

スポーツ教養プログラム【ジュニア】活動報告

1 日時

2021年7月24日(土) 18時25分から20時25分まで

2021年7月31日(土) 18時25分から20時25分まで

2 会場

名古屋市千種スポーツセンター

3 プログラム名

グローバルアスリートプログラム

4 講師(敬称略)

流通経済大学 スポーツ健康科学部 教授 荒井 宏和

5 活動内容

トップアスリートの特徴を活かし、「考える」「伝える」「理解する」「実践する」プロセスを習得することをテーマに講義が進められました。

はじめに、過去のオリンピックの映像を見ながら、トップアスリートにはどのような特徴が見られるかグループで話し合い、意見を出し合いました。その中で、「集中力が高い」や「最後まで諦めない」など様々な意見が出ました。

次に、ウォームアッププログラムとして「じゃんけんゲーム」「スタンドアップゲーム」を行い、活動がすすむにつれ次第に緊張がほぐれ、笑い声や声を掛け合いながら取り組む様子がみられるようになりました。

最後に、メインプログラムの「ボール送り」を行いました。年齢、性別の異なった5～6人のチームに分かれ活動し、並び順を工夫したり、作戦を考えたりして、より速いタイムを出すためにどのようにしたら良いか考え実践しました。最初に比べ各チームともに5～10秒速くなりました。

今回の活動をとおして、自分たちで改善点を見つけ、話し合い、実践し、目標を達成することの大切さを理解する良い機会となりました。



荒井 宏和氏の説明



メモをとるアカデミー生



グループでの話し合い



「ボール送り」でタイム測定