



オープンマインド



「自分の考えを正確に伝える」「相手のことを聞き出し人に伝える」この2つをメインテーマに今回のプログラムが行われました。

体を使った“ジェスチャーしりとり”では「正確に伝える力」を高め、“他己紹介”では記者になったつもりで相手から特ダネを引き出し、それをみんなの前で発表することで「自分の考えを伝える力」と高めることができました。

発表する姿勢はもちろんのこと、発表者に対する聞く姿勢も素晴らしく、自分の意見を含めた感想もしっかりと伝えることができました。

ロジカルシンキング



今回は、スポーツ心理学、スポーツ情報戦略を専門に研究されている仙台大学の粟木一博教授に來宮いただき、「ロジカルシンキング」のプログラムをご指導いただきました。当日は、ジュニアとシニアのWAP生に、まずは、SWOT分析の手法を用いて自己分析を行い、目標設定の解説がなされました。そして自己分析、目標設定を元に年間の行動目標を月ごとに立てる作業を行いました。粟木教授からは、できる限り具体的な行動計画を立てることが学業やスポーツに自分がやるべきことが身近に捉えられるようになることをご指導いただきました。



コミュニケーション

コミュニケーションでは、学年も男女もバラバラのグループで活動を行い、相手の話す内容をインプットする「聴く力」、そして自分の考えていることをアウトプットする「伝える力」を確認することができました。2人組での活動やグループでの活動において、相手の話の「聴き方」そして「応え方」を学びました。また自己主張には3つのタイプがあり、表現の仕方でも相手の受け取り方が違ってくると知りました。

メンタル

保護者を対象にしたファミリープログラムにおいて、初めてのメンタルプログラムを実施しました。講師の方から様々な事例を交えながら、「プラス思考を身に付けるためにはプラス習慣を心がけること」「目の勝ち負けよりその経験を通して子供が何を感じて、何に気づいたかを明確にしていくことが人間的成功につながる」などたくさんの学びや気づきを与えていただきました。



次回(8/10)の
プログラム
シニア
・トライアウト

第8回育成プログラム



私たちはスポーツ振興くじ助成を受けています。