



東京都ジュニア育成強化事業 ボウリング競技 実施方針

本事業の「強化」は、トップアスリートを目指す選手をサポートするものです。

ジュニア育成強化事業は「育成」と「強化」に分けられます。

「育成」はボウリング競技に出会う場として初心者向けの体験会を行っています。

「強化」はトップアスリートを目指し切磋琢磨する場を提供しています。

強化事業について

強化事業は学校の授業や習い事のような教育の場ではなく、自分自身が上達するための場として活用していただくものです。学年に関係なく選手自ら考え行動することが重要になります。

本事業に参加している東京都ボウリング連盟のコーチ陣は、ボウリングを職業としているわけではなく、参加する選手の皆さんと同じJBの会員であり、普段は自分の本業をしながら試合にも参加しています。その中で後進の育成のためにコーチ資格^{※1}をとり、休日にボランティアで強化練習会に参加しています。選手としての経験がありますので、選手が上達するために必要となる知識や選手が悩んでいること、練習方法のアドバイスなどを担当します。

※1 コーチ資格は「公益財団法人 日本スポーツ協会 公認スポーツ指導者」の「ボウリングコーチ資格」と「USBC公認コーチ」の資格です。公認スポーツ指導者資格は、ボウリングの専門知識だけでなく、他の競技と共通の知識も必要な資格です。

練習会では練習メニューは提示しますが、コーチ陣から積極的なフォーム指導などはい行いません。これは指導方針の一貫性を保つためです。

何がわからないかわからないも含め、聞きたいことは自分から聞いてください。

多くの選手は所属する支部やセンターで練習されていると思います。普段コーチしていただいている人と強化練習会で違うことを言われてしまうと混乱してしまうことが多くあります。逆に普段では得られないアドバイスを受けられることもあります。

また、この練習会を活用して、自分に何が足りないかなどが認識できると思います。

この練習会は普段の練習とは違う気づきに出会える場としてください。

結果は練習会ではなく競技の成績として出ます。

なお、真剣に練習をしている選手の邪魔になる行為があった場合は、練習中止もありますのでその点をご承知の上でご参加ください。

保護者の皆様へお願い

会場内では健康管理以外は選手自身で行動させてください。

参加選手心得に記載の内容を選手と保護者の皆様で必ずご一読ください。

以 上



令和7年度 東京都ジュニア育成強化事業(強化) 参加選手心得

① 感謝の気持ちを持ち、返事、挨拶、礼儀、言葉遣いをしっかりする

アスリートとして当然に求められていることです。常に見られていると思って行動してください。スポーツは礼に始まり礼に終わる。スポーツマンシップは基本中の基本です。この練習会に参加する皆様は、ボウリング場のお客という意識を持たないでください。選手同士、選手の保護者の皆様、コーチ、センタースタッフの皆様にも挨拶を忘れずに。皆さんがボウリングをできるのは周りの人たち(保護者、家族、コーチ、ボウリング場のスタッフ、都連の皆さんや応援してくれる方々など)のおかげです。コーチはボランティア参加です。

② 周りへの配慮を忘れない

お互いが気持ちよく活動できるように、周りへの配慮を忘れないでください。ボウリングはメンタルスポーツです。自身の行動や発言が相手に悪影響しないように。一般のお客様の迷惑にならないように、荷物の置き場所や通路の確保などにも気を配る。準備、後片付け、レーン移動、資料の配布・回収など、手伝えるところは積極的に。

③ 目の前のことに集中する

ストライクで喜んでいるだけの練習では実力は上がりません。フォーム、アジャスト、コンディション、ボール、トレーニングなど、学ぶことはたくさんあります。目の前のことに集中して取り組む。ボウリングをするとき、勉強をするとき、遊ぶときなど、気持ちを切り替える。必要のないスマホいじりは禁止。

④ 物事に主体的に取り組む

競技に学年は関係ありません。言われてやるのではなく、自分から主体的に取り組む。待っていても進歩はありませんので、疑問に思うことは自分から質問してください。

⑤ 周りの仲間と高め合う

周りの仲間とライバル関係を作り、お互いに刺激し合える関係を作る。選手同士、お互いに良いところを見つけ尊重し、積極的にコミュニケーションをとってください。

⑥ 時間を守る

ジュニア強化事業は時間を決めて会場をお借りしています。集合時間を守る。準備や後片付けは速やかに行う。常に時間を意識してください。遅れる場合には必ず連絡してください。

⑦ 道具を大切にする

ボール、シューズ、バッグその他用具は大切に扱い、自身で手入れしてください。自分のボールバッグは自分で運んでください。保護者は付き人ではありません。※保護者の皆様へ 必要以上に手を貸さないでください。

⑧ 自分の意志で参加し、決められたメニューに真剣に取り組むこと

厳しい言い方ですが、言われたから仕方なく参加するという気持ちで来ないでください。与えられたメニューを真剣に取り組んでください。雑な練習をしないでください。

以 上