

- 講師：田辺陽二理事長
- 開催時間：10:00～12:00
- 参加費 1千円
- 会場：当協会会議室 東京都台東区台東1-11-10大木ビル3階
- ※講習会后、会食があります(参加自由)

## 講習内容

### 共生社会型 カーレットを たのしもう！

カーレットの大事な要素




- 1、リズムを大事にする
- 2、否定語は言わない
- 3、自分の意見を持つ
- 4、人の話を聞く
- 5、チームワークの大切さ

全てが地域生活、健康生活に繋る

**講習会内容** 初心者、指導者未経験なく、6人以上の講習になります  
座学はありません、全てプレーしながら都度の説明になります

- 開催日時：毎月第一土曜日 10時～12時(終了後会食参加自由)
- 開催場所：NPO法人カーレットジャパン協会  
台東区台東1-11-10大木ビル3階 最寄り駅：秋葉原駅歩7分
- 講習会費：1千円/人、回
- 基本
  - 1、投げ方(全てのスポーツに通じる基本的な体の使い方)  
※投球は力加減と方向性の2点のみ  
※ほとんどのプレーヤーは自己流の、感で投球している(故に好不調の波が大きい)
    - ① 軸(体の向き、位置)
    - ② 顔の位置(ヘッドアップ)
    - ③ 肘の使い方(腕は肩を軸に振り子)
    - ④ 質量(ストーンへの体重のかけ方)
  - ② 反復
- 2、投球技術よりも考え方が大切よりカーレットの楽しさ奥深さがわかる
  - ① ディフェンス、プレッシャー競技(ハウスに入れることはこの次)
  - ② カーリングにないエッジ(エブロン)を利用する効果(カーレットを知る)
  - ③ リズムの大切さ→地域生活に通じる→否定語句は無し
- 3、カーレットの特性→共生社会型スポーツ→会話し易い
  - ① 何故カーレットは共生社会型スポーツなのか  
狭山市まぜこぜクラブ、千葉聖心高校等の実例
  - ② 地域生活の関係性

- 指導者の在り方
- 1、全てプレーしながら指導する(用具が小さく、プレーが容易だからできる)
  - ① プレー前の説明は無意味、イメージがわからない。まずはやらせる。ルールはやりながら教える
  - ② なにしろ盛り上げる→適所にほめたえ