) 顧問として心がけていること

- ・練習メニューの工夫  
生徒があきないメニューを組む  
試合を想定した練習
- ・練習に顔を出す  
「忙しい」を言い訳にしない
- ・競技力の高くない選手に時間を割く

### (4) 県外大会への参加、遠征

- ・経験が生徒を成長させる

## 5 試合について（事前準備が何よりも重要）

- ・アーチェリーにゲームスカウティングやゲームプランは基本的にはない
- ・すべてにおいて当日には日程をこなすだけの状態にしておく  
食事（含：事前打ち合わせ）、交通、試合会場に入ってからなど
- ・精神的な準備  
ミスはミスではない。

## 6 最後に

- ・私生活と部活動の両立、指導者の健康管理。難しいテーマですがお互い頑張りましょう