

Q7 ドッジボールをやっていてうれしい時ってどんな時?

	アタック	キャッチ	作戦が決まった	試合に勝った	ほめられた	遠征・合宿	話す・遊ぶ
全体	204 63.35%	281 87.27%	81 25.16%	281 87.27%	179 55.59%	124 38.51%	118 36.65%
男子	141 64.98%	185 85.25%	48 22.12%	182 83.87%	106 48.85%	76 35.02%	66 30.41%
女子	63 60.00%	96 91.43%	33 31.43%	99 94.29%	73 69.52%	48 45.71%	52 49.52%

試合に勝った時はやっぱりうれしいけど、同じくらい「アタックが決まった時」や「キャッチができた時」という意見もあったよ。きっとみんな勝つことだけでなく、自分の目標をもって試合をしているのかもしれないね。「今日は10人当てる」とか、「残り2分になったら絶対に当たらないようにする」とかね。小さな目標を積み重ねていけば、全国大会に出られるような強い選手になれるのかもしれないね！

でも、「ドッジボールの全国大会に行きたい！」って思っても、どうしたら全国大会に行けるのかな？

Q8 全国大会にはどうやって行くの？

最後に全国大会への行き方を簡単に説明します！

①仲間を集めてチームを作る

(大人の人に監督になってもらおうね)

②チームの登録をする

(全国大会に出るためにはD1、女の子だけのチームはD1Gという登録をするよ。まだ自信がないチームはD2という登録をして試合に慣れるのもいいかも)

③一生懸命練習する

(準備運動をしっかりと、けがには気をつけよう！)

④大会に出る

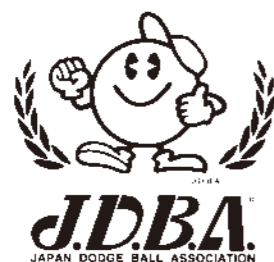
(全国大会に出るためには春と夏の予選大会に出てね。練習の結果が出せるといいね！)

⑤さあ、全国大会へ！

(夏の予選大会は優勝、春の予選大会はブロック大会に進出していい成績を収めると全国大会が待っているよ。ドッジボール選手あこがれのカラーコート、どんなところなのかな？ワクワクするね！)



チーム結成やチーム登録など、詳しいことはお住まいの地域のドッジボール協会までお問い合わせください。連絡先については、日本ドッジボール協会のホームページに記載があります。また、ドッジボール全般のご質問も下記までお問い合わせください。



一般財団法人日本ドッジボール協会

東京都港区虎ノ門5-11-13 虎ノ門RICHビル8F
TEL.03-5776-1830 FAX.03-5776-1840
<http://www.dodgeball.or.jp/>

発行 一般財団法人日本ドッジボール協会 調査研究特別チーム



強豪チームのヒミツを知って、 ドッジボールをしてみよう!



スポーツ振興くじ助成事業

ドッジボールは誰もが経験のある、遊びの中から生まれたスポーツです。全国大会に出場するチームの指導者(監督)や選手(みんなと同じ小学生)が考えていることや体力データをゲットしたら、ドッジボールが強くなるヒントが隠されているかも?ここでは日本ドッジボール協会(JDBA)が調べた情報をちょっとだけ公開します!

Q1 チームの指導者って男の人ばかり?どのくらい経験があるの?

回答男女構成比			指導歴	
男性	90.48%	38人	平均指導年数	8.83年
女性	9.52%	4人	最長年数	20年
合計	100.00%	42人	最短年数	1年

監督という男の人ってイメージがあるかもしれないけど、女性監督だって頑張っているよ。協会ができてから20年間ずっと指導をしている名物監督?もいれば、1年で全国大会に選手を導く熱血監督?もいるね!

Q2 強いチームってどんな指導をしているの?

項目	回答数	回答割合
礼儀作法	32人	76.19%
チームワーク	26人	61.90%
集中力	15人	35.71%
能力向上	12人	28.57%
指導者と選手とのコミュニケーション	12人	28.57%
他の指導者との連携	8人	19.05%
生活習慣	7人	16.67%
保護者との関係	7人	16.67%
戦術理解	5人	11.90%

Q3 ちょっと分りにくいよ。もう少し分りやすく教えて!

北海道	基礎トレーニングによる体力づくりが1/3程度
東北	ランニング、パス練習、フットワーク、キャッチ練習
関東	基本練習の繰り返しをしています
北信越	キャッチング(手を握ってのキャッチ)
東海	練習時間の8割が守りの練習です
関西	鬼ごっこをしています
中国	走る事を2時間~3時間やっています
四国	大人はボールを投げず選手同士またはOBのボールをキャッチするようにしている
九州	体力作り(縄跳び)

それぞれのブロックから意見を出してもらったよ。でも、みんながやっている練習とあまり変わらないみたいだね。それでは、全国大会に出られるチームと出られないチーム、何が違うのかな?

次のページでは全国大会に出る選手の運動能力を公開しちゃいます!

