

# 未来のアスリート発掘事業 12期生 活動報告



## ◇第2回育成プログラム 体力測定会①

開催日時 2月4日(土) 13:00~17:00  
会場 富山県総合体育センター 小研修室・トレーニング室・会議室

## 測定種目

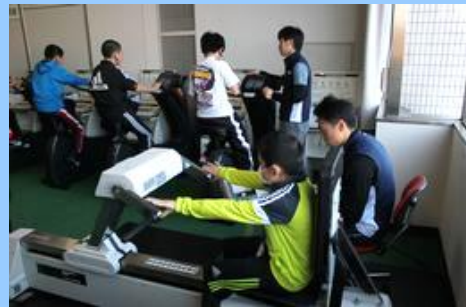
自分の今の体力を知り、今後の活動や育成プログラムに取り組む際の指標<sup>しひょう</sup>とするために第1回目の体力測定会に臨<sup>のぞ</sup>みました。

測定種目は下記の11種目です。

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







## アスリートの感想

体力測定の結果、<sup>けいたいそくていち</sup>形態測定値が全て平均以下という結果でした。たくさん食べたり、<sup>し</sup>姿勢をよくして過ごし、身体を大きくしたいです。

<sup>ふだん</sup>普段からバランスよく身体を<sup>きた</sup>鍛えたいです。12期生としての自信を持ち取り組んでいきたいです。

<sup>びーえむあいち</sup>BMI値が低く、もっと身体を大きくしたいと思いました。

<sup>ちが</sup>違うスポーツに取り組んでいる友達ができて<sup>うれ</sup>嬉しかった。

現在の体力について知ることができました。今後は弱点を<sup>こくふく</sup>克服するように頑張りたいと思います。

育成プログラムに積極的に参加し、色々なことを学びたいと思います。

自分が思っていた以上に苦手な部分があり、<sup>くや</sup>悔しい気持ちになった。だけど、できなかったことができるようになるためにこれから<sup>けいぞく</sup>継続してトレーニングに<sup>はげ</sup>励みたい。頑張りたいという気持ちが出てきました。

# 保護者の感想

体力<sup>しんだん</sup>診断の結果、バランスが悪いことが分かりました。苦手な分野のトレーニングに取り組んでほしいと思います。

今回の体力測定をきっかけに、意欲的にトレーニングに<sup>はげ</sup>励んでくれることを期待したいと思います。

体力測定の結果について、帰りの車中で色々と話しをしてくれました。向上心が感じられ、今後の活動が楽しみにになりました。

楽しそうにトレーニングしている姿を見て<sup>うれ</sup>嬉しくなりました。成長していく姿を楽しみにしています。

ユニホームをもらい、子どものヤル気スイッチが入ったように思います。ありがとうございます。

一年後の子どもの成長した姿を想像するとわくわくします。<sup>がんば</sup>頑張り。

測定会の結果を受け、目標ができてよかったと思います。<sup>じゅうなんせい</sup>柔軟性が劣っているので子どもと<sup>いっしょ</sup>一緒にストレッチをしようと思います。

第1回目の育成プログラムで教えていただいたトレーニングを続けて<sup>のぞ</sup>臨んだ体力測定会でした。苦手だったはずの<sup>じゅうなんせい おどろ</sup>柔軟性が驚くほど<sup>かいぜん</sup>改善されていてびっくりしました。これからまだまだ伸びる可能性を感じ取ることができました。

## 12期生の活躍

斉藤 悠作 さん

【水泳競技】

冬季短水路大会

100mバタフライ 出場

1分08秒3

真正 蓮 さん

【スキー競技】

第70回富山県民体育大会スキ-競技 クロスカントリー-小学5・6年男子 1位  
第53回白馬少年スキ-大会 ルディックコンバインド\*5・6年 4位

千保 輝星 さん

【バスケットボール】

県春季大会 2位

高木 大成 さん

【バスケットボール】

県春季大会 ベスト8

高田 茜 さん

【ダンス】

クラッカー solo Battle ベスト4

坂大 芳輝 さん

【スキー競技】

第70回富山県民体育大会スキ-競技 クロスカントリー-小学5・6年男子 3位  
第53回白馬少年スキ-大会 ルディックコンバインド\*5・6年 8位

廣田 拓弥 さん

【ラグビーフットボール】

タグラグビー北陸大会 出場

増井 翔大 さん

【バドミントン】

小学生選手権大会 団体戦 3位

三石 羽那 さん

【バドミントン】

富山県バドミントン選手権大会 団体戦 1位

県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。

※平成29年1月以降の結果を記載<sup>きさい</sup>