

世界へはばたけ!

WAP NEWS

宮崎ワールドアスリート発掘・育成プロジェクト

第5号 2022年6月25日
宮崎ワールドアスリート発掘・育成
プロジェクト実行委員会事務局

第6回育成プログラム
— 2022.6.25 —

コーディネーション(小5)

今回のコーディネーションプログラムは、「バランス能力、反応能力」をねらいとし、スラックラインを使った綱渡りやエバーションベルトを使った2人組での鬼ごっこを行いました。なかなか難しく思うように進まなくても諦めず、頑張り続けたWAP生!!
上田先生からのハイタッチを嬉しそうに楽しんで取り組んでいました。



コーディネーション(小6)

前回行ったことの応用を1回の説明で理解し、取り組んでいました。たくさん頭を使った動きが多く、WAP生同士で教え合う姿も見られました。「フリストボール」と言った初めて聞く海外スポーツを男女混合の2チームに分かれてゲームを行いました。とても大盛り上がりで熱戦が繰り広げられていました。



オープンマインド(キッズ)

テレビで見たことのある MRT 宮崎放送の三浦功将アナウンサーと藤島 由芽アナウンサーを目の前に初めは少し緊張した様子が見られました。5・6年生で分かれてヒーローインタビューやジェスチャーゲームを行い、恥ずかしさでなかなか上手く言葉で伝えることが難しい子もいましたが、グループで活動していく内に笑顔も増え、楽しそうに取り組んでいました。



コミュニケーション(ジュニア)

UMK テレビ宮崎の秦 萌アナウンサーとオカファー エニス 豪アナウンサーに来ていただきました。自己紹介やコミュニケーションのテクニック・マインドについての講義、発声練習などを行いました。最後はチーム戦によるジェスチャーゲームや伝言ゲームを通して、相手に分かりやすく伝える力を楽しく身に付けることができました。



スポーツクライミング(ジュニア)

ジュニアは、スポーツクライミングの競技種目体験が行われました。今回は、屋外の登攀壁でトップロープクライミング、屋内の登攀壁でボルダリングのどちらも体験することができました。ほとんどのWAP生が難易度Cの緩やかなコースを完登することができました。その中でも難易度Aの最も厳しいコースを一人の男子WAP生が成功し、講師の先生方もWAP生のフィジカル面のポテンシャルの高さに驚いていました。ボルダリングでも、試行錯誤しながら積極的に挑戦する姿が見られました。



コンディショニング(シニア)

コンディショニングでは、プライオボックスを用いてパワーポジションの確認や、メディシンボールによるパワートレーニングが行われました。
WAP生は、正しいパワーポジションのフォームを身に付けながら興味深く取り組んでいました。



ロジカルシンキング(シニア)

ロジカルシンキングは仙台大学の粟木一博教授に来ていただきました。ワークシートを用いて、自分の強みや弱みを書き出したり、自分の普段の行動を振り返り、分析や分類を行いました。目標設定では、進路や夢を現実にすることに困惑を感じながらも真剣に考えていました。



(シニア)トライアウト

また、シニアはスポーツクライミング競技のトライアウト(専門実技テスト)が実施されました。難易度Cのコースを数名が頂上までクリアし、競技団体の方々にアスリート生の潜在的な能力をも垣間見ることができたというご意見もいただきました。

[WAP NEWS は県スポ協のホームページでもご覧いただけます。]

<https://www.miyazakiken-taikyo.jp>

宮崎県スポーツ協会

検索

スポーツCLUB
Loto BIG

私たちはスポーツ振興くじ
助成を受けています。