

未来のアスリート発掘事業6期生

3月10日（土）、第14回（最終）育成プログラムが開催されました。指定児童53名とその保護者が参加した他、アスリート修了生10名もスポーツ講演会に出席しました。

スポーツ講演会

スポーツ講演会は、オリンピックに出場した選手や監督を招き、直接アスリート生に語りかけてもらうことで、今後のスポーツ活動への意欲付けを行うことを目的に開催しております。

今回の講師は、山中 茂先生でした。山中先生は、みなさんもお存じ通り、トリノオリンピックスキー競技のアルペン監督として、日本アルペン史上初の複数入賞（男子回転4位皆川、7位湯浅）を達成するなど、日本チームを大活躍に導かれました。



トリノ五輪のユニフォーム

「世界へ向かって」と題して講演される山中茂先生

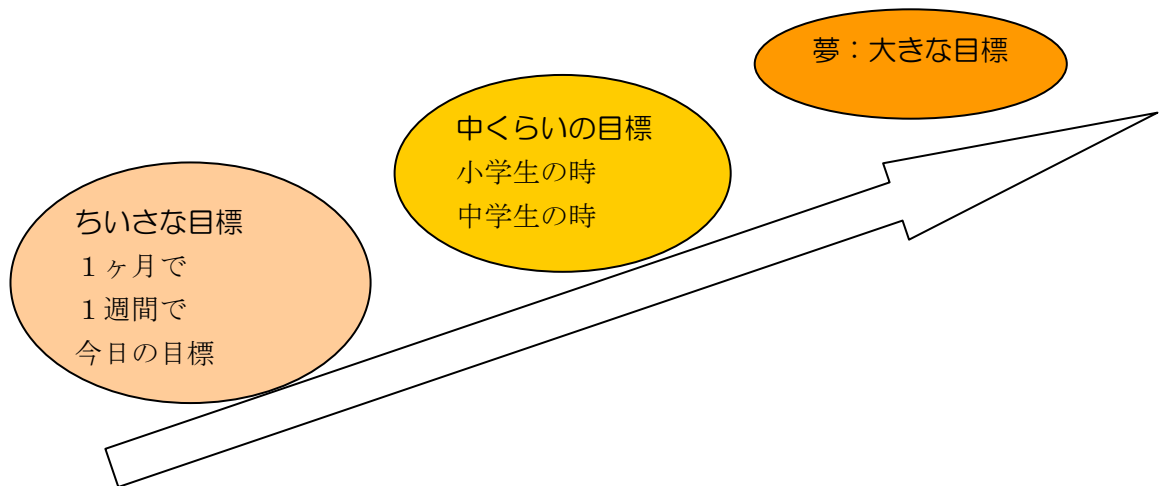
また、自身も選手として国体等で活躍した経験を生かし、指導者として世界選手権大会等の国際大会に出場する選手や全日本選手権大会で優勝する選手を育てるなど、全国や世界の檯舞台で活躍する選手を育成されました。

現在は、富山県スキー連盟副理事長として、また、富山県体育協会スーパーコーチとして選手への現場指導を中心として、本県スキー競技の普及振興・競技力の向上にご尽力頂いております。

山中先生は、世界に羽ばたくために「必要な3つのこと」について重点を置き、分かりやすくお話し頂きました。

1、目標を持つ

どんな選手になりたいか、という目標を明確にもつことが大切です。



目標の達成に向かって、「大きな目標」をしっかりと見つめ、計画→実行→反省→改善の流れで「今日の目標」に取り組むことが大切です。

みなさん、今日の目標は達成できましたか？

2、考えること

自分は、どうしてできないのか、どうしてできたのか、他の選手と何が違うのか、について常に考えて試合や練習を行うことが大切です。

みなさん、今日の練習や試合では、考えて行うことができましたか。

3、仲間をつくる

「人と話ができますか?」、山中先生のこの質問にみなさんはすぐに答えられますか。トップアスリートになるためには、その人の努力に負うところが大きいですが、それだけでは目標は達成できません。多くの人の支えがあってこそ、みなさんの力が発揮されるのです。

NTC (ナショナルトレーニングセンター) で、フュギアスケート日本代表チームが合宿



しており、その中のプログラムで「インタビューに答える」トレーニングを実施しているというお話がありました。

① 挨拶と返事、②相手の話を聞く、③自分の意見を大きな声で相手に伝える、この3つのポイントが仲間をつくる上でとても重要です。すぐにできることばかりです。今日から実行して下さい。

ダイヤモンドの話

みなさん、ダイヤモンドは知っていますね。ダイヤを採るためには、その何倍も、何十倍もの泥や土を掘り返さなくてはなりません。

みなさんの才能には、必ずダイヤモンドが眠っています。それを掘り起こすためには、相当の努力が必要です。ぜひ、たくさんの泥や土を掘り起こして下さい。必ず、キラリと輝くダイヤモンドが表れます。

オーストリアのエバマリアの話

オーストリア出身のエバマリアという選手の話です。エバマリアが北海道小樽にあるキロロスキー場で行われた合宿に参加した時のことです。大勢が集まるミーティング会場で、明日から始まる練習への決意をエバマリアは一番最初に前に出てきて話しました。初対面のメンバーに対し、言葉の壁を超え、自分の言いたいことを直接伝えたのです。

自己主張をしない選手は、世界で戦うことができません。自分の考えを認めてもらうためにも、①挨拶と返事、②相手の話を聞く、③自分の意見を大きな声で相手に伝える、の3つを実行しましょう。

花岡 萌さんの話

スキー選手の花岡 萌さんの話です。みなさんと同じ富山県出身のアスリートで、世界選手権の日本代表選手にもなりました。花岡選手は、ずば抜けてスキーの技術が高いわけではありません。では、どうして日本代表

となれたのか。それは、エバマリア選手に引けを取らないくらいの自己主張する力があったからです。花岡選手は、単身でヨーロッパに渡り、練習を行い、大会に参加しています。練習会場の手配や現地までの交通手段、食事や宿泊の手配やコーチの依頼等、全てのマネージメントを一人でやらなくてはなりません。

恵まれない環境の中で競技を続けていく原動力は、自己主張する力です。みなさんも、①～③の大切なことを実行し、世界へはばたく力を身に付け



ましょう。40分間に渡る山中先生の講演でした。山中先生のメッセージをしっかりと受け止め、これからのスポーツ活動の中に生かしていきましょう。

この日、アスリート修了生10名もスポーツ講演会に参加しました。講演終了後、修了生10名から6期生に対して中学校生活を送る上での激励メッセージが送られました。

コーディネーショントレーニング(COT)

14回目、最後のCOTとなりました。今回は、ボールを使った運動を中心に約2時間熱心に取り組みました。バレーボールやテニスボールの扱いも上達し、COTの成果が随所で見られました。



いつも爽やかな望月先生



3 分間、自由にボールを使って動く



ボールを使ったハンドリング



後ろのフットアップ



回転するフープの中を通してパス



いつも明るく元気な「コバちゃん」

こと小林先生



5人組でサイドステップ。
合図により、ボールを投げ上げ、
右となりの人が上げたボールを
キャッチする。



目を閉じて、目標ラインまで片足ステップ (左)・グーパーステップ (右)



即席メンバーでも、すぐに作戦決定！
リーダー、フォロアーの関係がうまく
できています。



すばやくボールを置いていく
リレー形式の COT



COT 終了後、代表児童が、望月先生、小林先生へ感謝の言葉を述べました。

望月先生、小林先生、本当にお世話になりました。



参加者全員でガッツポーズ。未来のトップアスリートを目指し頑張ろう！

第2回体力測定感想

・4月に測定会をした時よりも、結果が良くなっていてよかったです。特に瞬発力がとても上がっていました。今回の測定で、**COT** の成果が出てよかったです。これでこの事業は終わりますが、中学校に入ってもしっかり頑張りたいです。(男子児童)

・前回の体力測定は、緊張していてアッという間に終わってしまったけど、今回は何をやるのか分かっていたので、とても楽しめました。前回に引き続き、A判定だったので嬉しかったです。大体の種目は、記録が伸びていました。(女子児童)

・前回より良くなったかなあと思っていたけど、あまりよくありませんでした。多分、冬の食べ過ぎや、あまり外に出かけることのない生活が多かったからではないかと思います。食べる物や運動に関しては、親に頼るのではなく、自分で管理していかなければいけなくなっていくから、アスリート事業で学んだことを生かしたいです。(女子児童)

・2回目の体力測定を行って、前回に比べると全体的に良くなっていました。アスリートに通って、こんなに成長したんだと実感することができました。この事業でやったたくさんのトレーニングの成果が出ていたのうれしかったです。特に、心肺持久力と平衡性がすごくよくなっていたので、驚きました。閉眼片足立ちは苦手な種目で、前は16秒だったけど、今

回は、4分もできたので良かったです。(女子児童)

・前回よりも脂肪が減り、身長が伸びたので、アスリートに近い体型になってきたのかなあと思いました。前よりも記録が落ちたものもあるけど、できるようになったことが多いので良かったです。閉眼片足立ちが全然ダメだったのでショックでしたが、全身反応時間が伸びていてうれしかったです。これからもアスリートで習ったことを生かして、運動を続けていきたいです。(女子児童)

・私は、持久力があまりなく、測定値もよくありませんでした。でも、他の種目は、ほとんど平均以上だったので良かったです。測定中は、前の記録よりも良くなるように心がけて測定しました。反復横跳びなどは苦手だったけど、自分なりにたくさん跳べて良かったです。全体の評価は、Bで変わらなかったけど、下がらなかったのが良かったです。この測定結果をもとに、中学校でも苦手な所を鍛えていきたいです。(女子児童)

保護者より

・小学校、スポーツ少年団から一人だけの参加で、最初は緊張していましたが、仲良しの子ができたりして毎回楽しく活動できたようです。教わったことが、今後の競技や他の活動などに生かしていければ良いです。1年間、有り難うございました。

・体力測定では、前回と比べてたくさんの項目で伸びていたもので、親子共々喜んでいきます。今までアスリート事業で教えて頂いたことを実践し、続けてきた結果だと思います。身体面だけでなく、精神面からも自分を鍛えるための方法を、いろいろな分野で活躍しておられる講師の先生から直接教えて頂き、とても貴重な体験をさせて頂いたと思っております。本当に今まで大変お世話になりました。有り難うございました。

・体力測定の結果は、前回より良くなかったようです。体調管理の大切さが分かったと思います。この1年間で、心身共にとても成長してくれたと思います。それも、この事業に関わって頂いたみなさまのおかげと感謝しております。1年間、本当に有り難うございました。

・1年間有り難うございました。この1年間で、運動能力が上達したようです。中学生になったら、またコツコツ頑張って努力し、将来は全国大会に行って欲しいです。

・最近身体が大きくなり始め、今後が楽しみです。正しい知識を習得する機会をいただき有り難うございました。

・このアスリート事業に参加することで、いろいろな事を学びました。これからも、スポーツに関わり続けてくれると思います。

未来のアスリート発掘事業6期生 育成プログラム終了について

3月10日（土）開催の第14回育成プログラムをもちまして、6期生の全日程が終了いたしました。保護者の皆様には、児童の送迎等で大変お世話になりました。

6期生のみなさんは、もうすぐ中学生となり、新しい生活が始まろうとしています。スポーツ活動の面でも、部活動が始まり、いよいよトップアスリートを目指す活動がスタートします。ぜひ、このアスリート事業で得た知識や技術をこれからのスポーツ活動の中で生かして下さい。

6期生63名のみなさんの、今後の大活躍を期待しています。

財団法人富山県体育協会 競技力向上対策課

未来のアスリート発掘事業 事務局一同

