

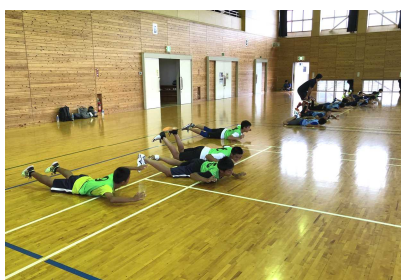
未来へはばたけ！！

宮崎市トップアスリート



10月19日（土）のトップアスリート発掘・育成事業では、基礎トレーニング、保護者講座、原川愛さんによる特別講話を実施しました。

基礎トレーニングでは、体幹トレーニングのほか、ラダーを使ったトレーニング等も実施しました。



<保護者講座>

保護者講座では、「トップアスリートから学ぶ 子どもが伸びるコミュニケーション」をテーマに、親としての視点で子どもへの接し方やコミュニケーションなどについて学びました。

渡辺先生からは「相対評価（他チーム、他選手との比較）ではなく、絶対評価をすること（子どもをしっかり見る）」、「ガンバレを言わない（既に頑張っている）」、「言葉のキャッチボールをする（子どもの言葉を一旦受け止める、復唱する）」などのお話がありました。

<特別講話>

宮崎市出身で小学生から新体操選手として活躍された原川愛さんに、これまでの経験や目標に向かって取り組む育成選手に対してのアドバイスなどのお話をいただきました。

原川さんからは、ご自身の経験から、まずは目標を立てること、その目標に向かって今何が必要かを考え、努力することが大切とお話がありました。地元出身の先輩として、大変貴重なお話を伺うことができました。



<次回のトレーニング>

日時 令和元年11月16日（土）15：00～18：00

会場 西部地区農村環境改善センター

内容 ①特別講座「ペップトーク」（15：00～16：30）

②基礎トレーニング（16：40～18：00）

※特別講座は、4月に開催した特別講座「ペップトーク」の振り返りのための講座を予定しています。講師は、今回も岩崎先生にお願いしておりますので、保護者の皆さんも一緒にご参加ください。