

STeP up クリニック in 津

【吉田沙保里選手オリンピック3連覇記念事業】

報告書

<開催要項>

名 称 : STeP up クリニック in 津
【吉田沙保里選手オリンピック3連覇記念事業】

日 時 : 2012年7月1日(日) 9:00~12:30

参加者数 : 220名

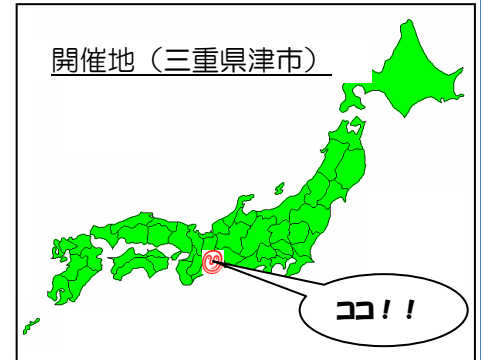
会 場 : 津市安濃中央総合公園内体育館

主 催 : 津市、吉田沙保里選手応援実行委員会

主 管 : 特定非営利活動法人 MIPスポーツ・プロジェクト

後 援 : 津市教育委員会

協 力 : 日生学園第二高等学校・一志ジュニアレスリング教室



<講師紹介>



齋藤 信治 (バレーボール)
元バレーボール日本代表
北京五輪出場



片山 卓哉 (バドミントン)
元バドミントン日本代表
自己最高世界ランク: 19位



小椋 久美子 (バドミントン)
元女子バドミントン日本代表
北京五輪5位入賞



平井 博史
(MIPコーディネーター: 5.6歳児親子)
幼年体育学園代表
中部学院大学准教授



岩本 真典 (MIPコーディネーター)
元ハンドボール日本代表
日本リーグ通算得点記録保持者



土井 龍雄 (セーフティーウォーキング)
MIP理事・ダイナミックスポーツ
医学研究所副所長

<プログラム>

「スポーツクリニック」

内 容：日本を代表するトップアスリートの指導のもと、普段行っているスポーツのスキルアップと、そのスポーツの新しい楽しさを発見する事を目的とし、将来豊かなスポーツライフを送るきっかけとなるプログラムです。

対 象：小学4年生～6年生

時 間：9：40～11：40

参加者数：99名

実施種目：バレーボール・バドミントン

【プログラムの様子】



▲オープニング

三重県津市出身の吉田沙保里選手の五輪3連覇記念事業として開催しました。



▲開会式

開会式では、津市の野口副市長より激励のお言葉を頂きました。



▲ウォーミングアップ

講師を見本で、デモンストレーション。



▲バドミントン

片山講師より、身体の使い方を教えてもらいました。



▲バレーボール

齋藤講師より、トスのフォームを丁寧に教えてもらいました。



▲バドミントン

バドミントンでは、ラケットの握り方から、振り方まで丁寧に教えてもらいました。

「MIPコーディー（親子・小学生）」

内 容：子ども達の「運動神経の発達」を促すトレーニングを遊びを通じて行います。バランス感覚、リズム感といった基礎を養う事ができるトレーニングを楽しみながら実施します。運動嫌いな子、運動が苦手な子でも楽しく参加できるプログラムです。

対 象：①5・6歳児親子 ②小学1～3年生 ③④小学1～3年生

時 間：①② 9：40～10：35 ③④ 10：45～11：40

参加者数：① 20組（40名） ②③④ 56名



▲音に合わせて肩たたき（5、6歳児親子）

一緒に身体を動かしてくれた、お父さん・お母さんに肩たたきで、「お疲れ様！」



▲準備体操の様子（小学生）

身体を動かす前には、怪我をしないようにしっかりと準備体操をしましょう！

「セーフティーウォーキング」

内 容：腰痛、膝痛を予防し、正しく歩くための筋力を維持する事を目的とした様々なトレーニングやストレッチを体験するプログラムです。

対 象：中学生～一般

時 間：9：40～11：40

参加者数：25名



▲講義の様子

腰痛・膝痛予防の様々な説明を聞くことが出来ました。



▲ストレッチの様子

腰痛・膝痛予防に必要なストレッチの説明を体験しながら聞きました。

<STeP up クリニック in 津を終えて>

- ・開催地名：三重県津市
- ・代表者名：津市スポーツ文化振興部長 野呂 武弘
- ・担当者名：津市スポーツ文化振興部スポーツ振興課 池田 頼子
- ・開催地の人口：283, 212人
- ・出身のアスリート：
 - 吉田 沙保里（レスリング/オリンピック2連覇、世界選手権8連覇）
 - 小椋 久美子（バドミントン/北京オリンピック5位入賞）
 - 三浦 文閣（車いすバスケット/北京パラリンピック7位入賞）
 - 木村 崇之（柔道/北京パラリンピック出場）
 - 御給 匠（サッカー/SAGAWA SHIGA FC 所属）
 - 金崎 夢生（サッカー/名古屋グランパスエイト所属）
- ・出身の有名人：
 - 奥田 碩（社団法人日本経済団体連合会名誉会長、トヨタ自動車株式会社相談役）
 - 奥田 務（大丸会長兼 CEO、J.フロント リテイリング社長兼 CEO）（敬称略）

最後に・・・

昨年度より実施プログラムが変更となったが、当日は雨天と生憎の天候となりましたが、多数の参加者（220名）のもと、「STeP up クリニック in 津」が開催されました。

参加した子ども達はみんな専門種目という事もあり、講師の先生方の言葉一つ一つを真剣にきておりました。

そして、自分達がプレーする時には、講師の先生から熱いコーチングが飛んでいました。

また、講師の先生に褒められると、とても嬉しそうな表情を浮かべながら、プレーをしていました。

トップアスリートと触れ合うことは滅多にないことなので、参加した子ども達にとっては、素晴らしい思い出となったことと思います。プログラム終了後、運良くトップアスリートのサインをもらった子ども達はとても嬉しそうで、誇らしげにサインを見せてくれました。

また、トップアスリートの方々が行われている練習に臨む姿勢や考え方は、参加した子ども達だけでなく、周りで見ている保護者やスタッフの方々も参考となるお話がたくさんありました。「何の為にこの練習をしているのか」という練習の目的を明確に伝えていることなど、保護者や指導者の方も講師の話に熱心に耳を傾けておられました。

最後に、「STeP up クリニック in 津」の開催におきまして、ご担当された池田様をはじめ、多くの関係者の皆様にご協力を頂きました事を感謝致します。

（担当：中村 俊之）