

# 未来のアスリート発掘事業 12期生 活動報告



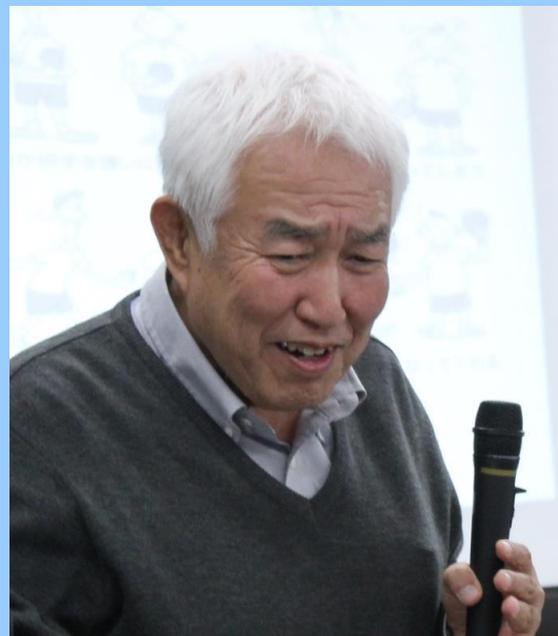
## ◇第13回育成プログラム

開催日時 12月2日(土) 15:00~18:00  
会場 富山県総合体育センター 会議室・中アリーナ

### 内 容

【知的能力育成プログラム】  
「メンタルトレーニング⑥」  
大阪体育大学  
特任教授

おかざわ よしのり  
**岡澤 祥訓 先生**



【身体能力育成プログラム】  
「コーディネーショントレーニング⑧」  
(一社)コーチングバリュー協会  
代表理事

あずまね あきと  
**東根 明人 先生**



# メンタルトレーニング⑥

みんなと仲良くなるための「コミュニケーション」について学びました。話し方のポイントのほか、相手を好きになることの大切さ、周囲に感謝することの大切さについて教わりました。

多くの人たちに応援される、真のアスリートを目指そう！



# コーディネーショントレーニング⑧

仲間と協力して、マットとボールを使った運動をしました。楽しみながら動き作りを行うことが出来ました。



# アスリートの感想

人間関係をよくするためには「話し方」、「表情」が大切なことがわかりました。

今までの自分は相手にしっかりと話の内容を伝えられていなかったのかもしれないと考えさせられました。これからは相手の目を見て話すようにしたいです。

岡澤先生にたくさんのことを教わりました。教わったことを一生懸命に行いたいと思います。

今まで上手くできなかった動きが出来るようになりました。これからもたくさん練習して色々な動きが出来るようになりたいです。

コーディネーショントレーニングでは「動く」、「とまる」などの動作をしっかりとするのが難しかったです。

コミュニケーションで信頼関係が築かれ、チーム力が上がることを教わりました。良いコミュニケーションをとるために笑顔で返事をしたり、工夫をしていきたいです。

講義は欠席しましたが、いただいた資料で勉強することが出来ました。話し方や表情、相手の目を見て会話をするだけで相手の受け取り方が違ってくることがわかりました。これから気をつけたいと思います。

岡澤先生の「あなたは1人じゃない」とおっしゃられた言葉がとても心に残りました。これからも感謝の気持ちを忘れずに生活していきたいです。

みんなと仲良くなるためには駄目なところばかりを言うのではなく、良いところも言ってあげるのがコツだとわかりました。また、相手の顔を見て話しをすることの大切もわかりました。

言い方を変えるだけで相手への伝わり方や相手の感じ方が違ってくるとことを学びました。

マットを使った運動がいつもより上手くできました。みんなと息を合わせて色々なことができたので良かったです。

## 保護者の感想

同じ言葉でも言い方や表情で相手への伝わり方や印象が異なることを知りました。今後気をつけていきたいと思います。

食事・生活面をはじめ競技に取り組む姿勢に変化が出てきたように思います。この調子で頑張ってもらいたいと思います。

一流アスリートの人達も同じように悩み、壁を乗り越えてきているんだと感じました。今後、子供が壁にぶつかったときに今回教わったことを生かして親子で乗り越えたいと思います。

これからスポーツ選手として上を目指すために、サポートしてくれる周囲の人達への感謝や「当たり前ではない」、「自分は1人ではない」ということを忘れずにいてほしいと思います。

## 12期生の活躍

川崎 那都 さん

【ハンドボール】

第5回ふくい永平寺カップ 小学生ハンドボール大会 1位

富山県選抜

高田 茜 さん

【ダンスコンテスト、ダンスバトル】

ice cream東京最終予選

U12ソロコンテスト 2位

## 西 悠成 さん

【剣道】

第41回富山県少年剣道練成大会

団体戦 1位

## 坂大 芳輝 さん

【スキー】

全道ノルディック大会

SJ

14位

//

NC

6位

富山県民スキー大会

クロスカントリースキー 2位

## 水井 航海 さん

【陸上、サッカー】

第20回全国小学生クロスカントリー-リレ-研修大会チーム対抗クロスカントリー-リレ- 18位(32分09秒)

## 山崎 碧 さん

【レスリング】

富山県ジュニアレスリング選手権大会 34kg級 3位

平成29年12月2日～平成30年1月19日に行われた  
地区大会以上の大会結果(記録)を掲載<sup>けいさい</sup>しています。