

未来のアスリート発掘事業 13期生 活動報告

◇第15回育成プログラム 体力測定会②

開催日時 2月2日(土) 8:30~12:30
会場 富山県総合体育センター トレーニング室



測定種目

第2回目の体力測定会に^{のぞ}臨みました。一年前の記録と比べどのように成長したのかを確認しました。

測定種目は下記の11種目です。

- | | | |
|---|-------------------------------------|------------------------------------|
| ① <small>あくりよく</small> 握力 | ② <small>はいきんりよく</small> 背筋力 | ③ <small>すいちよくと</small> 垂直跳び |
| ④ <small>きゃくしんてん</small> 脚伸展パワー | ⑤ <small>うでしんてん</small> 腕伸展パワー | ⑥ <small>はんぷくよこと</small> 反復横跳び |
| ⑦ <small>ぜんしん はんのう じかん</small> 全身反応時間 | ⑧ <small>へいがん かたあし だ</small> 閉眼片足立ち | ⑨ <small>ちょうざ たいぜんくつ</small> 長座体前屈 |
| ⑩ <small>さいだい さんそ せつしゅりょう</small> 最大酸素摂取量 | ⑪ <small>じょうたい お</small> 上体起こし | |







アスリートの感想

1回目の測定会時より記録が良くなっていて、一年間の成長を感じることが出来ました。自分の長所や短所を再確認することが出来たので良かったと思います。

筋力が強くなっていたので、日頃のトレーニングの成果があらわれたのではないかと思います。今までいろいろな先生に教わったことをこれからも継続して行い、できることを増やしていきたいです。

前回よりも、体力測定の種類目の結果や身長がかなり伸びていてびっくりしました。今後も目標をもって頑張っていこうと思いました。

前回から体の大きさも能力もかなり向上しており、嬉しかったです。プログラムに参加してきたことや日頃の運動の成果が明確な形であらわれたのだと思います。しかし、前回からあまり変わっておらず、出来ていない種目もはっきりと分かったので、これからの練習の参考にし、中学校での部活動にも生かしていきたいです。

今回の体力測定では、前よりも良い結果を出すことができました。特に、閉眼片足立ちと背筋力が良くなりました。一年間いろいろなトレーニングを続けてきて本当に良かったです。

前回に比べバランスの良い体に少しずつ近づいてきたのではないかと思います。ここからがスタートだと思って、アスリートらしい身体になれるようにトレーニングを続けます。

保護者の感想

努力に結果が伴い、娘も喜んでいます。引き続き未来のアスリートで学んだトレーニングに打ち込んでいきたいと言っており、見守っていききたいと思います。

一年前と比べて、持久性や平衡性が特に伸びていました。今まで使ったことのない部位や、したことのない体の動きや使い方を教えていただいたおかげです。あっという間の一年でした。ありがとうございました。

一回目の測定から、一年間の成長を結果の数値からも実感することが出来ました。しかしそれ以上に、この一年間でアスリートとしての自覚が生まれ精神面での成長が著しかったと思います。測定結果から、今後の課題も見つけることが出来ました。

前回の判定時より身長が10cmも伸びていて驚きました。判定はBで本人は残念がっていますが、筋力面でまだ未発達な部分があるので前向きにとらえてほしいです。たくさんの動きづくりを経験させていただいたので、今後の成長が楽しみです。

13期生の活躍

岩澤 木綿 さん

【水泳競技、陸上競技】

第20回富山チビッコ水泳大会	50m自由形	1位	28秒15
〃	50mバタフライ	2位	31秒12
〃	100m平泳ぎ	1位	1分17秒15
日本SC協会北陸支部A級以上短水路富山大会	50m自由形	3位	27秒97
〃	100m平泳ぎ	3位	1分16秒54

上野 真由 さん

【陸上競技、水泳競技】

第30回全日本びわ湖クロスカントリー大会 陸上競技小学女子1km 2位 3分23秒

浦 海斗 さん

【アルペンスキー競技】

第42回平大回転大会 大回転5,6年 1位

鎌田 望琥人 さん

【水泳競技】

第20回富山チビッコ水泳大会	50m自由形	26秒32	☆
//	100m自由形	58秒64	
//	50m平泳ぎ	31秒81	
日本SC協会北陸支部A級以上短水路富山大会	100m平泳ぎ	1分 7秒92	☆
//	50m平泳ぎ	30秒74	☆
//	200m個人外レ-	2分18秒54	☆
第20回 朝日新聞社オール学童水泳記録会	50m平泳ぎ	32秒31	1位
//	100m平泳ぎ	1分11秒20	1位
//	200m平泳ぎ	2分33秒62	1位

☆JOC春季JOカップ参加標準記録突破

嶋岡 月椰 さん

【陸上競技、サッカー競技】

ガールズエイトジャパン	小学女子サッカー	3位
-------------	----------	----

高田 将吾 さん

【バスケットボール競技】

北信越ミニバスケットボール交流会	ミニバスケットボール	U12富山県選抜チーム選出
------------------	------------	---------------

高野 朱理 さん

【水泳競技】

2018年度石川県短水路選手権水泳競技大会	50m自由形	27秒82	☆
//	100m自由形	1分00秒69	
//	100m平泳ぎ	1分14秒35	☆
//	200m個人外レ-	2分29秒18	
日本SC協会北陸支部A級以上短水路富山大会	50m平泳ぎ	34秒00	☆
//	100m自由形	1分00秒75	
//	200m個人外レ-	2分28秒74	

☆JOC春季JOカップ参加標準記録突破

谷井 純貴 さん

【柔道競技】

第11回福井県オープン少年柔道大会	6年生の部 男子50kg以下級	3位
-------------------	-----------------	----

中川 紗来 さん

【クロスカントリー競技】

第 34回立野ヶ原クロスカントリースキー大会	クラシカル競技(5,6年3km)	1位
第34回富山県学童スキー選手権大会	フリー競技(団体)	1位
//	クラシカル競技(5,6年3km)	1位
第15回西日本バイアスロン選手権大会	フリー競技	1位

増山 碧 さん

【水泳競技】

第20回富山チビッコ水泳大会	50m平泳ぎ	1位
//	100m平泳ぎ	2位

丸箸 亮太 さん

【ハンドボール競技】

第18回大同フェニックスカップ ハンドボール 2位

山田 丈琉 さん

【バレーボール競技】

第5回はばたけ小学生バレーボール大会 バレーボール 1位

吉田 楓 さん

【バレーボール競技】

第5回はばたけ小学生バレーボール大会 バレーボール 2位

平成31年2月2日以^{いこう}降に行われた地区大会以上の大会結果
(記録)を掲^{けいさい}載しています。