

競技体験プログラム【ジュニア】活動報告

1 日時

2025年12月13日（土） 18時25分から20時30分まで

2 会場

パロマ瑞穂アリーナ

3 プログラム名

バドミントン

4 講師（敬称略）

愛知県バドミントン協会 立松 幹浩、山田 和寿（他2名）

5 活動内容

2回目の最初は、準備体操とフットワークの練習の後、前回の復習（ドライブ、ロブ、ドロップ、ヘアピン、クリア、スマッシュのショットの練習）を行いました。

その後、フォアハンドサービスとバックハンドサービスの打ち方を学びました。バックハンドサービスは、シャトルがネット際に浮かないよう、小さく押し出すイメージでスイングすることを、講師からアドバイスを受けながら繰り返し練習しました。

最後に、ハーフコートでシングルスのゲームを行いました。これまで学んだ様々なショットを駆使し、相手から得点を決めると、とても嬉しそうでした。

様々なショットの練習やゲームでは、少しずつ上達していく様子が見られました。



フットワークの練習



ヘアピンの練習



サービスの練習



ゲームの様子

競技体験プログラム【ジュニア】活動報告

1 日時

2025年12月6日（土） 18時25分から20時30分まで

2 会場

パロマ瑞穂アリーナ

3 プログラム名

バドミントン

4 講師（敬称略）

愛知県バドミントン協会 立松 幹浩、山田 和寿（他2名）

5 活動内容

バドミントンの1回目の体験を行いました。最初にバドミントンで必要となるフットワークを入れた準備運動を行い、しっかりと身体を温めてから、練習をスタートしました。

まず、実際にラケットを使い、正しい持ち方を学び、ラケット操作に慣れるために、床に置いたシャトルを拾う練習や、上に投げたシャトルをラケット上に乗せる練習を行いました。アカデミー生は慣れないラケット操作に四苦八苦している様子でした。その後、実際にシャトルを打ち上げる練習を行いました。タイミングよく打てた時には、真上に高くシャトルが上がり、練習を重ねるうちに徐々に感覚をつかんでいきました。

次に、ペアになって、ドライブ、クリア、ヘアピンなどの練習を行いました。講師から、それぞれのショットのコツを学び、強弱のついた打ち方ができるようになります。今回はゲームの時間が短かったので、次回のゲームを楽しみにしている様子でした。



床のシャトルを拾う練習



シャトルを打ち上げる練習



講師の速いドライブを見る



ペアによるショットの練習