

# 未来のアスリート発掘事業 活動報告 vol.9



## 第9回育成プログラム開催！

開催日時 8月9日（土） 9：30～12：30

内 容 コンディショニング⑤



### 【瞬発力アップ】

富山県総合体育センター

指導課課長補佐 山地 延佳 先生

### スポーツ栄養③



### 【ジュニアスポーツ選手の基本的な 食事のスタイルを学ぼう】

西能病院

スポーツ栄養士 舘川美貴子 先生

9期生参加児童47名

## 活動1 コンディショニング



## 活動2 スポーツ栄養





## アスリートの感想（第8回育成プログラムの感想）

### ～ 「メンタルトレーニング」の感想 ～

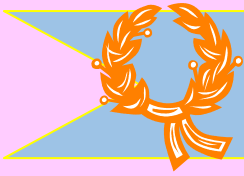
- 今日のメンタルトレーニングで、緊張の原因は、ほぼマイナス思考だという事が分かりました。大会では、「スタート」「ターン」「ゴール」で失敗しないかと、いつも不安になります。まさに、マイナス思考だと思いました。また、逆に「一番良かった試合は、プラス思考だったんじゃないの？」と岡澤先生が言われた時、「あ！本当だ!!」と思いました。今後の大会も意識してみようと思いました。

### ～ コーディネーショントレーニング（プール）の感想 ～

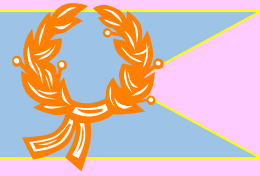
- 私は、どちらかというと水泳は苦手でした。ところが、今日のコーディネーショントレーニングでは、水中で回転したり、クロールや平泳ぎを、「グー、チョキ、パー」の手の形で泳いだり楽しく取り組むことができました。また、みんなと息を合わせながら「前、前、横、横、たて、たて」ができたのでうれしかったです。

### ～ 保護者の感想 ～

- 本人が苦手とするプールでの活動でしたが、意欲的に取り組めたようです。苦手だと思えば尻込みしてしまうのですが、何でもやってみようとチャレンジする姿が多く見られるようになってきています。うれしいです。



## 9 期生の活躍



### 石崎こはるさん（陸上競技）

第 30 回全国小学生陸上競技交流大会富山県大会 4×100mR 2 位

### 石田 千晴さん（陸上競技）

第 30 回全国小学生陸上競技交流大会富山県大会 1 0 0 m 2 位 (14 秒 63)

### 石橋 拓弥 君（水泳）

とびうお杯全国少年少女水泳競技大会 100m バ ッ フ ラ イ 13 位 (1'09"79)

50m バ ッ フ ラ イ 13 位 (31"27)

### 石村 風鈴さん（スキー）

富山県民体育大会（相撲） 2 位

### 上田悠香子さん（バレーボール）

第 30 回全国小学生陸上競技交流大会富山県大会 1000m 4 位 (3'19)

### 囲 優希さん（バスケットボール）

第 30 回全国小学生陸上競技交流大会富山県大会 1000m 10 位 (3' 23)

第 14 回糸魚川マリンカップ 4 位

### 清水 大翔 君（ゴルフ）

北陸ジュニアゴルフ選手権大会 2 位 (82)

富山県民体育大会（ゴルフ 3 部） 1 位 (83)

第 8 回中部小学生ゴルフ大会 9 位 (79)

### 菅原 太一 君（ハンドボール）

富山県民体育大会（ハンドボール三部） 2 位

### 杉澤 光流 君（ハンドボール）

富山県民体育大会（ハンドボール三部） 1 位

### 田中 暖空 君（陸上競技）

第 30 回全国小学生陸上競技交流大会富山県大会 4×100mR 3 位 (54 秒 24)



## 9 期生の活躍



### 土田 陽菜さん (トランポリン)

第 6 回富山県小学生トランポリン競技選手権大会 2 位

### 寺井蓮太郎 君 (水泳)

|                   |          |               |
|-------------------|----------|---------------|
| 富山県民体育大会 (競泳 3 部) | 50m 背泳ぎ  | 2 位 (34"22)   |
| とびうお杯全国少年少女水泳競技大会 | 100m 背泳ぎ | 6 位 (1'11"30) |
| 富山県民体育大会 (競泳 3 部) | 50m 自由形  | 1 位 (30"01)   |
|                   | 50m 背泳ぎ  | 2 位 (36"90)   |

### 廣上 瑠依さん (バドミントン)

第 30 回若葉カップ全国小学生バドミントン大会 5 位 (団体)

### 松浦 愛佳さん (水泳)

|                   |              |               |
|-------------------|--------------|---------------|
| 富山県民体育大会 (競泳 3 部) | 50m バタフライ    | 1 位 (31"73)   |
|                   | 200m メドレーリレー | 1 位 (2'12"96) |
| とびうお杯全国少年少女水泳競技大会 | 200m メドレーリレー | 4 位 (2'13"57) |
|                   | 200m リレー     | 5 位 (1'58"99) |

### 松木 萌結さん (陸上競技)

第 30 回全国小学生陸上競技交流大会富山県大会 走り幅跳び 3 位 (4m04cm)

### 矢野 茉歩さん (バドミントン)

第 30 回若葉カップ全国小学生バドミントン大会 5 位 (団体)

### 山下 魁斗 君 (水泳)

とびうお杯全国少年少女水泳競技大会 200m リレー 6 位 (1'58)