

柔道 中学生のための楽しく学ぶ固め技講習会

8月8日(月)から12日(金)にかけて本校豊誠館柔道場で令和4年度東京都公開講座「柔道 中学生のための楽しく学ぶ固め技講習会」が開催されました。

固め技の基本動作から抑え込み技、高校生になると解禁になる絞め技・関節技まで5日間毎日みっちり練習しました。参加者は少なかったですが、その分一人一人と組み合う時間も多くなり、充実した時間を過ごすことができました。

過去の参加者の中には、その後豊島高校を受検し柔道部に入部した生徒もいます。参加者皆さんのこれからますますの活躍も期待しています。

参加者の皆さん、保護者の皆様、暑い中ありがとうございました。

＜参加者の感想より＞

「今回の講座で寝技の技術について学びました。これからも柔道が続けていきたいです。」

「自分の知らない技を教えていただきありがとうございました。練習を続けて教わった技を試合でできるようにしたいです。」

「知らないことがたくさんあって、今後の柔道に活かしていきたいです。寝技が好きなのでもっと極めたいです。」

「あまりやったことのない練習や慣れないこともありましたが、楽しく学べることがたくさんありました。中学校での練習でも活用したいと思いました。ありがとうございました。」

「5日間講座を受けて知らない技をたくさん教わりました。今後の柔道に活かせるように練習します。」

保護者より

「ありがとうございました。中学生になりコロナ禍で練習する機会が少なく、今回の講習は良い経験になりました。」

「本人が選んで入った柔道、本人が選んで進もうとする学校、親としては応援するのみです。」



どことどこを抑えると動けなくなるかな？



逃げる！追いかける！！



動画を見ながらトレーニングしました



相手に力を伝えるためには？



輪になって踊ろう！？



最後に記念写真“POWER！！！”