

令和5年度かながわジュニアチャレンジプロジェクト  
2期生第1回タレント育成能力開発プログラム実施報告書

1 開催日時	<p>令和5年11月26日(日)</p> <p>スポーツ教養プログラム講話 14時40分から15時10分</p> <p>スポーツ教養プログラム実技 15時20分から16時50分</p> <p>保護者サポートプログラム 15時20分から15時35分</p>
2 開催場所	<p>県立スポーツセンター スポーツアリーナ2 メインフロア、ボクシングフロア</p>
3 参加者	<p>かながわジュニアスターズ</p> <p>2期生50名(小学校4年生48名、5年生2名)及び保護者</p>
4 実施内容	<p>(1) スポーツ教養「オリンピックによる講話及び実技指導」</p> <p>講師 松下 祐樹 氏 (2016 リオデジャネイロオリンピック出場)</p> <p>ア 講話「夢に向かって ～今できること～」</p> <p>① 現在所属しているミズノでの活動紹介</p> <p>② 目標をもつことの大切さ</p> <p>「目標を持つと人は変わる」</p> <p>「どうしても無理なことからは逃げたっていい」</p> <p>③ 松下先生の経歴について</p> <p>「一つのことをやり抜くことは素晴らしいこと」</p> <p>「自分に合っていることや得意なことを探して挑戦するのも大切」</p> <p>④ まとめ</p> <p>「自分に自信を持つこと、そのためには小さな成功の積み重ね」</p> <p>「小さな成功を積み重ねながら、たくさんのことに挑戦して、得意なことをたくさん作ろう」</p> <div data-bbox="391 1256 1447 1608"> </div> <p>イ 実技「様々な種目に共通する能力の向上 ～走力～」</p> <p>① 足のストレッチ</p> <p>反動をつけてリズムよく行う</p> <p>② マーカー踏みゲーム</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・会場に散らばっているマーカーのうち、指示された色を素早く踏む</li> <li>・慣れてきたら10秒以内に2つの色を指定された順番に踏む</li> </ul> <p>③ グリコ(ジャンケンゲーム)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・先生とジャンケンを行い、ゴールラインを目指して進む</li> <li>・地面を強く押すこと意識しながら大きく進む</li> </ul> <p>④ マーカー&amp;ミニハードルジャンプ</p>

・腕を大きく振って高く跳んで進む

⑤ 40メートル走

地面を強く押す、腕を大きく振るなどを意識しながら走る。

マーカー踏みゲーム

グリコ



マーカー&ミニハードルジャンプ



40メートル走



説明の様子



集合写真



(2) 保護者サポートプログラム

「保護者説明会～タレント育成能力開発プログラム参加にあたって～」

ア 神奈川県立スポーツセンター所長挨拶

イ 事業説明

