



世界へはばたけ

WAP NEWS

宮崎ワールドアスリート発掘・育成プロジェクト

第2号 2024年4月27日
宮崎ワールドアスリート発掘・育成
プロジェクト実行委員会事務局

第2回育成プログラム
-2024. 4. 27-

★オープンマインド★

テレビで見たことのある MRT 宮崎放送の山崎アナウンサーと古田アナウンサーを前に最初は緊張した様子でしたが、歌って踊って体を動かすことで、徐々に緊張もほぐれたようでした。ジェスチャーゲームや言うこと一緒・やること逆ゲームなど楽しく自分を解放するゲームに加え、本番さながらのヒーローインタビューなど、貴重な体験をすることができました。

★目標設定★

中学生を対象に目標設定プログラムが行われました。夢実現に近づくためには、具体的な目標を立てること、常に成功のイメージをもつことが大切だということを学び、大谷翔平選手の目標達成シートを参考にワークシートに書いてみました。お互いに意見交換を交えながら取り組むことができました。



★スポーツクライミング★

今回は屋内のボルダリング、屋外のロープクライミングどちらも体験することができたので、高いところが苦手なアスリートはボルダリングに、意欲的に取り組むことができました。どうすれば頂上まで登り切れるか、試行錯誤しながら挑戦する姿が見られました。

★トライアウト★

宮崎スポーツクライミング協会の方々のご指導のもとに専門実技テストを実施しました。天候が危ぶまれたトライアウトでしたが、なんとか屋外の登攀壁でテストを行うことができました。まず、ボードを横に横断していく「トラバース」を行い、全員がなんなく横断できました。続いて、登攀壁を垂直に登る「トップロープクライミング」を行いました。登り方のルールに従い必死にチャレンジしました。最上部まで上り詰めることができたアスリート生は、半数程度でしたが、それでも、なんとか上り詰めようという意気込みが感じられ、楽しい挑戦の場となりました。



〔WAP NEWS は県スポ協のホームページでもご覧いただけます。〕

<https://www.miyazakiken-taikyo.jp>

宮崎県スポーツ協会

検索

