

OMNIKIN みんなで、オムニキン!

直径122cmのボールをヒット! コートに落とさないようにレシーブ!

今回参加した第六瑞光小学校の児童のほとんどがキンボール初挑戦ということで、「荒川区キンボールスポーツ連盟」の指導員のみなさんが登場。キンボールのルールから試合を楽しむポイントまで、分かりやすく教えてくれました。さあ、みんなで、オムニキン!

「キンボール」のあんなこと、こんなこと

キンボール(「キン」は英語の「kinesthesia」の略で「運動感覚」の意味)は、1986年にカナダの体育教師が考案したスポーツです。最大20m×20m四方のコートサイズ内で、直径122cm、約1kgのボールを床に落とさないように、ヒットとレシーブを繰り返しながら得点を競います。チームは4人1組で、ピンク(※)、グレー、ブラックに色分けされた3チームで戦います。2001年から約2年に1度、国際大会が行われていて、2017年の第9回大会は日本で開催されました。2015年の第8回スペイン大会では、日本男子チームが金メダルを獲得しています。※国際大会ではピンクの代わりにブルーを使用する場合があります。

キンボールは子どもも大人も一緒に楽しめるスポーツなんだね



▲ゲームのルールや注意点をみんなで確認。チーム分けもして、準備万端。キンボールで使う大きいボールは、プロフ(空気入れ)で膨らませます



2年に1度、ワールドカップも開催されてるんだって!

▲今回は公式大会でも使用されるキンボールを使いました。ボールの大きさにびっくり!

知ってる? キンボールと荒川区のこと

荒川区キンボールスポーツ連盟会長の小山博さんが、荒川区体育指導委員会(現スポーツ推進委員会)の会長を務めていたとき、「今までにない新しいスポーツを楽しんでほしい」と、キンボールの普及活動を始めました。毎年開催される「あらかわ杯キンボールスポーツ大会」には、全国から120チームが参加します。また、夜間に区立の小・中学校の体育施設を開放する「スポーツひろば」でもキンボールを指導。ここでは、小学1年生から誰でも参加できます。「スポーツひろば」に関しては荒川区ホームページをご覧ください。

キンボールをぜひ体験してみてください

荒川区キンボールスポーツ連盟 会長 小山博さん



キンボールに最も大切なのはチームワークです。自分だけが楽しむのではなく、チーム全員が楽しめるようお互いが支え合い、協力します。プレーしてみるとキンボールの楽しさはすぐに実感できると思います。ぜひ一緒にプレーしましょう。

練習開始

準備運動のあとは、いよいよ大きなキンボールのボールを使って練習です。ボールをヒットする前に、必ず「オムニキン!」というかけ声と、攻撃するチームの色を大きな声でコールします。指定されたチームはボールを床に落とさないようにレシーブ。ボールを落としたり、ほかの2チームに得点が入ります。



▲ヒットの時は、ヒッター以外のメンバーがボールを支えます

▶ボールを弾かずに、両側からしっかり挟むのが落とさないコツ。ボールを両腕で抱え込んだり、カバーの口の部分をつかむのは反則です

ヒット!



レシーブ!

▲指導員の新津さんの話を熱心に聞きます。試合の前に、みんな真剣な表情

「オムニキンはみんなで楽しもう」という意味だよ



さあ、試合だ!

今回のキンボールの試合は1ピリオド7分で行いました。6年生が中心となり、声をかけ合いながらゲームを進めます。相手チームの守りがいない場所を狙ってヒットするなど、各チーム工夫をこらした戦術でゲームを楽しみました。



▲両手のひらを使ってヒット! 少しずつコツがつかめてきました

▶次の試合に向けて作戦会議をするチームも。試合に勝つにはチームワークが大切

勝利へのワンポイントアドバイス



荒川区キンボールスポーツ連盟指導員 三ツ山 純子さん

ボールを持ち上げる時は「せーの」と息を合わせるなど、常にチームのメンバーと声をかけあって行動するのが勝利への近道です。

初めてでも楽しめました。またやりたい!

▶どんどん得点が入るようになり、試合が白熱! どのチームが勝つかな?



▲ほかのチームの試合を応援中。「もっと広がって!」と上級生が声をかけます。みんな頑張れ!

今回、キンボールに挑戦したのは、第六瑞光小学校のみんなだよ!

▲キンボールに挑戦した第六瑞光小学校4・5・6年生のみんなと、「荒川区キンボールスポーツ連盟」の指導員のみなさんと記念写真(写真左から会長の小山博さん、指導員の三ツ山純子さん、大森知子さん、新津光人さん、大熊裕子さん)

キンボールが目指したい! 始めたい! そんな君はまずここに連絡だ!

荒川区キンボールスポーツ連盟 (小山会長)
☎(3819)2247
E-Mail/kym-hiroshi@mqc.biglobe.ne.jp

