

WAPニュース

第18回育成プログラム

2月5日(日)に宮崎市西部地区農村環境改善センターにおいて、「能力開発プログラム⑧:コーディネーショントレーニング⑤」、「能力開発プログラム⑨:コミュニケーションスキル④」を実施しました。

コーディネーショントレーニング⑤では、上田憲嗣先生(立命館大学スポーツ健康科学部准教授)から、「一般的なコーディネーショントレーニング能力を高めよう!4」をテーマに本年度4回目のコーディネーショントレーニングを指導していただきました。また、コミュニケーションスキル④では、日高昭江先生(株式会社ホテルマリックス)から、「一番大切なものは何か?」をテーマに、講義をしていただきました。

■コーディネーショントレーニング⑤

今回のコーディネーショントレーニングでは、スクーターボード及びスラックラインを用いて「上肢下肢のコーディネーション」「分化能力の応用」「バランス能力の応用」をテーマにトレーニングしました。



■コミュニケーションスキル④

「あいさつ」は相手との架け橋、「利他の精神」など、相手との接し方について話していただきました。また、保護者の皆様も真剣に聴かれました。



スポーツレジ
Loto BIG

私たちはスポーツ振興くじ
助成を受けています。