

平成25年度 ジュニアアスリート・サポート事業（第2回目）

平成25年9月15日（日） 10:00～15:30 盛岡市 県営体育館で開催しました。

この事業は、競技団体が指定する小学生有望選手等を対象にした養成（強化）プログラムを実施することにより、岩手国体終了後も長期にわたって継続した競技力の底上げを狙うことや、ジュニア強化担当者等指導者の資質向上を狙いとしています。全3回のプログラムになっており、今回はその2回目です。いずれも、対象を指導者とジュニアアスリートに分けてプログラムが組まれています。

第2回目のプログラムは以下のとおりです。

【指導者対象プログラム】 ジュニア期（小学校高学年）のアスリート育成

講師 日本スポーツ振興センター スポーツ開発事業推進部 山下 修平氏

//

バイネルト・トビアス氏

【ジュニアアスリート対象プログラム】 身体能力向上のためのトレーニング

講師 日体協公認アスレティックトレーナー

高橋 一男氏

//

原田 扇人氏



開会式の様子。

様々な競技種目の小学4～6年生のジュニアアスリート。

真剣な眼差しで、説明をしっかりと聞いています。



講師の皆さん。

左から 高橋一男先生、原田扇人先生
バイネルト・トビアス先生、山下修平先生です。

まずは、指導者プログラムのご紹介。
今回はロンドン・オリンピックで話題になった「マルチサポートハウス」についての情報提供。指導者は、最先端の情報も知っておく必要があります。



「ナショナルコーチの役割とは?・・・岩手国体の監督に置き換えて考えてみてください!」講師からの問いかけに、ディスカッションする指導者の皆さん。役割を考えることで、今の立場で出来ることを考えるきっかけになります。



上の2枚の写真は、ジュニアアスリートプログラムの一コマです。左はテニスボールなどを使い、自分の股の間を8の字にボールをまわすトレーニング。簡単な様に見えますが、背中を伸ばして正しい姿勢でやるとかなり難しい・・・。右はペアになって同時にボールを相手の取りやすいところにバウンドさせてパスをするトレーニング。これは序の口。この後、体育館を一周しながらこのトレーニング。ボールをコントロールしたり、相手のリズムに合わせてたりすると、非常にハードになります。

第3回目は10月26日(土) 10:00から県営体育館で行なわれます。
新たに参加を希望する場合は、「岩手県教育委員会事務局スポーツ健康課 体育・スポーツ担当 清川 Tel019-629-6195 FAX 019-629-6199 E-mail y-kiyo@pref.iwate.jp」まで

ご連絡下さい。