

ぐんまスーパーキッズプロジェクト2021

—— 報告書 ——



公益財団法人群馬県スポーツ協会

目次



事業内容の紹介（写真集）	1
事業報告	5
実施要項	6
募集要項	7
選考会の内容について	9
認定式・運営委員	10
参加者名簿	11
報告書	
◎スケート（スピードスケート）	14
◎スキー（アルペン・ジャンプ）	19
◎陸上（棒高跳び）	27
◎水泳（水球）	35
◎ボクシング	41
◎レスリング	45
◎自転車競技	52
◎馬術	59
◎スポーツクライミング	67
◎アーチェリー	75
◎空手道	80
◎ボウリング	88
◎ゴルフ	94
2021年度スーパーキッズ体力測定まとめ	103

事業内容の紹介

● 選考会【4月29日(祝・木)】 ●



● 全体研修会【11月20日(土)】 ●



● 競 技 ●



スケート



アルペン



ジャンプ



水 泳



陸 上



レスリング



自転車



馬 術



空 手



ボウリング



ゴルフ



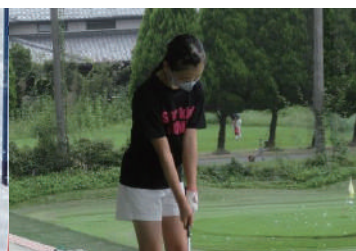
ボクシング



クライミング



アーチェリー



GUNMA SUPER KIDS PROJECT2021

県内の小学校3年生を対象に、各種体力測定を実施し体力・運動能力に優れた人材を早期に発掘して、関係団体との連携・協力により、子どもたちの発育段階に応じた計画的・継続的な育成(4～6年生)を図り、オリンピックや国際大会で活躍するトップレベルの選手を輩出することを目指します。

【選考会日時】

令和3年3月7日(日)8:30～16:00(予定)

※今後の状況により日程が延期・中止になる可能性があります。その際は本協会HPにてお知らせ致しますのでご承知おきください。

【場所】

ALSOKぐんま総合スポーツセンター ぐんまアリーナ 他

前橋市関根町800番地

【参加費・参加資格】

選考会参加費無料・県内小学校3年生対象

【選考人数】

1競技10名程度

【申し込み方法】

群馬県スポーツ協会HPよりお申し込みください

↓ 申込みフォームURL ↓

<http://www.gunma-sports.or.jp/>

※詳細は群馬県スポーツ協会HPをご覧ください。

【申し込み締切日】

令和3年2月19日(金)まで

【お問い合わせ先】

(公財)群馬県スポーツ協会 競技スポーツ課

ぐんまスーパーキッズプロジェクト係

☎027-234-5555



【主催】公益財団法人群馬県スポーツ協会・群馬県スケート連盟・群馬県スキー連盟・一般財団法人群馬陸上競技協会・群馬県水泳連盟・群馬県ボウリング連盟
群馬県レスリング協会・群馬県自転車競技連盟・群馬県山岳連盟・群馬県アーチェリー協会・群馬県空手道連盟・群馬県ボクシング連盟・群馬県ゴルフ連盟
【共催】群馬県・群馬県教育委員会【後援】群馬県高等学校体育連盟・群馬県中学校体育連盟・群馬県小学校体育研究会

『ぐんまスーパーキッズプロジェクト2021』事業報告

令和2年11月7日(土)	実施内容等の決定	実施要項及び募集要項が決定																																							
令和3年1月15日(金)	運営委員の選出	選手強化委員会、担当競技団体を中心に選出																																							
令和3年1月20日(水)	公募を開始	募集要項に基づき公募を開始																																							
令和3年1月23日(土)	運営委員会の開催	選考会の内容を検討決定																																							
令和3年2月19日(金)	申込締切日																																								
令和3年2月24日(水)	3月7日(日)に開催予定の選考会延期	関係者及び参加者へ延期の通知																																							
令和3年4月29日(祝・木)	選考会の開催 9:00~16:30	体力測定及び面接を実施 選考会議の開催 エントリー 146人 合格者100人 内訳 <table> <tr><td>スキー</td><td>10人</td><td>10人</td></tr> <tr><td>陸上</td><td>10人</td><td>10人</td></tr> <tr><td>水泳</td><td>3人</td><td>3人</td></tr> <tr><td>空手道</td><td>21人</td><td>12人</td></tr> <tr><td>ボウリング</td><td>4人</td><td>4人</td></tr> <tr><td>ゴルフ</td><td>16人</td><td>10人</td></tr> <tr><td>スケート</td><td>4人</td><td>4人</td></tr> <tr><td>レスリング</td><td>2人</td><td>2人</td></tr> <tr><td>馬術</td><td>13人</td><td>10人</td></tr> <tr><td>自転車</td><td>11人</td><td>11人</td></tr> <tr><td>ボクシング</td><td>3人</td><td>3人</td></tr> <tr><td>スポーツクライミング</td><td>32人</td><td>11人</td></tr> <tr><td>アーチェリー</td><td>17人</td><td>10人</td></tr> </table>	スキー	10人	10人	陸上	10人	10人	水泳	3人	3人	空手道	21人	12人	ボウリング	4人	4人	ゴルフ	16人	10人	スケート	4人	4人	レスリング	2人	2人	馬術	13人	10人	自転車	11人	11人	ボクシング	3人	3人	スポーツクライミング	32人	11人	アーチェリー	17人	10人
スキー	10人	10人																																							
陸上	10人	10人																																							
水泳	3人	3人																																							
空手道	21人	12人																																							
ボウリング	4人	4人																																							
ゴルフ	16人	10人																																							
スケート	4人	4人																																							
レスリング	2人	2人																																							
馬術	13人	10人																																							
自転車	11人	11人																																							
ボクシング	3人	3人																																							
スポーツクライミング	32人	11人																																							
アーチェリー	17人	10人																																							
令和3年6月25日(金)以降	各競技団体で認定式及び研修会	認定者へ認定証の配布 選手、保護者への日程等説明会																																							
6月~3月	3学年での事業の実施	専門育成プログラムに基づき事業の実施 競技団体との現地ミーティング実施																																							
令和3年11月20日(土)	全体研修会の開催 9:00~12:00	参加者 キッズ 189人 保護者 176人 運営委員他 33人 1部 実技 キッズ向け「ピラティス教室」 講師 HARU先生 ソネット(株) ピラティスインストラクター 保護者向け「ジュニアアスリートのためのスポーツ栄養学」 講師 大石 恵先生 (公財)日本スポーツ協会公認 スポーツ栄養士 2部 打合せ会議 ぐんまスーパーキッズプロジェクト2022について																																							

『ぐんまスーパーキッズプロジェクト2021』実施要項

- 1 目的 本県の競技力水準の一層の向上を図るため、体力・運動能力に優れたジュニア選手を早期に発掘し、適正な育成プログラムを計画的・継続的に実施することにより、日本、世界へ通用するトップレベルの選手の育成を目指す。
- 2 事業主体

主 催	公益財団法人群馬県スポーツ協会 群馬県スケート連盟 群馬県スキー連盟 一般財団法人群馬陸上競技協会 群馬県水泳連盟 群馬県ボクシング連盟 群馬県レスリング協会 群馬県自転車競技連盟 群馬県馬術連盟 群馬県山岳連盟 群馬県アーチェリー協会 群馬県空手道連盟 群馬県ボウリング連盟 群馬県ゴルフ連盟
共 催	群馬県 群馬県教育委員会
後 援	群馬県高等学校体育連盟 群馬県中学校体育連盟 群馬県小学校体育研究会
- 3 事業内容 (1) 県内の小学校3年生を対象に公募し、体力測定を実施して体力・運動能力に優れた人材を発掘する。
(2) 共通・専門育成プログラムを作成し、4年生～6年生の3年間で子供たちの発育段階に応じた計画的・継続的な育成を図る。
(3) 学校体育に還元できるような育成プログラムを構築する。
- 4 実施競技 スケート（スピードスケート）・スキー（アルペン・ジャンプ）・陸上（棒高跳）
水泳（水球）・ボクシング・レスリング・自転車・馬術
スポーツクライミング・アーチェリー・空手道・ボウリング・ゴルフ
- 5 募集対象者 県内小学校3年生
- 6 育成期間 小学校4～6年生（3年間）
- 7 募集方法 新聞・ラジオ等メディアを通して公募すると共に、県内全小学校に募集要項を送付して公募する。
- 8 選考方法 体力測定を実施し、体力・運動能力の優れた人材を選考する。
- 9 募集人員 1競技10人程度

『ぐんまスーパーキッズプロジェクト2021』募集要項

事業

1. 主 旨 県内の小学校3年生を対象に、各種体力測定を実施し体力・運動能力に優れた人材を早期に発掘して、関係団体との連携・協力により、子供たちの発育段階に応じた計画的・継続的な育成（4～6年生）を図り、オリンピックや国際大会で活躍するトップレベルの選手を輩出することを目的とする。
2. 主 催 公益財団法人群馬県スポーツ協会 群馬県スケート連盟 群馬県スキー連盟
一般財団法人群馬陸上競技協会 群馬県水泳連盟 群馬県ボクシング連盟
群馬県レスリング協会 群馬県自転車競技連盟 群馬県馬術連盟 群馬県山岳連盟
群馬県アーチェリー協会 群馬県空手道連盟 群馬県ボウリング連盟 群馬県ゴルフ連盟
3. 共 催 群馬県 群馬県教育委員会
4. 後 援 群馬県高等学校体育連盟 群馬県中学校体育連盟 群馬県小学校体育研究会
5. 実施競技 スケート（スピードスケート）・スキー（アルペン・ジャンプ）・陸上（棒高跳）・水泳（水球）・ボクシング
レスリング・自転車・馬術・スポーツクライミング・アーチェリー・空手道・ボウリング・ゴルフ
6. 育成拠点 スケート競技 4～10月・3月 ALSOKぐんま総合スポーツセンター（前橋市）
及び日時 （スピードスケート） 11～2月 群馬県総合スポーツセンター伊香保リンク（渋川市）
夏期：毎週 火曜日 18：15～20：00、土曜日 9：00～11：30
冬期：毎週 火曜日 18：30～20：30、土曜日 16：30～19：30
スキー競技 夏期：ALSOKぐんま総合スポーツセンター（前橋市）
（アルペン・ジャンプ） 毎週 火曜日・金曜日 18：00～20：00
冬期：（アルペン）ホワイトワールド尾瀬岩鞍（片品村）
土曜日・日曜日・祝日 8：30～15：30
（ジャンプ）子天狗ジャンプ台（草津町）
火曜日・金曜日 15：00～17：00
陸上競技（棒高跳） ベル・アスレティクス・ジャパン（吉岡町）
毎週 土曜日・日曜日 8：00～12：30
水泳競技（水球） 群馬県立敷島公園関水電業敷島プール、前橋商業高校プール（前橋市）
毎週 水曜日 18：30～20：30、土曜日・日曜日 9：00～11：00
ボクシング競技 高崎工業高校（高崎市） 毎週 水曜日 17：00～19：00
安中体育館格技場（安中市） 毎週 月・木・土曜日 18：30～20：00
前橋育英高校（前橋市） 毎週 水曜日 18：00～20：00
伊勢崎工業高校（伊勢崎市） 毎週 水・木曜日 18：00～20：00
レスリング競技 育英大学・育英短期大学レスリング場（高崎市）
毎週 水曜日 19：00～20：30、土曜日 9：00～12：00
※土日祝日については遠征や1日練習あり
自転車競技 ヤマダグリーンドーム前橋（前橋市）
岩神緑地オフロードサイクルコース（前橋市）
毎週 水曜日 17：00～19：00、毎週 土曜日 7：00～9：00
（施設の都合により、活動場所および日時が変更となる場合があります）
馬術競技 群馬県馬事公苑（前橋市）
毎週 土曜日 9：30～12：00
スポーツクライミング競技 ALSOKぐんまサブアリーナ（前橋市）主に金曜日 18：30～20：30
県内クライミングジム（主に伊勢崎、太田）土曜日 10：00～12：00
上記を組み合わせ、クラス分けして実施
アーチェリー競技 ALSOKぐんま総合スポーツセンター（前橋市）
毎週 火曜日 18：00～20：00 毎週 土曜日 9：00～12：30
（施設の都合により、活動場所が変更となる場合があります。）
空手道競技 ALSOKぐんま武道館（前橋市）、前橋工業高校（前橋市）
高崎工業高校（高崎市）、高崎商大附属高校（高崎市）
（会場は週によって異なります）毎週 水曜日 17：00～19：00、他指定日
ボウリング競技 パークレーン高崎（高崎市）
毎週 土曜日 16：00～18：00
ゴルフ競技 ショーワゴルフ練習場（前橋市）、前橋ゴルフ場（前橋市）
サンコー72カントリークラブ（高崎市）
スイングチェック 毎月 土曜日 10：30～12：30
ラウンドレッスン 毎月 日曜日 13：30～17：00

7. 事業内容 各競技団体が練習会及び宿泊研修会等を実施し、県内トップレベルの指導者が育成プログラムに基づいた指導を行う。また、中学校並びに高等学校進学後も競技団体が責任を持ってサポートし、長期的な育成を行う。
8. 対象者 県内小学校3年生
9. 参加条件 保護者同意の下、3年間継続的に事業に参加できる者
10. 経費 およそ年間費用（自己負担額）
- | | |
|----------------|------------------|
| スケート | 3万円程度 |
| スキー（アルペン・ジャンプ） | 6万5千円 合宿費、リフト券代等 |
| 陸上（棒高跳） | 4万6千円程度 |
| 水泳（水球） | 5万円程度 |
| ボクシング | 5千円 |
| レスリング | 3万円程度 合宿費等 ※2・5 |
| 自転車 | 1万円程度 ※1 |
| 馬術 | 4万円程度 ※2 |
| スポーツクライミング | 1万2千円 ※2・6 |
| アーチェリー | 1万円程度 ※2・5 |
| 空手道 | 5千円程度 ※3 |
| ボウリング | 1万7千円程度～ 用具費 ※2 |
| ゴルフ | 0円 ※4 |
- ◎自己負担額の詳細（内訳）については、事務局にお問い合わせください。
- ※1 自転車など個人が使用する物品についての経費はこの限りではありません。
- ※2 自主練習や試合出場経費等については、この限りではありません。
- ※3 初心者の場合は、道着代1万5千円程度、防具代2万5千円程度。
- ※4 ゴルフ用具など個人が使用する物品についての経費は、この限りではありません。
- ※5 個人が使用する物品等についての経費は、この限りではありません。
- ※6 初心者の場合は、他に選手の用具代3万5千円程度、保護者の用具代1万円程度。
11. 育成期間 小学校4年生～6年生の3年間

選考会

1. 期 日 令和3年4月29日（祝・木） 午前9時（受付8時30分）～16時終了予定
※今後の感染状況により日程・時間等が変更になる場合があります。その際は群馬県スポーツ協会HPにてお知らせいたしますのでご承知おき下さい。
2. 会 場 A L S O K ぐんま総合スポーツセンター ぐんまアリーナ 他
前橋市関根町800番地 TEL 027-234-5555
3. 募集人員 1競技10人程度
4. 選考方法 体力測定及び面接を行い対象者を選考します。
「テスト種目：50m走・立幅跳び・20mシャトルラン（往復持久走）
反復横とび・握力・閉眼片足立ち」
※体力測定内容が変更となる場合があります。
5. 参加費 無 料
6. 申込み方法 下記のページにアクセスし、選考会申込フォームから必要事項を入力して申し込む。
申込後に、指定したアドレスにメールが届いて受付完了となる。
群馬県スポーツ協会ホームページ ぐんまスーパーキッズプロジェクト申込フォームURL
(<http://www.gunma-sports.or.jp/>)
事務局からのメール（@gunma-sports.or.jp）を受信できる設定がされていない場合には、事務局からのメールをお届けできないので事前に設定してください。また、入力が入力が行われない場合には受付できませんので、ご注意ください。
7. 問合せ先 県スポーツ協会 ぐんまスーパーキッズプロジェクト係宛
TEL 027-234-5555 FAX 027-234-5926
8. 申込み締切 令和3年2月19日（金）必着
9. その他
- ・参加者の傷害保険は、主催者で加入します。
 - ・必ず保護者又は責任者の方と一緒に参加してください。
 - ・スポーツができる服装、体育館用シューズを用意してください。
 - ・申込後の種目変更は不可といたします。

『ぐんまスーパーキッズプロジェクト2021』 選考会の内容について

- 1 期 日 2021年4月29日（祝・木）
- 2 実施競技 スキー競技（アルペン・ジャンプ）
スケート競技
陸上競技
水泳競技（水球）
ボクシング競技
レスリング競技
自転車競技
馬術競技
スポーツクライミング競技
アーチェリー競技
空手道競技
ボウリング競技
ゴルフ競技
- 3 内 容
 - 1) 受 付 8:30～ 9:00 ALSOKぐんまアリーナ 2階
※運営委員集合 8:00
 - 2) 開 会 式 9:00～ 9:10 ALSOKぐんまアリーナ
 - 3) 体力測定 9:15～12:00 ALSOKぐんまアリーナ
①握力 ②立ち幅跳び ③反復横跳び ④50m走 ⑤閉眼片足立ち
①→⑤の順で実施する。
※コロナウイルス感染拡大防止のため上体起こし、20mシャトルランの実施は無しとする。
 - 4) 昼 食 12:00～13:00
全員：ALSOKぐんまアリーナ観客席
 - 5) 面 接 13:00～15:00 ALSOKぐんまアリーナ
 - 6) 選考会議 16:00～17:00 ALSOKぐんまアリーナ
- 4 注意事項
 - 1) 受験者並びに保護者は必ずマスクを着用してください。
 - 2) 受験者並びに保護者の検温を実施します。当日は37度以上の場合は選考会に参加できません。（保護者に熱がある場合も同じ）
 - 3) 準備品：スポーツができる服装、屋内運動シューズ（保護者の方も持参）、昼食、タオル、ドリンク、タオルやドリンクを入れる手提げ袋、筆記用具、体温記録表（受験者のみ）、健康状態申告書（受験者・保護者）を持参してください。その他はそれぞれの判断で準備をお願いします。
 - 4) 受験者・保護者の方は事前に県スポーツ協会HPより体温記録表・健康状態申告書をダウンロードし、記入の上、受付の際に必ずご提出してください。
 - 5) 当日は体力測定に参加できる服装で来館してください。
 - 6) コロナウイルス感染症拡大防止のためぐんまアリーナに入館できるのは保護者1名までとします。
 - 7) 面接は必ず保護者の方と一緒に参加してください。
 - 8) 面接開始時間は13:00を予定していますが、時間は前後しますので案内等に注意を払ってください。
 - 9) 都合により選考会に参加できない場合は、必ず事前に連絡をお願いします。
 - 10) その他詳しい注意事項等は選考会申込者返信用メールをよくご確認ください。

『ぐんまスーパーキッズプロジェクト2021』運営委員

強化委員会 総括
入澤孝一

	スキー	陸 上	水 泳	空手道	ボウリング	ゴルフ	スケート
強化委員会	上條 隆	武藤 顕	小茂田猛	栗原長吉	岩崎眞美	松本広行	中村 司
競技団体	入澤登喜夫 大坪 哲 吉野 透 住谷亮太 桑原 豪 大竹 凜	高田明彦 田中 光 町田剛司 高橋友輝 唐澤拓弥	安藤 学 高野裕史 志賀築子 志賀 諭 小池隆介 小滝剛司 高山和希 樺澤 卓	齋藤 隆 安斉義宏 野崎剛弘 中嶋 伸 関口 徹 吉野友晴	宮沢 隆 戸塚 梢 生方佐緒里 西村真佐代 園部恵理 宮澤拓哉	西海英世 山田 信	富沢宏之 本間 章 小林武広 寺島義人 川又賛菜 新井佳晃 木暮昭仁 佐藤潤一 黒岩聖矢 石北博文

	レスリング	馬 術	自転車	ボクシング	山 岳	アーチェリー
強化委員会	鳥居吉二	石坂志津子	関 英明	田中規王	鈴木信弘	長岡玲子
競技団体	柳川益美 清水輝夫 柳川美磨 寺本 了 正保佳史 神山直人	北村正人 笛木元之 青木 孝 大場泰子 藪林智子 金田広樹	板鼻 昭 清水一孝 佐藤孝之 木村洋介 渡辺将大 手島志誠	上原 章 上野恭央 樋口伸二 新井善征 神宮 亮 小林健志	佐藤光由 赤松久宇 土屋邦夫 岩崎年伸 嘉村肇晃 巳野 修	黒沢静男 桜井初江 古澤勝幸 清水伸二 小林典弘 野村海斗

『ぐんまスーパーキッズプロジェクト2021』参加者名簿

No.	希望競技	氏 名	フリガナ	性別	学年
1	スキー	加賀崎勝之介	カガサキ カツノスケ	男	6年
2	スキー	西ノ村悠真	ニシノムラ ヨウマ	男	6年
3	スキー	松原 大郎	マツバラ タロウ	男	6年
4	スキー	市川 栞	イチカワ シオリ	女	6年
5	スキー	田中 大暉	タナカ ハルキ	男	5年
6	スキー	青山 祥輝	アヤマ ショウキ	男	5年
7	スキー	関口 陽太	セキグチ ヒナタ	男	5年
8	スキー	江原 乙葉	エハラ オトハ	女	5年
9	スキー	堀口 七海	ホリグチ ナミ	女	5年
10	スキー	高橋 咲貴	タカハシ サキ	女	5年
11	スキー	安齋 凛	アンザイ リン	女	5年
12	スキー	小林 海斗	コバヤシ カイト	男	4年
13	スキー	唐沢 純平	カラザワ ジュンペイ	男	4年
14	スキー	皆川 優光	ミナガワ マサミツ	男	4年
15	スキー	薄井 和士	ウスイ カズヒト	男	4年
16	スキー	星野 太郎	ホシノ タロウ	男	4年
17	スキー	金井 歩夢	カナイ アユム	男	4年
18	スキー	田村 快成	タムラ カイセイ	男	4年
19	スキー	入澤 康成	イリサワ コウセイ	男	4年
20	スキー	上新 怜和	ウエシン レナ	女	4年
21	スキー	萩原 心桜	ハギワラ コハル	女	4年
22	陸上	石井悠麒斗	イシイ ユキト	男	6年
23	陸上	小堀 凌誠	コボリ リョウセイ	男	6年
24	陸上	砥上 天志	トガミ テンシ	男	6年
25	陸上	関 璃陽斗	セキ リヒト	男	6年
26	陸上	近藤 優羽	コソドウ ユウ	女	6年
27	陸上	田島あおい	タジマ アオイ	女	6年
28	陸上	佐藤水歩乃	サトウ ミホノ	女	6年
29	陸上	堀上和花子	ホリガミ ワカコ	女	6年
30	陸上	中川 祈	ナカガワ イノル	男	5年
31	陸上	岡田 峻典	オカダ シュンスケ	男	5年
32	陸上	竹田 妃莉	タケダ ヒマリ	女	5年
33	陸上	狩野 成愛	カノウ ナリア	女	5年
34	陸上	齋藤 芽吹	サイトウ メブキ	女	5年
35	陸上	町田佳乃子	マチダ カノコ	女	5年
36	陸上	山崎菜南子	ヤマザキ ナナコ	女	5年
37	陸上	伊藤 羽菜	イトウ ハナ	女	5年
38	陸上	清水 想芽	シミズ ソウガ	男	4年
39	陸上	綿貫 希亮	ワタスギ キスケ	男	4年
40	陸上	大場 悠吾	オオバ ユウゴ	男	4年
41	陸上	田島 奨	タジマ ショウ	男	4年
42	陸上	小堀 晃誠	コボリ コウセイ	男	4年
43	陸上	石田 浩章	イシダ ヒロアキ	男	4年
44	陸上	藤本 那奈	フジモト ナナ	女	4年
45	陸上	林 楓菜	ハヤシ フナ	女	4年
46	陸上	中嶋 真唯	ナカジマ シイ	女	4年
47	陸上	松下 花夏	マツタ ハナ	女	4年
48	水泳	鈴木 壽	スズキ ヒサシ	男	6年
49	水泳	深澤海士郎	フカザワ カイシロウ	男	6年
50	水泳	竹内千慧子	タケウチ チエコ	女	6年

No.	希望競技	氏 名	フリガナ	性別	学年
51	水泳	山口 清春	ヤマグチ キヨハル	男	5年
52	水泳	関口 逞	セキグチ タクマ	男	5年
53	水泳	藤原丈太郎	フジワラ ジョウタロウ	男	5年
54	水泳	小林 那央	コバヤシ ナオ	女	5年
55	水泳	須田悠詩桜	スダ ユウシオウ	男	4年
56	水泳	宮脇 啓実	ミヤワキ ケイミ	男	4年
57	水泳	増田 大智	マズダ ダイチ	男	4年
58	空手道	櫻井 丈慈	サクライ ジョウジ	男	6年
59	空手道	渡辺 大和	ワタナベ ヤマト	男	6年
60	空手道	小山 慧大	コヤマ キョウタ	男	6年
61	空手道	高橋 魁士	タカハシ カイジ	男	6年
62	空手道	小林 和溜	コバヤシ ニコル	男	6年
63	空手道	原澤 結愛	ハラザワ ユア	女	6年
64	空手道	杉山 陽香	スギヤマ ハルカ	女	6年
65	空手道	堀越 小春	ホリコシ コハル	女	6年
66	空手道	山崎 爽惟	ヤマザキ サワイ	女	6年
67	空手道	橋爪 諒	ハシヅメ アキラ	女	6年
68	空手道	川野 梓季	カワノ アズキ	女	6年
69	空手道	大塚 悠加	オオツカ ハルカ	女	6年
70	空手道	福田龍之介	フクダ リュウノスケ	男	5年
71	空手道	飯塚 亮太	イヅカ リョウタ	男	5年
72	空手道	窪田 壮真	クボタ ソウマ	男	5年
73	空手道	西 耕平	ニシ コウヘイ	男	5年
74	空手道	岡本 亜月	オカモト アツキ	男	5年
75	空手道	篠原 慈歩	シノハラ シホ	男	5年
76	空手道	村山 竜美	ムラヤマ リュウミ	男	5年
77	空手道	林 心優	ハヤシ ミユウ	女	5年
78	空手道	齋藤 希羽	サイトウ ノヲ	女	5年
79	空手道	風間 葵	カザマ アオイ	女	5年
80	空手道	堀越都梨愛	ホリコシ ミリア	女	5年
81	空手道	黛 采花	マユズミ アヤカ	女	5年
82	空手道	齊藤 瑠海	サイトウ ルカ	男	4年
83	空手道	山路 渚夏	ヤマジ ナツ	男	4年
84	空手道	小玉 青空	コダマ アオソラ	男	4年
85	空手道	下前 心人	シモマエ シンジ	男	4年
86	空手道	松島 大翔	マツシマ ヒロト	男	4年
87	空手道	比留川 翔	ヒルカワ ショウ	男	4年
88	空手道	加藤柚依奈	カトウ ユイナ	女	4年
89	空手道	福田 笑未	フクダ エマ	女	4年
90	空手道	明田川聖美	アカタガワ サトミ	女	4年
91	空手道	加藤 百桃	カトウ モモ	女	4年
92	空手道	小林 杏溜	コバヤシ アンル	女	4年
93	空手道	田村 心	タムラ ココロ	女	4年
94	ボウリング	猪熊 莉音	イノクマ リオ	男	6年
95	ボウリング	多胡 陽葵	タゴ ヒビキ	男	6年
96	ボウリング	小柴 一輝	コシバ イツキ	男	6年
97	ボウリング	登坂 悟	トサカ サトル	男	6年
98	ボウリング	村本玖麗愛	ムラモト クレア	女	6年
99	ボウリング	関野山莉子	セキヤマ リコ	女	6年
100	ボウリング	日部 雪乃	カベ ユキノ	女	6年

『ぐんまスーパーキッズプロジェクト2021』参加者名簿

No.	希望競技	氏 名	フリガナ	性別	学年
101	ボウリング	竹淵 喬音	タケuchi タカネ	男	5 年
102	ボウリング	高橋 一太	タカハシ イチタ	男	4 年
103	ボウリング	楡井 陽真	コレイ ハルマ	男	4 年
104	ボウリング	兵藤 颯成	ヒョウドウ ソナ	男	4 年
105	ボウリング	工藤 千佳	クドウ チカ	女	4 年
106	ゴルフ	山本 柊哉	ヤマモト シュウヤ	男	6 年
107	ゴルフ	門倉 楓	カドクラ カエデ	男	6 年
108	ゴルフ	全田 光希	ゼンダ コウキ	男	6 年
109	ゴルフ	天笠 裕雄	アマガサ ヒロオ	男	6 年
110	ゴルフ	岡田孝太郎	オカダ コウタロウ	男	6 年
111	ゴルフ	金子 綺良	カネコ キラ	女	6 年
112	ゴルフ	丸橋 美音	マルハシ ミオン	女	6 年
113	ゴルフ	大槻 千夏	オツキ チナツ	女	6 年
114	ゴルフ	井田 悠愛	イダ ユア	女	6 年
115	ゴルフ	吉田 安那	ヨシダ アンナ	女	6 年
116	ゴルフ	今井弥太郎	イマイ ヤタロウ	男	5 年
117	ゴルフ	須賀 一耀	スガ イチヨウ	男	5 年
118	ゴルフ	大山 風雅	オヤマ フウガ	男	5 年
119	ゴルフ	赤尾 莉空	アカオ リア	女	5 年
120	ゴルフ	二階堂 寿	ニカイドウ コトホ	女	5 年
121	ゴルフ	柴崎 心杏	シバザキ シア	女	5 年
122	ゴルフ	中野 佳音	ナカノ カノン	女	5 年
123	ゴルフ	加藤 みう	カトウ ミウ	女	5 年
124	ゴルフ	石原桜音緋	イシハラ オトヒ	女	5 年
125	ゴルフ	篠崎 夢叶	シノザキ ユメノ	女	5 年
126	ゴルフ	宇貫 那奈	ウヌキ ナナ	女	5 年
127	ゴルフ	八巻 桜	ヤマキ カイ	男	4 年
128	ゴルフ	関 遼大	セキ リョウタ	男	4 年
129	ゴルフ	小柳 亮太	コヤナギ リョウタ	男	4 年
130	ゴルフ	中谷 應介	ナカタニ オウスケ	男	4 年
131	ゴルフ	山田虎太郎	ヤマダ コタロウ	男	4 年
132	ゴルフ	三好 賢土	ミヨシ ケント	男	4 年
133	ゴルフ	林 勇成	ハヤシ ユウセイ	男	4 年
134	ゴルフ	西澤 陽菜	ニシザワ ハルナ	女	4 年
135	ゴルフ	植松 萌南	ウエマツ モナミ	女	4 年
136	ゴルフ	林 美緒	ハヤシ ミオ	女	4 年
137	スケート	朝比奈知哉	アサヒナ トモヤ	男	6 年
138	スケート	新井 大和	アライ ヤマト	男	6 年
139	スケート	飯塚りりあ	イヅカ リリア	女	6 年
140	スケート	南雲 咲人	ナグモ サキト	男	5 年
141	スケート	山崎 一颯	ヤマザキ イブキ	男	4 年
142	スケート	佐藤 悠馬	サトウ ハルマ	男	4 年
143	スケート	寺島 満	テラシマ ミチル	女	4 年
144	スケート	入澤 咲妃	イリザワ サキ	女	4 年
145	レスリング	松崎 鳳我	マツザキ オウガ	男	6 年
146	レスリング	加部 雄大	カベ ユウダイ	男	6 年
147	レスリング	笛木 一落	フエキ イチロ	男	6 年
148	レスリング	金田 彩都	カナタ サト	女	6 年
149	レスリング	山田 りん	ヤマダ リン	女	6 年
150	レスリング	荻田 あや	オギタ アヤ	女	6 年

No.	希望競技	氏 名	フリガナ	性別	学年
151	レスリング	松林 秀誠	マツバヤシ シュウセイ	男	5 年
152	レスリング	松島 颯大	マツシマ ソウダイ	男	5 年
153	レスリング	小林駿之介	コバヤシ シュンノスケ	男	5 年
154	レスリング	金谷信太郎	カナヤ シンタロウ	男	5 年
155	レスリング	吉井 悠翔	ヨシイ ユウト	男	4 年
156	レスリング	山本 凜	ヤマモト リン	女	4 年
157	馬術	中島 蒼馬	ナカジマ アオバ	男	6 年
158	馬術	手島 咲姫	テシマ サキ	女	6 年
159	馬術	佐藤真悠子	サトウ マユコ	女	6 年
160	馬術	齋藤かあな	サイトウ カアナ	女	6 年
161	馬術	山本 芽生	ヤマモト メイ	女	6 年
162	馬術	宮崎 楓	ミヤザキ カエデ	女	6 年
163	馬術	稲村 遥香	イナムラ ハルカ	女	6 年
164	馬術	須藤 晟太	ストウ セイタ	男	5 年
165	馬術	平野 葵生	ヒラノ アオイ	男	5 年
166	馬術	山本 旺佑	ヤマモト オウスケ	男	5 年
167	馬術	長翁 香帆	ナガオ カホ	女	5 年
168	馬術	土屋 皆実	ツチヤ ミナミ	女	5 年
169	馬術	小林 堇	コバヤシ スミレ	女	5 年
170	馬術	今多 花奏	イマダ カナデ	女	5 年
171	馬術	白石 歩海	シライシ アミ	女	5 年
172	馬術	三浦 唯楓	ミウラ イブキ	女	5 年
173	馬術	茂木 希実	モギ ノゾミ	女	5 年
174	馬術	横塚 悠李	ヨコツカ ユウリ	男	4 年
175	馬術	松井 丈	マツイ ジョウ	男	4 年
176	馬術	角田 真啓	ツノダ マヒロ	男	4 年
177	馬術	村上 大祐	ムラカミ ダイスケ	男	4 年
178	馬術	塚田 侑希	ツカダ ユキ	女	4 年
179	馬術	岡本 牡丹	オカモト ボタン	女	4 年
180	馬術	中嶋 麻朝	ナカジマ マササ	女	4 年
181	馬術	齊藤瑠美佳	サイトウ ルミカ	女	4 年
182	馬術	今井 美和	イマイ ミワ	女	4 年
183	馬術	山崎 千瑞	ヤマザキ チズ	女	4 年
184	自転車	大西 宏樹	オオニシ ヒロキ	男	6 年
185	自転車	小林 咲斗	コバヤシ サキト	男	6 年
186	自転車	坂本 甫	サカモト ハジメ	男	6 年
187	自転車	金井 新汰	カナイ アラタ	男	6 年
188	自転車	荒木 陽向	アラキ ヒナタ	男	6 年
189	自転車	関口 裕太	セキグチ ユウタ	男	6 年
190	自転車	青山 栞南	アオヤマ シイナ	女	6 年
191	自転車	富岡紗由莉	トミオカ サユリ	女	6 年
192	自転車	荒舘 翔	アラダテ カケル	男	5 年
193	自転車	佐藤 壮介	サトウ ソウスケ	男	5 年
194	自転車	吉田 悠耶	ヨシダ ユウヤ	男	5 年
195	自転車	富澤 陵介	トミザワ リョウスケ	男	4 年
196	自転車	笹澤 大希	ササザワ ダイキ	男	4 年
197	自転車	中村 悠人	ナカムラ ハルト	男	4 年
198	自転車	高柳 伊生	タカヤナギ ヨシキ	男	4 年
199	自転車	鳥飼 泰斗	トリガイ タイト	男	4 年
200	自転車	松井 零	マツイ レイ	男	4 年

『ぐんまスーパーキッズプロジェクト2021』参加者名簿

No.	希望競技	氏 名	フリガナ	性別	学年
201	自転車	永山 寛季	ナガヤマ ヒロキ	男	4年
202	自転車	齋藤 灯	サイトウ アカリ	女	4年
203	自転車	大竹 結心	オオタケ ユナ	女	4年
204	ボクシング	高橋侃太郎	タカハシ カンタロウ	男	6年
205	ボクシング	内掘 瑛斗	ウチボリ エイト	男	6年
206	ボクシング	山田 蒼空	ヤマダ ソラ	女	6年
207	ボクシング	柿沼 心乃	カキヌマ コノ	女	6年
208	ボクシング	本島 鈴葵	モトジマ レア	男	6年
209	ボクシング	金井 紫謙	カナイ シンゲン	男	5年
210	ボクシング	新井 颯真	アライ ソウマ	男	5年
211	ボクシング	小川 倅生	オガワ コウセイ	男	4年
212	ボクシング	中野 大樹	ナカノ タイキ	男	4年
213	ボクシング	森川廉太郎	モリカワ レンタロウ	男	4年
214	スポーツライミング	磯部 想真	イソベ ソウマ	男	6年
215	スポーツライミング	周東 凜帆	シュウトウ リホ	女	6年
216	スポーツライミング	酒井 咲良	サカイ サラ	女	6年
217	スポーツライミング	大淵 永理	オオブチ エリ	女	6年
218	スポーツライミング	和田 里子	ワダ リコ	女	6年
219	スポーツライミング	松澤咲姫菜	マツザワ サキナ	女	6年
220	スポーツライミング	黒木ももこ	クロキ モモコ	女	6年
221	スポーツライミング	河邊 心邑	カワベ ナオ	女	6年
222	スポーツライミング	神山 紗那	カミヤマ サナ	女	6年
223	スポーツライミング	塚本 萌生	ツカモト メハエ	女	6年
224	スポーツライミング	金子 旺世	カネコ オウセイ	男	5年
225	スポーツライミング	佐藤 飛羽	サトウ トウ	男	5年
226	スポーツライミング	神戸 拓真	カンベ タクマ	男	5年
227	スポーツライミング	今川 蔵人	イマガワ クロウド	男	5年
228	スポーツライミング	鈴木 優月	スズキ ユツキ	女	5年
229	スポーツライミング	新田 千晴	ニッタ チハル	女	5年
230	スポーツライミング	高野 裕真	タカノ ユマ	女	5年
231	スポーツライミング	小柳 舞依	オヤナギ マイ	女	5年
232	スポーツライミング	鈴木 心結	スズキ ミユウ	女	5年
233	スポーツライミング	須賀 一花	スガ イチカ	女	5年
234	スポーツライミング	清水 瑛太	シミズ エイタ	男	4年
235	スポーツライミング	吉岡 尊登	ヨシオカ タツト	男	4年
236	スポーツライミング	宮川 湊	ミヤカワ カイリ	男	4年
237	スポーツライミング	高橋 蒼明	タカハシ ソウメイ	男	4年
238	スポーツライミング	阿久沢春弥	アクザワ ハルヤ	男	4年
239	スポーツライミング	小山 愛美	コヤマ アミ	女	4年
240	スポーツライミング	塗木 りん	ヌルキ リン	女	4年
241	スポーツライミング	伊藤 彩	イトウ アヤ	女	4年
242	スポーツライミング	須藤 伶菜	ストウ レイナ	女	4年
243	スポーツライミング	坂部 杏	サカベ キョウ	女	4年
244	スポーツライミング	山口柏月峰	ヤマグチ ハツネ	女	4年
245	アーチェリー	安藤 匠杜	アンドウ タクト	男	5年
246	アーチェリー	長谷川愁悟	ハセガワ シュウゴ	男	5年
247	アーチェリー	須藤 綺愛	ストウ キアラ	女	5年
248	アーチェリー	山崎 実生	ヤマザキ ミオ	女	5年
249	アーチェリー	井上 愛乃	イノウエ マナ	女	5年
250	アーチェリー	富澤 遼人	トミザワ ハルト	男	4年

No.	希望競技	氏 名	フリガナ	性別	学年
251	アーチェリー	飯塚 緑平	イヅカ リョクヘイ	男	4年
252	アーチェリー	小澤 拓斗	オザワ タクト	男	4年
253	アーチェリー	飯塚 悠太	イヅカ ユウタ	男	4年
254	アーチェリー	西村 響輝	ニシムラ ヒビキ	男	4年
255	アーチェリー	浅井 香澄	アサイ カスミ	女	4年
256	アーチェリー	樹下 莉奈	キノシタ リナ	女	4年
257	アーチェリー	山田 真凜	ヤマダ マリン	女	4年
258	アーチェリー	関口 結月	セキグチ ユツキ	女	4年
259	アーチェリー	新井ひより	アライ ヒヨリ	女	4年

スケート競技 (スピードスケート)



開 始 式

期 日	令和3年6月26日(土)
場 所	渋川市武道館
時 間	9:00～
出席者	本間 章 石北博文 寺島義人

活 動 の 様 子

活動実績表（活動日数79日）

	4月		5月		6月		7月		8月		9月		10月		11月		12月		1月		2月		3月	
	曜日	活動日	曜日	活動日	曜日	活動日	曜日	活動日	曜日	活動日	曜日	活動日	曜日	活動日	曜日	活動日	曜日	活動日	曜日	活動日	曜日	活動日	曜日	活動日
1	木		土	○	火		木		日		水		金		月		水		土		火		火	
2	金		日		水		金		月		木		土	○	火		木	○	日		水		水	
3	土	○	月		木		土	○	火	○	金		日		水	○	金		月		木		木	
4	日		火		金		日		水		土		月		木		土	○	火	○	金		金	
5	月		水		土		月		木		日		火	○	金		日		水		土		土	
6	火	○	木		日		火	○	金		月		水		土	○	月		木	○	日		日	
7	水		金		月		水		土	○	火		木		日		火	○	金		月		月	
8	木		土	○	火		木		日		水		金		月		水		土	○	火		火	
9	金		日		水		金		月		木		土	○	火	○	木	○	日		水		水	
10	土	○	月		木		土	○	火	○	金		日		水		金		月		木		木	
11	日		火	○	金		日		水		土		月		木	○	土	○	火	○	金		金	
12	月		水		土		月		木		日		火	○	金		日		水		土		土	
13	火	○	木		日		火	○	金		月		水		土	○	月		木	○	日		日	
14	水		金		月		水		土		火		木		日		火	○	金		月		月	
15	木		土	○	火	○	木		日		水		金		月		水		土	○	火		火	
16	金		日		水		金		月		木		土	○	火	○	木	○	日		水		水	
17	土	○	月		木		土	○	火		金		日		水		金		月		木		木	
18	日		火	○	金		日		水		土		月		木	○	土	○	火	○	金		金	
19	月		水		土	○	月		木		日		火		金		日		水		土		土	
20	火	○	木		日		火	○	金		月		水		土	○	月		木	○	日		日	
21	水		金		月		水		土	○	火		木		日		火	○	金		月		月	
22	木		土	○	火	○	木		日		水		金		月		水		土	○	火		火	
23	金		日		水		金		月		木		土	○	火	○	木	○	日		水		水	
24	土	○	月		木		土	○	火		金		日		水		金		月		木		木	
25	日		火	○	金		日		水		土		月		木	○	土	○	火	○	金		金	
26	月		水		土	○	月		木		日		火	○	金		日		水		土		土	
27	火	○	木		日		火	○	金		月		水		土	○	月		木	○	日		日	
28	水		金		月		水		土	○	火		木		日		火	○	金		月		月	
29	木		土	○	火	○	木		日		水		金		月		水		土				火	
30	金		日		水		金		月		木		土	○	火	○	木	○	日				水	
31			月				土	○	火				日				金		月				木	
活動日数			8日				8日		5日		9日		5日		0日		8日		12日		13日		11日	
																							0日	

指 導 者 の 報 告

1. 活動概要

- ・活動日 毎週火曜日、土曜日を中心とした2回 / 冬季（11月～2月）は木曜日を加えた3回
- ・場 所 夏季： 渋川市武道館
冬季： 群馬県総合スポーツセンター伊香保リンク
- ・時 間 夏季： 火曜日 18:30～20:00 土曜日 9:00～11:30
冬季： 火、木曜日 18:30～20:30 土曜日 16:00～19:30
- ・内 容 夏季： 陸上にて基礎体力作りと基本動作練習
冬季： 氷上にて基本動作練習と技術練習

2. 指導理念

「人間力＝競技力」の理念のもと「礼儀・謙虚・向上心・挑戦」を部訓とし、スケート競技を通して技術を磨くだけでなく、人として成長できることを最大のテーマとして取り組んでいる。

3. 指導内容（育成目標・指導内容等）

〈4年時〉

育成目標：

- ・ バランス感覚や柔軟性等の基本的な運動能力の向上
- ・ スケートに特化したフォームと動き作り

指導内容：

- ・ レクリエーション的な運動を中心とし、「歩く、走る、跳ぶ」の正しい身体の使い方
- ・ 陸上、氷上での模擬動作

〈5年時〉

育成目標：

- ・ 氷上での目標タイムを設定し、そのクリアを目指す

指導内容：

- ・ 負荷の引き上げを図りながら、4年次の内容継続
- ・ 試合でのタイムを意識しながらの技術向上練習

〈6年時〉

育成目標：

- ・ 主体的に練習に取り組めるようになる
- ・ 記録への挑戦（目安として、500mで50秒以内のタイムを目指す）

指導内容：

- ・ スケートに特化した運動の負荷引き上げ
- ・ 専門的知識の学習
- ・ バッジテストや大会への積極的な参加と適正な目標設定



4. 指導の考察

・ 競技能力の特性について

スケート競技は、基本的に下半身（臀部や脚）の力が推進力となるため、単純に氷を蹴る力、すなわち陸上でのジャンプ力や脚の伸展力がとても大事である。しかしながら、氷の上を進みながらスケートエッジを介して力を伝達するため「陸上での力＝氷上での力」という訳にはいかない。つまり技術的な要素の比重が大きく、道具を上手に使いこなすスキル也非常に大事である。

競技力の指標としては、自転車での走力（ヒルクライムの力）が強い選手がスケート競技でも強い傾向にあり、自転車トレーニングが多くのチーム（ナショナルチーム含）で採用されている理由でもある。

・ トレーニングの成果

上記に示したような能力が要求されることから、最終的には脚部、臀部を中心とした筋力の強化がトレーニングの中心となり、その強度は年齢が上がるにつれ増していくことになる。しかしながら、低年齢時から特定部位に特化し、高負荷なトレーニングを課すことは身体のバランスを欠くことはもちろん、怪我や健全な身体成長の妨げになるリスクが非常に高まり、競技力の停滞のみならず、日常生活にも障害をもたらす可能性がある。従って、キッズ年代の選手は「形や動き」の習得を目指す特化運動と全身強化運動を均等配分し、負荷が特定部位に偏らないトレーニングを実施している。「理屈」は大事であるが、「勉強してもしなくても理解できなければ結果は同じ」と等しく「選手ができない」は「何も教えていない」と同義であるので、実態に合わせながら、理屈は付加として見本を基に反復練習による技術の習得に集中した。技術の習得に関しては、「低下、悪化」ということは希で、経験と同じで積み重ねること（回数の多さ）で確実に求めているものには近づいていく。ただ、習得曲線には個人差があり、そのままレベルの差となってしまう。

5. 今後の課題・次年度への取り組み

キッズに参加して6年目となって、3回の卒業生を出しました。全員が卒業後も競技継続とはならなかったが、継続している選手については、競技者としてしっかり頑張っている姿を確認している。成績については、1期生が中学3年生になり、中学総体で優勝し成果を発揮している選手もいる。中学生全員が全国大会への出場権を手に入れていますので、今後の全国大会での活躍に期待したい。

さて、今後の課題であるが当初から常に懸念材料であった競技者の確保である。都市部として、各クラブがまとまり、集中して指導ができる良い環境になってきましたが、キッズ希望者は減少しており、年代で多少のばらつきはあるものの、6年間で選考上限である10名を超えた年がなく、今後も把握している範囲では超える年が見当たらない。各クラブにてスケート教室開催や連盟独自に募集活動（宣伝、勧誘）を試みてはいるが、なかなか成果が出ない。来年度からは婦恋拠点を新設予定。婦恋、長野原、北軽井沢方面の選手をキッズとして集う予定です。5, 6年生のトライアウトも含めて、定員に達する事と、更なる競技力向上を目指します。



6. キッズ卒業生の活躍

1期生	山崎 凌駕	群馬県中学県総体 3000m 優勝 5000m 2位 群馬県スポーツ少年団交流大会 中学生男子 1500m 優勝 3000m 優勝
2期生	新井 悠斗	群馬県中学県総体 1500m 3位 3000m 6位 群馬県スポーツ少年団交流大会 中学生男子 1500m 3位 マスターズジュニア 中学生男子 1500m 優勝 3000m 3位
	半田 翔平	群馬県中学県総体 500m 5位 群馬県スポーツ少年団交流大会 中学生男子 500m 3位 1000m 4位 マスターズジュニア 中学生男子 1000m 3位 1500 4位
	小此木悠貴	群馬県中学県総体 1500m 6位 5000m 優勝 群馬県スポーツ少年団交流大会 中学生男子 500m 4位 1000m 5位 マスターズジュニア 中学生男子 1000m 5位
3期生	樹下 千陽	マスターズジュニア 中学生男子 500m 3位
	小針 侑純	群馬県中学県総体 1000m 5位 1500m 2位 マスターズジュニア 中学生女子 1500m 優勝 群馬県スポーツ少年団交流大会 中学生男子 1500m 3位

寺島 義人



参加者の声

スーパーキッズで過ごした三年間

新井 大和

僕は、スーパーキッズに入る前は運動が苦手でした。でも週に三回の練習や大会を通して、体力がつき運動することの楽しさを知りました。六年生になってからは後はいの面倒を見たり引っ張ったりして運動面だけではなく生活面の方も成長できたと思います。大会では満足できるタイムを残せました。

まだ、最後の小学生総体が残っています。それにむけて、もっと良い練習をしていい成績を残したいです。

この3年間をふり返って

朝比奈 知哉

ぼくは、この3年間をふり返って、良い事と悪い事があります。

まず良い事は、あきらめずに3年間がんばってやってきたことです。理由は、5年生の時、やめたいと思った事があったからです。

悪い事は、コーチに言われたのに、簡単だからと言って手をぬいていたことです。だから簡単でも手をぬかないでやりたいです。後少しだけれど、楽しく、本気でやり、残り少ない生活をすごしたいです。

三年間の成長

飯塚 りりあ

私は、スーパーキッズに入ってから三年間で成長したことがあります。

一つ目は、体力面です。私は、運動はあまり得意ではありませんでしたが、スーパーキッズに入ってから、運動することが楽しくなりました。

二つ目は、人として成長できたと思います。メンタル面もそうですが、あいさつや返事の大切さを知ることができました。最後の試合までがんばりたいです。

今年の目標

南雲 咲人

ぼくの今年の目標は、D級を取って、C級も取りたいと思います。

そのためには、スライドボードや自転車で体力や技をつけて、一度におす力を強く出来るようにして、D級C級を取れるようにするのが良いと思います。あと練習の日を休まないで行って、少しずつうまくなるしかないと思います。

そして上手になって大会とかで1位を取れるようにがんばります。

ぼくの目標

佐藤 悠馬

ぼくは、スーパーキッズになって最初は、むずかしくてとてもにが手でした。でもだんだん行っていることになれて来て楽しくて好きになりました。

今ぼくの目標は、D級のバッチがとれるようにがんばることです。理由は、だれよりも早くタイムを出してすべれたらとてもうれしいからです。そのためにぼくは毎日、ストレッチをしたりかいだんの所でよこむきになってコーナーの、練習をしてがんばっています。

スーパーキッズにはいつからさいしょの大会

入澤 咲妃

わたしは、スーパーキッズにはいつから、さいしょの大会で500mと1000mにでました。500mでは、コーナーで転んでしまったので、すごくくやしかったです。1000mでも転んでしまうかもと、きんちょうしていたけど1000mでは、転ばずにすべれました。いっぱい練習して、まずは、Eきゅうとれるようにがんばりたいです。スケートのシーズンは、もうすぐで終わってしまうけど、いっぱい練習して、すこしでも、はやくすべれるように、がんばりたいです。

大会

寺島 満

わたしは、一年生からやってきたけど、四年生から、クロスができてから、はやくなりました。いまは、大会もできるようになって目標タイムがだせるようになってきました。ちょっとコロナもしんばいですが。大会でもっとクロスをしていっぱい練習してはやくなりたいです。四年生の最初の大会のとき、きんちょうしたけどタイムがだせてよかったです。いろいろな大会があつたのしかったです。もっとタイムをはやくしたいです。

ぼくとキッズ

山崎 一颯

ぼくはスーパーキッズに入ってからよかった事が二つあります。

一つ目は大好きな仲間ができた事です。仲間がいっしょだとつらい事もがんばれるし、楽しい事もばいになるような気がします。

そして二つ目は目標が出た事です。ぼくの目標は小学生のうちにC級を取ってダブルの大会に出る事です。そのために体力をつけがんばりたいと思います。

スキー競技



開 始 式

期 日	令和3年6月29日（火）
場 所	群馬県総合スポーツセンター サブアリーナ
時 間	18:00
出席者	大坪 哲 吉野 透 大竹 凜 住谷亮太

活 動 の 様 子

活動実績表（活動日数85日）

	4月		5月		6月		7月		8月		9月		10月		11月		12月		1月		2月		3月	
	曜日	活動日	曜日	活動日	曜日	活動日	曜日	活動日	曜日	活動日	曜日	活動日	曜日	活動日	曜日	活動日	曜日	活動日	曜日	活動日	曜日	活動日	曜日	活動日
1	木		土		火		木		日		水		金		月		水		土		火	○	火	○
2	金		日		水		金	○	月		木		土		火	○	木		日		水		水	
3	土		月		木		土		火		金		日		水		金		月	○	木		木	
4	日		火		金		日		水		土		月		木		土	○	火	○	金		金	
5	月		水		土		月		木		日		火	○	金		日	○	水	○	土	○	土	○
6	火		木		日		火	○	金		月		水		土	○	月		木	○	日	○	日	○
7	水		金		月		水		土		火		木		日		火		金		月		月	
8	木		土		火		木		日		水		金		月		水		土	○	火	○	火	○
9	金		日		水		金		月		木		土	○	火	○	木		日	○	水		水	
10	土		月		木		土	○	火		金		日		水		金		月	○	木		木	
11	日		火		金		日		水		土		月		木		土	○	火	○	金	○	金	
12	月		水		土		月		木		日		火	○	金		日	○	水		土	○	土	○
13	火		木		日		火	○	金		月		水		土	○	月		木		日	○	日	○
14	水		金		月		水		土		火		木		日		火		金		月		月	
15	木		土		火		木		日		水		金		月		水		土	○	火	○	火	○
16	金		日		水		金		月		木		土	○	火	○	木		日	○	水		水	
17	土		月		木		土	○	火		金		日		水		金		月		木		木	
18	日		火		金		日		水		土		月		木		土	○	火	○	金		金	
19	月		水		土		月		木		日		火	○	金		日	○	水		土	○	土	○
20	火		木		日		火		金		月		水		土	○	月		木		日	○	日	○
21	水		金		月		水		土		火		木		日		火		金		月		月	○
22	木		土		火	○	木		日		水		金		月		水		土	○	火	○	火	
23	金		日		水		金	○	月		木		土	○	火	○	木		日	○	水	○	水	
24	土		月		木		土		火		金		日		水		金	○	月		木		木	
25	日		火		金	○	日		水		土		月		木		土	○	火	○	金		金	○
26	月		水		土		月		木		日		火	○	金		日	○	水		土	○	土	○
27	火		木		日		火	○	金		月		水		土	○	月	○	木		日	○	日	○
28	水		金		月		水		土		火		木		日		火	○	金		月		月	○
29	木		土		火	○	木		日		水		金		月		水	○	土	○			火	○
30	金		日		水		金		月		木		土	○	火		木	○	日	○			水	
31			月				土	○	火				日				金		月				木	
活動日数			0日	0日			3日	8日	0日	0日			8日	8日			13日	16日	14日	15日				

活動状況と成果

指導者の報告

1. 活動概要

活 動 日 : 夏季・毎週火曜日、金曜日、不定期の土曜日、日曜日、祝日
冬季・毎週火曜日、土曜日、日曜日、祝日

活動場所： 夏季・群馬県スポーツセンター、赤城大沼周辺、丸沼高原スキー場 等
冬季・ホワイトワールド尾瀬岩鞍 草津子天狗ジャンプ 等

活動時間： 夏季・火曜日、金曜日 18:00~20:00、土曜日、日曜日、祝日は半日練習
冬季・火曜日は放課後練習、土曜日、日曜日、祝日に1日練習

2. 指導理念

3つの柱を指導の基本理念としている。

【人間力の育成】

スポーツの競技活動を通して人間力を育成することを目指している。競技力だけが一流なのではなく、全ての面で自立した人間になれるよう指導している。スポーツ活動は人間力を成長させるために最適な場であるため、立派な社会人になるための土台を身につけて欲しい。

【スポーツを楽しむ心】

スポーツを楽しみながら行えるよう、練習を工夫し遊び感覚で取り組めるトレーニングを多く取り入れている。また、専門的な運動とスポーツの全般的な運動を取り入れることで運動のバランスが取れるよう心がけている。さらに、スポーツを楽しみ、本気で打ち込める環境づくりを目指している。

【基礎基本の習得及び競技力の向上】

基礎基本の練習を多く取り入れている。個人にあった課題を把握し、その子に適した指導ができるように心がけている。また、目先の結果にこだわることなく、将来のことを一番に考えながら指導している。ゴールデンエイジの段階にあったトレーニングをすることにより、将来に向けてどんどん伸びていく選手になってもらいたい。

3. 指導内容（育成目標・指導内容等）

○育成目標

【4年生】

基本トレーニングを中心とし、正しい動きや姿勢を身に付ける

【5年生】

基本トレーニングを中心に、応用的なトレーニングも取り入れ、技術を向上させていく

【6年生】

基本トレーニングを中心に、応用トレーニングと実践的なトレーニングを取り入れ、より速く滑ることを意識付けしていく

※各学年ともに基本トレーニングをベースにトレーニングプログラムを作成している。また、学年にとらわれず、個人によってどのようなトレーニングが必要か見極めることや、季節によって練習内容を定め、身体能力や技術の向上を図っている。

○指導内容

【夏季トレーニング】

- ①追いかけっこやしゃっぽ取りを取り入れることで、前後左右どの方向へも俊敏に動けるようになる。
- ②トランポリンやマット運動、バランスボールなどでバランス能力・調整力を養う。
- ③ラダー・ミニハードルを使用し、敏捷性を高める。
- ④ボールを使ったトレーニングや球技を行うことで、全身の機能を高める。
- ⑤インターバルなどにより、基礎体力作りを行う。
- ⑥プラスノーにおける雪上に向けての基礎基本の習得を行う。
- ⑦メンタルトレーニングや栄養学、トレーニング理論などについて学び、競技者としての意識を高める。

【雪上トレーニング：アルペン】

- ①新雪やコブ斜面等の様々な条件で滑走し、スキー技術の土台を作る練習
- ②片足スキーでのトレーニングやスケート・プロペラターンなどの基本動作の練習
- ③ゲートの中での動きづくりに取り組み、実践に近い練習

【雪上トレーニング：ジャンプ】

- ①シミュレーション ※アプローチ姿勢と、飛び出しと、空中感覚をイメージして行う
- ②雪上ジャンプ技術トレーニング HS20m 実践に近い練習
- ③クロスカントリートレーニング 実践に近い練習

4. 指導考察

【夏季トレーニング】

今年度は昨年度と同様に新型コロナウイルスに対する感染症対策を講じながらの練習となった。その時期の状況を見極めたり、スポーツ協会や教育委員会からの指示を確認したりしながら練習に取り組んできた。フィジカルディスタンスをとりながらでもできるトレーニングを常に考えながら、今までの常識にとらわれることなく練習を進めてきた。対策の一つとして、野外での活動を例年より多く取り入れた。赤城大沼周辺でのトレーニングや、片品村丸沼高原でのサマースキーのトレーニングである。感染症対策という名目で始めたトレーニングだったが、野外でのトレーニングを取り入れたことにより、新たな発見が多くあった。まず一つ目は、サマースキーの練習でも十分に雪上に向けた基礎練習ができるということである。回数を重ねるうちに感覚をつかみ基礎練習には適している環境であることがわかった。シーズンに入ってしまうと基礎練習に加え、実践的な練習も行っていくため、じっくりと基礎基本を固められるサマースキーは非常に価値のある練習であることが分かった。二つ目は、野外でのトレーニングにより気持ちに刺激が入り、体育館での常時練習も新たな気持ちで取り組むことができるということである。練習のマンネリ化を防ぐという意味でも非常に効果があった。

例年通り、総合スポーツセンターでの練習は継続し、トランポリンやコーディネーショントレーニング、バランス系トレーニングを行うことができた。スキーは身体を隅々まで使うことが求められるため、総合的な運動能力の向上を目指したトレーニングを常時行うことが重要である。そのために、総合スポーツセンターのような設備の整った場所での活動必要不可欠である。今後も継続して取り組んでいきたい。



【冬季トレーニング】

雪上トレーニングにおいても感染症対策を講じた上での活動を行っている。スキー場ではフェイスマスクや手袋をつけての活動になり、さらに一人ずつタイムを競う競技である特性上、感染症対策を行いやすい環境である。しかし、油断はせず、フェイスマスクの徹底や手洗い指導などを行っている。

アルペンチームの活動においては、目先の結果ではなく将来に向かって伸びていく選手を育てたいと考えており、限られた時間の中で最大限のことを行うという視点から、基礎基本の練習に重きを置いている。今シーズンはサマースキーの下地があるため、スムーズに冬のシーズンに移行することができた。また、例年通り「遊び」を多く取り入れている。スキー競技は、山の様々な地形や斜度の中を自由自在に滑れなければならない。そのためには、遊びの中で夢中で楽しみながら、板をコントロールする感覚を体に落とし込んでいく必要がある。この練習もすぐに結果につながる練習ではないが、将来を見据えると必要不可欠な練習である。もちろん、実践的な練習も大切であり、そこにも力を入れているが、将来を見据えるという視点がぶれないようにトレーニング計画をたて実行している。

ジャンプチームの活動においても、アルペンチーム同様に「基礎基本の習得」と「楽しみながら競技に取り組む」ことを大切にしている。選手たちは寒かったり雪が降っていたりする過酷な状況の中でも頑張ってトレーニングに励んでいる。また、ジャンプ競技は恐怖心との戦いでもある。小さな体で恐怖心に打ち勝とうとする姿、そして、打ち勝った時の充実感はまさにスポーツを行う醍醐味そのものである。「人間力の育成」に繋がっていると感じている。ジャンプチームは、アルペンスキーのトレーニングも多く取り入れている。スキーの板を「滑らせる」という感覚を身に着ける上で、山の中の様々な地形や斜度を滑ることが有効である。また、スキー競技は斜面に対して垂直に立たなければいけない場面がたくさんあるが、その感覚を養う上でも山の中で「遊ぶ」ことが重要になってくるのである。

アルペン・ジャンプチーム共に、基礎基本の習得へ重きをおき、ゴールデンエイジの期間に正しい動き、正しい姿勢を身につけられるようにしている。年齢が上がった時に伸びていけるように練習をデザインし、今後も活動していきたい。



5. 今後の課題・次年度への取り組み

スキー部門では3つの理念を大切にしてきたことで、多くの卒業生が結果を残してくれている。「将来に向けてどんどん伸びていく選手を育てる」ことを合言葉に、指導していることが実を結び、全国や世界で活躍する姿をみることは本当に喜ばしいことである。

今後の課題、来年度への取り組みとしては、私たちの強みである「新しいものに挑戦していく」ということをさらに進めていきたいと感じている。今までも、既存の練習方法だけにとらわれず、他の競技団体にお世話になりレスリングやスポーツクライミング、スケートに取り組んだり、大学の先生にメンタルトレーニングや栄養学などの講義をしていただいたりしてきたが、そのことをさらに充実させていきたい。また、デジタルコンテンツを積極的に活用し、フィジカルディスタンスをとった中でも練習効果が高まるようにしていきたい。そして、今後はステイホーム中でも遠隔でトレーニングが行えるように、zoomやGoogleMeetなどを使用しながら、活動が止まってしまうような計画をしていきたいと考えている。

スキー部門は初年度から参加させていただいており、11年目の活動となる。小学生を強化・育成していくというノウハウが蓄積されてきており、今後さらに伸ばしていきたい。そして、小学生の強化から群馬県のスキー界がさらに盛り上がっていきけるようにしたい。今後も、選手一人一人がさらに伸びていけるよう、そして、世界に羽ばたいていけるよう最大限の支援をしていきたい。

6. キッズ卒業生の活躍

1 期生	小林朔太郎 選手	世界ジュニアコンバインド競技 団体 全国高等学校スキー大会（インターハイ）コンバインド競技 国民体育大会コンバインド競技 全日本学生スキー選手権大会（インカレ）コンバインド競技 FIS COC ContinentalCup 張家口（中国） 全日本スキー連盟強化指定選手	第6位 優 勝 優 勝 優 勝 準優勝
1 期生	平井 若菜 選手	全国高等学校スキー大会（インターハイ）回転競技 学生チャンピオン大会回転競技	第3位 第3位
2 期生	重田 風 選手	全国高等学校スキー大会（インターハイ）ジャンプ競技 全日本スキー連盟強化指定選手	第6位
2 期生	佐藤 達也 選手	全国中学校スキー大会ジャンプ競技	第8位
2 期生	高木 柊吾 選手	全国高等学校スキー大会（インターハイ）大回転競技 全日本スキー選手権大会回転競技	第3位 第7位
3 期生	中村 拓幹 選手	全国中学校スキー大会アルペン大回転競技 全日本ジュニアスキー大会スーパー大回転競技 全国高等学校スキー大会（インターハイ）回転競技 国民体育大会アルペン大回転競技 全日本学生スキー選手権大会（インカレ）スーパー大回転競技	準優勝 優 勝 第4位 第5位 第7位
3 期生	佐藤ひなた 選手	全国高等学校スキー大会（インターハイ）コンバインド競技 全日本スキー連盟強化指定選手 全国高等学校スキー大会（インターハイ）ジャンプ競技	優 勝 第4位
5 期生	五十嵐瑞希 選手	ジュニアオリンピックカップアルペン回転競技	第6位
8 期生	中島 奨 選手	全国中学校スキー大会コンバインド競技	第10位

住谷 亮太 大竹 凜

参 加 者 の 声

成長

加賀崎 勝之介

僕が成長したことを考えてみました。四年の時は、六年に着いていけない、コーチが怖い、仲間は楽しい存在でした。今は、四年に教えて、仲間だけどライバルと考え直し、行動を変えました。特に変わったのは、コーチに積極的に聞きに行く事です。分からない事があっても、ただハイと言っていました、ある時、分からない事を聞かないと上手にならないぞと言われ、そこから変わり、上達するスピードが早くなりました。スキーをこれからも続けて行きます。

スーパーキッズに入って良かったこと

西ノ村 悠真

私が、三年間スーパーキッズに入ってよかったと思ったことは、スキーがうまくなったことと、スキーに行く前の準備が速くなったことです。スキーがうまくなった理由は、コーチに言われたことを実行できたからと、他の人より多く本数をすべったからだと思います。スキーに行く前の準備が速くなった理由は、時間の十分前行動を心がけられたからだと思います。なのでこれからもスーパーキッズで学んだことをずっとできるよう心がけて続けられるようにしたいです。

三年間での成果

松原 大郎

ぼくはスーパーキッズに入って三年たって大きく成長できたと思います。

四年生のころは練習についていくのが必死でした。五年生になってもそこまで変化は感じられませんでした。六年生になってから以前と比べて見かえすと四年生のときよりも大幅に成長していることが実感できました。

もしスーパーキッズに入っていなかったら中途半端な状態でやめていたかもしれません。スーパーキッズに入って良かったと思います。

スーパーキッズでの3年間

市川 葉

私の、スーパーキッズでの3年間は、とても大切なものだったと思います。夏での体育館練習は一生懸命やって体づくりができたと思います。冬での合宿では、みんなについていけるようにがんばりました。自分のことは自分でやらなくてはいけなくて、ハードな一日一日が最初はとてもつらかったです。でも練習をがんばればがんばるほど慣れていけるのがうれしくてがんばりました。なので、この3年間でとても上達できたと思います。中学生になったら、スーパーキッズで教わったこと、できるようになったことをのびしていき、この3年間で無駄にしないようにがんばります。

下級生が入って

田中 大暉

スーパーキッズに入り二年目になりました。四年生が入ってきて、今までにコーチや先輩におそわって来た事を教えていこうと思いました。最初のころは、話を良く聞いてくれましたが、だんだん練習になれてくると少しはんこつになり、いう事を聞いてくれない事もありました。それでもちゃんと、説明をすれば分かってくれました。今では自分で動いてくれているので教えていてよかったと思いました。自分もこされないようにしたいです。

スーパーキッズで学んだこと

青山 祥輝

ぼくは、スーパーキッズで学んだことが三つあります。一つ目は、大きな声であいさつができるようになりました。キッズに入ったころは、あまり大きな声を出してあいさつができませんでした。二つ目は、長い合宿のおかげで早起きと布団の片づけができるようになりました。また、合宿の食事也喜欢いがあるので、昨年は残すことがありましたが、今は、すべて好き嫌いなく食べられるようになりました。これからもがんばって続けたいです。

スーパーキッズの5年生として

関口 陽太

ぼくが気を付けている事は2つあります。

一つ目は4年生の良いお手本になる事です。ぼくも5、6年生に助けてもらいました。今度はぼくが4年生を支えていこうと思います。

二つ目は考えて練習する事です。コーチのアドバイスをよく聞いた方が効率よくうまくなると感じました。具体的には、思っている以上に外足に乗り、もっと板の前に乗る事です。強い選手になるために、これからも努力していきます。

時間の大切さ

江原 乙葉

スーパーキッズでは、色々なことをおそわりました。その中でも時間を守る、大切さに気づきました。4年生では、まだ、そんなに気づかなかったけど2年間スーパーキッズに、入って時間をまもっていたら時間はすごく大切なのだと知りました。なので家でも学校でも、時間の大切さ、1分1秒むだにしないときめました。なので、今度のスーパーキッズでは、1分1秒すぎないように集中してすべってだれにもまけないように、優勝したいです。

練習で役に立ったこと

堀口 七海

私は、スーパーキッズの練習で役に立った事があります。一つ目は、陸トレです。陸トレの特に走る事です。それで、校内マラソン大会で1位を取る事ができました。学校の練習もあったかもしれないけど一番4kmコースを走った事が大切だったんじゃないのかなと思います。4kmを走るのは大変だったけどとちゅうで歩かないで走れたので良かったです。

二つ目は、雪上練習です。昨シーズンの小学生総体で2位をとれました。良かったです。でも今シーズンは5年で1位を取りたいです。

もっとたくさん練習していい成績を残したいです。

スーパーキッズで学んだこと

高橋 咲貴

私はスーパーキッズで練習の大切さを知りました。いつも練習は大切だと思っていましたが今はもっと大切だと思いました。今までは友達としゃべってばかりいてスタートする少し前まで集中ができていませんでした。練習で集中していないと本番でいいタイムが出ないのでこれからは友達としゃべってもいいけれどスタートする一分前くらいにはしっかり集中して練習でいいタイムを残し大会でいい結果を残していきたいです。

今までの成果

安齋 凜

5年生になって初めてみよしのに泊まりました。凜コーチには、毎回同じことを注意されてしまいました。私の種目はジャンプですが、アルペンも上手になりたいと思って必死にがんばりました。特に難しかったのは、ショートポールです。ショートポールは、ポールとポールの間が短くて、とても切りかえしが難しかったです。あと数ヶ月で新学年が始まって新しい四年生が入ってきます。私は、6年生になるので、新四年生に六年生らしい姿を見せたいです。

スーパーキッズに入って

小林 海斗

ぼくは、スーパーキッズに入ってうれしかったことが2つあります。1つめは、友だちがふえたことです。学校の友だちとちがってみんな話があうのですごくうれしかったです。2つめは、スキーのじゅんぴがはやくなったことです。スーパーキッズに入ってから家ぞくといっしょにスキーにいったらじゅんぴがはやくなったな、ていわれてすごくうれしかったです。こんごもっとスキーを、きわめていきたいです。

スーパーキッズ

唐沢 純平

ぼくは、強くなるために、スーパーキッズにはいりました。

スーパーキッズのとっくんは、きついですが、練習がおわたあと、やったかんがでとても楽しいです。とくに楽しいのは夏に赤城山で約5kmぐらい走ったあとに、ボートをこいでおわるのがいちばん楽しいです。

冬の目標は、キャプテンや他の人よりも、早く、スキーをすべることです。

キャプテンは、早いですがキャプテンよりもうまく早くなってスーパーキッズの中で1番早くなります。

初めての片足スキー

皆川 優光

ぼくが、スーパーキッズに入ってから、片足スキーを初めて習いました。片足スキーは曲がる方向とぎゃくの向きに体をかたむけると、らくにすべれると言われました。そのとおりやるとらくにすべれました。

練習をもっとして、片足スキーをもっと、うまくなってコースで休まずに、すべりきれたらいいなと思っています。片足スキーのターンをこ回りして二百回をこえたいと思います。

ぼくのスキー

薄井 和士

はじめて、家族とはなれて合宿をしました。その合宿の中でいろいろなことをけいけんしました。まず、プロペラというしゃ面ですべらない時にやることで、板ぜんたいをうかして横に板ふることでそれは、アルペンスキーですごく大事とゆうことを知りました。もう一つ目はかた足スキーです。最初は、ぜんぜんころんでばかりで、すべることができなかったけど、どりよくしてがんばっていたら、すべれるようになりました。かた足スキーはがんばったらきっとできるということを教えてくれた。なのでがんばりたいです。

スーパーキッズに入ったこと

星野 太郎

ぼくは、スーパーキッズにはいってうれしかったことが二つあります。一つは新しく友だちがふえたことです。スーパーキッズで同じ4年生でかないあゆむ君となかよくなったのでうれしかったです。もう一つはスーパーキッズをつづけていればもっとうまくなれるとおもいました。川場ではスキーがうまいといわれていたのもっとがんばればもっとうまくなれるとおもったからです。もっとどりよくしてスキーがうまくなれるようにがんばりたいです。

スーパーキッズに入ってよかったこと

金井 歩夢

ぼくは、スーパーキッズに入ってよかったことが三つあります。一つ目は、スキーがうまくなったことです。前までは、そこまですまくないと思ってましたが、スーパーキッズに入ってうまくなりました。

二つ目は、友だちがいっぱいふえたことです。

三つ目は、コーチに、いろいろおしえてもらえたりすることです。コーチがおしえてくれたのでうまくなれたと思っています。

スーパーキッズに参加して

田村 快成

スーパーキッズに入った理由は、先ぱいたちががんばっているすがたを見て、ぼくもがんばりたいと思ったからです。

最初は、知らない人が多くとてもきんちょうしていました。でも、合宿に参加してみんなと仲よくなってとても楽しくなりました。アルペンは苦手だったけれど、コーチがやさしく教えてくれてアルペンが楽しくなりました。スーパーキッズの練習で、学んだことをジャンプに生かして、もっと飛べるようにがんばりたいです。

スーパーキッズに入って

入澤 康成

ぼくが、一年スーパーキッズに入って、学んだことは、二つあります。

一つ目は、自分のことは、自分でやること、二つ目は、あいさつをせっきよくてきにやることです。

一つ目の理由は、合宿で家族とはなれてしまうので、自分のことが自分でできないと、練習ができません。

二つ目の理由は、人とあいさつやコミュニケーションをとった方が気持ちよく生活できるし、かんしゃの気持ちを伝えることができます。

これから自分のことは、自分でやること、あいさつをせっきよくてきにやることを両立しながら、大会でいい成せきがのこせるように、がんばります。

大切な食べること

上新 令和

私は、スーパーキッズに入って、「食べる事はとても、大切だ」という事を学びました。

それは、食べると、体が温まるからです。私は、「スキーをする時には、大切な事だな。」と思いました。

合宿の食事は、量がとてもたくさん出てきます。私は、「体が冷えていると、集中してスキーができないので、合宿で出される、たくさんの量になるべく全部食べて、体を温めて集中してスキーをしよう。」と思っています。

あいさつの大切さ

萩原 心桜

私は、スーパーキッズに入る前は、大人や知らない人にあいさつするのがとても苦手でした。しかし、キッズの練習で毎回コーチや友達にあいさつしている間に習かんとなりスキー場のリフト員さんや他のチームのコーチにも自然とあいさつができるようになりました。あいさつをする事で話しかけてくれる人もいて、他の学校の友達ができたり、いろんな人と話すきっかけができました。あいさつの大切さは学校だけでは学べませんでした。

陸上競技（棒高跳び）



開 始 式

期 日 令和3年7月4日 日曜日
場 所 ベル・アスレティクス・ジャパン
時 間 12:30 ～ 13:30
出席者 新キッズ ・ 保護者 ・ 棒高跳コーチ陣

活 動 の 様 子

活動実績表（活動日数98日）

	4月		5月		6月		7月		8月		9月		10月		11月		12月		1月		2月		3月	
	曜日	活動日	曜日	活動日	曜日	活動日	曜日	活動日	曜日	活動日	曜日	活動日	曜日	活動日	曜日	活動日	曜日	活動日	曜日	活動日	曜日	活動日	曜日	活動日
1	木		土	○	火		木		日	○	水		金		月		水		土		火		火	
2	金		日	○	水		金		月		木		土	○	火		木		日		水		水	
3	土	○	月		木		土	○	火		金		日	○	水		金		月		木		木	
4	日	○	火		金		日	○	水		土	○	月		木		土	○	火		金		金	
5	月		水		土	○	月		木		日	○	火		金		日	○	水		土	○	土	○
6	火		木		日	○	火		金		月		水		土	○	月		木		日	○	日	○
7	水		金		月		水		土	○	火		木		日	○	火		金		月		月	
8	木		土	○	火		木		日	○	水		金		月		水		土	○	火		火	
9	金		日	○	水		金		月		木		土	○	火		木		日	○	水		水	
10	土	○	月		木		土	○	火		金		日	○	水		金		月		木		木	
11	日	○	火		金		日	○	水		土	○	月		木		土	○	火		金		金	
12	月		水		土	○	月		木		日	○	火		金		日	○	水		土	○	土	○
13	火		木		日	○	火		金		月		水		土	○	月		木		日	○	日	○
14	水		金		月		水		土	○	火		木		日	○	火		金		月		月	
15	木		土	○	火		木		日	○	水		金		月		水		土	○	火		火	
16	金		日	○	水		金		月		木		土	○	火		木		日	○	水		水	
17	土	○	月		木		土	○	火		金		日	○	水		金		月		木		木	
18	日	○	火		金		日	○	水		土	○	月		木		土	○	火		金		金	
19	月		水		土	○	月		木		日	○	火		金		日	○	水		土	○	土	○
20	火		木		日	○	火		金		月		水		土	○	月		木		日	○	日	○
21	水		金		月		水		土	○	火		木		日	○	火		金		月		月	
22	木		土	○	火		木		日	○	水		金		月		水		土	○	火		火	
23	金		日	○	水		金		月		木		土	○	火		木		日	○	水		水	
24	土	○	月		木		土	○	火		金		日	○	水		金		月		木		木	
25	日	○	火		金		日	○	水		土	○	月		木		土		火		金		金	
26	月		水		土	○	月		木		日	○	火		金		日		水		土	○	土	
27	火		木		日	○	火		金		月		水		土	○	月		木		日	○	日	
28	水		金		月		水		土	○	火		木		日	○	火		金		月		月	
29	木		土	○	火		木		日	○	水		金		月		水		土	○			火	
30	金		日	○	水		金		月		木		土	○	火		木		日	○			水	
31			月				土	○	火				日	○			金		月				木	
活動日数	8日		10日		8日		9日		9日		8日		10日		8日		6日		8日		8日		6日	

活動状況と成果

指導者の報告

1. 活動概要

活動日：毎週土曜日・日曜日

時間：8:00～12:30

場 所 : ベルドーム

内 容 : 棒高跳の基本練習・跳躍練習、基礎体力作り、器械体操 など

その他：土日の練習日の他に、1泊2日の合宿を実施（12月、3月予定）

⇒ コロナ感染拡大防止のため、合宿から強化練習会に変更。3月も強化練習会予定

2. 指導理念

陸上競技の棒高跳を通して様々な出会いの機会に恵まれ、一緒に仲間として活動することによって連帯感が生まれ、誰からも学ぼうとする謙虚な姿勢や何事にも常に前向きに頑張ろうとする姿勢を身につけさせたいと考えている。無理な形ではなく、自然な流れの中でどんなことでも受け入れられ、積極的に取り組もうとする強い意志と精神力、広く大きな心の持ち主へと成長していき、棒高跳を通じて社会に羽ばたける人間力を育成したい。

3. 指導内容（育成目標・指導内容等）

〈4年生時〉

- | | |
|------|---|
| 育成目標 | ・遊びの感覚での基礎体力作り
・ポールを使用した遊び |
| 指導内容 | ・ラダー、ミニハードル、ハードルを活用した陸上競技基本体力作り
・定期的なコントロールテスト
・ロープ、マット、鉄棒、跳び箱、平行棒などを活用した体操的な体力作り |

〈5年生時〉

- | | |
|------|---|
| 育成目標 | ・走りの基本的な動きを通して基礎体力作り
・中助走での跳躍 |
| 指導内容 | ・ラダー、ミニハードル、ハードルを活用した陸上競技基本体力作り
・定期的なコントロールテスト
・ロープ、マット、鉄棒、跳び箱、平行棒などを活用した体操的な体力作り
・ポールを使用し、ゴムバー跳躍に挑戦する |

〈6年生時〉

- | | |
|------|--|
| 育成目標 | ・跳躍競技への移行するための基礎体力作り
・競技会へ参加し、記録への挑戦 |
| 指導内容 | ・ラダー、ミニハードル、ハードルを活用した陸上競技基本体力作り
・定期的なコントロールテスト
・ロープ、マット、鉄棒、跳び箱、平行棒などを活用した体操的な体力作り
・ポールを使用し、バー跳躍に挑戦する
・競技会に参加し、記録への挑戦 |

4. 指導考察

棒高跳に必要な能力

- 基礎的な運動能力や疾走能力
- 自分の身体をコントロールする体操的な要素

取り組みの結果

練習の中には、能力を伸ばすために様々な練習を組み込みながら楽しく行えるように工夫しており、キッズ卒業後に大きく記録を伸ばし、活躍する選手が多数出ている。1～3年生の時から活動を行い、スーパーキッズプロジェクト選手となった選手は、4年生から素晴らしい能力を発揮し、中心となって活動をおこなっている。ベルドームでは、小学生から大学生まで幅広い選手が一緒に活動をおこなっており、卒業生達との交流を持ちながら練習を取り組める環境も競技力に繋がっている。

また、棒高跳を通じて謙虚な姿勢・前向きに頑張ろうとする姿勢・強い意志と精神力、広く大きな心の持ち主へと成長させたいと考えている。そして、一人でも多くのオリンピックや国際大会で活躍する選手を輩出できるように、子どもたちの実態に応じた練習内容などを考え、実践していく。スーパーキッズを卒業後も継続した支援が行えるように、連携をとっている。



5. 今後の課題・次年度への取り組み

群馬県棒高跳びコーチングスタッフ（ベルコーチ）の継続指導はもちろんのこと、子どもたちが心から棒高跳を楽しみ、練習を継続できるように、ゲーム性のある活動や個々に応じた指導ができるようにスタッフ全体で指導にあたっていく。トップ競技者のジュニア指導合同練習会、強化合宿等、様々な啓発活動を通し、ジュニア選手の強化支援体制・普及活動に努めていく。

6. キッズ卒業生の活躍

1 期生	小林拓己	育英大学	2 年
	2018年	全国高校総体決勝進出 第72回国民体育大会 福井 4 位 第12回U18日本陸上競技選手権大会 2 位	
	2019年	全国高校総体決勝進出	
	2020年	関東インカレ2部 優勝 U20日本選手権 第2 位	
	2021年	天皇賜盃 第90回日本学生陸上競技対校選手権大会 6 位	
2 期生	古澤一生	筑波大学	1 年
	2018年	全国高校総体 6 位 第3回ユースオリンピック競技大会 プエノスアイレス2018 第2 位 県高校記録更新 5m22 高校1 年日本歴代1 位	
	2018年	日本ジュニア室内陸上競技大会 1 位 県高校記録更新 5m23 高校1 年日本歴代1 位 県高校総体 優勝 5m30 群馬県高校記録更新 日本選手権 12位 全国高校総体 優勝 国民体育大会 優勝 U18日本選手権 優勝	
	2020年	日本室内陸上 U20 優勝 日本高校新記録更新樹立 5m51 全国高等学校陸上競技大会2020 2 位	
	2021年	天皇賜盃 第90回日本学生陸上競技対校選手権大会 優勝	
	高橋陸人	育英大学	1 年
	2018年	全国高校総体決勝進出	
	2019年	日本ジュニア室内陸上競技大会 2 位 全国高校総体 5 位 U18日本選手権 5 位	
	2020年	日本室内陸上 U18 優勝 全国高等学校陸上競技大会2020 8 位	
	2021年	第37回U20日本陸上競技選手権大会 3 位	
5 期生	村田蒼空	県立前橋女子高等学校	2 年
	2019年	日本ジュニア室内陸上競技大会 7 位	
	2020年	日本選手権 8 位 全国高等学校陸上競技大会2020 2 位	
	2021年	令和3 年度全国高等学校総合体育大会陸上競技大会 優勝 第15回U18陸上競技大会 優勝	
6 期生	原口顕次朗	前橋育英高等学校	1 年
	2019年	全国中学総体 優勝	
	2020年	全国中学総体 2 位	
	2021年	第15回U16陸上競技大会 優勝	

柳川美空 前橋育英高等学校 1年
 2020年 日本選手権 6位
 2021年 令和3年度全国高等学校総合体育大会陸上競技大会 3位
 第15回U16陸上競技大会 優勝

今井葉月 樹徳高等学校
 2021年 令和3年度全国高等学校総合体育大会陸上競技大会 6位
 第37回U20日本陸上競技選手権大会 優勝
 第15回U18陸上競技大会 2位

高橋 友輝



参加者の声

BELLで学んだこと

小堀 凌誠

ぼくが、BELLを通して学んだことは、教えてくれる先生への感謝です。

それは、教えてくれる先生はボランティアできてくれていて、貴重な休みの時間をさいて教えにきてくれていて、それでも、BELLのみんなを明るい気持ちにしてくれてとても感謝しています。

ぼくは、これを通して、中学生になっても感謝の気持ちを忘れないでがんばっていきたいです。

「ありがとう」

田島 あおい

私が「ぐんまスーパーキッズ」としていられる日も残りわずかとなりました。いままで運動してきて感じたことがあります。それは、感謝をすることです。記録会の費用や、くつ、服など全て払ってくれたお父さん、お母さん。そして、練習を支えてくれているコーチ。すべての人に助けてもらいました。これからは、払ってくれているお父さん、お母さんやコーチに恩返しができるよう、跳びたいです。協力してくれている全ての人に「ありがとう」。

あいさつの大事さ

砥上 天志

ぼくは、2年前から棒高跳びを始めて、先生から色々な事を学びました。

ぼくは、それからあいさつをするようにしました。あいさつは、さいしょの人とのコミュニケーションだと思います。ぼくは、あいさつによって、今日なにがあったのかわかる気がします。声が小さければよくない事があったり、声が大きければ良い事があったりしたんだなと思います。

なのであいさつは、大事という事を知りました。

BELLを通して学んだこと

佐藤 水歩乃

私が棒高跳びを通して学んだことは、先生方が棒高跳びを教えに来てくれること、親が送り迎えをしてくれることが当たり前ではないことです。そして、そのことに感謝の気持ちをもつことです。二つ目は、あいさつをしっかりすることです。

BELL以外でも、このことに気を付けていろいろなことに挑戦して、成長していきたいと思います。

コロナでの学び

関 璃陽斗

ぼくは、コロナの時期で、陸上をやって、なかなか思うような練習ができました。けれども、先生たちはコロナの時でも、練習を再開してくれました。ぼくは、先生たちにとても感謝の気持ちを伝えたいと思いました。最近は、コロナが減ってきて、たくさん練習ができるようになってきたので、六年生最後の記録会になるので、それまでにたくさん練習をして、いままでの記録よりずっといい記録を出していきたいです。

家族への感謝

堀上 和花子

私がベルで学んだことは家族への感謝です。習い事を多くする中で送り迎えをしてもらうことが「あたりまえ」になっていた。しかしベルに来て時々こんな質問をされる。「ここまで送ってくれたのは誰ですか。」それは親や祖父母であり、家からベルまで近いにもかかわらず自分で歩いて行ったことは数回しかなかった。「あたりまえ」だと思っていたことは家族が私のためにしてくれたことだった。そして私は家族や「あたりまえ」に感謝した。

BELLで学んだこと

近藤 優羽

私が棒高跳びを通して学んだことは、なにごとにも感謝をすることです。BELLに送り迎えをしてもらっていること、棒高跳びを教えてもらっていることをあたりまえではないということを気付かせてくれました。さらに先生たちはわたしたちのために、貴重な休みをけずって教えに来てくれていて、なので感謝の気持ちを、記録やあいさつ、返事などで返したいです。跳躍、一本一本を大切に、ていねいに跳びたいです。

先生たちから学んだこと

中川 祈

ぼくは、先生からいろいろな事を学びました。

それは、「あいさつや感謝」です。あいさつは、相手に気持ちを伝えないといけないという事を学び、感謝では、あたりに練習ができることに感謝する事を学びました。

ぼくは、「あいさつと感謝」をわすれずに練習にはげんでいきたいと思います。その他にも大事なことがいろいろあると思うので、そのことにも気づきががんばっていききたいです。

スーパーキッズになって

岡田 峻典

今年は、コロナ感染症のえいきょうで、8月9月は、みんなで練習する時間がありませんでした。10月になり、ようやく、キッズの練習がはじまりとてもうれしかったです。5年生になりぼう高とびが、去年よりとべるようになってきたので先生に「すごいぞ」と言われると、とてもうれしくなります。

ぼくは、5年生のうちに2m30cmをとびたいです。そのためには、ポールチェンジや助走を長くしたり、もっとしせいを良くすることが大切だと思います。これからの練習では、先生のアドバイスをよく聞いて、2m30cmをとびたいです。

ぼう高とびで学んだこと

齋藤 芽吹

わたしは、一年生から、ぼう高とびをしています。たくさん先生の先生たちが、やさしく、楽しく色々なことを教えてくれて、とても楽しくぼう高とびをしています。また、たくさんさんの友達がいて、みんなで協力し合いながらぼう高とびをしています。そこで学んだことは、楽しく、笑いながら、好きなことをすれば、良いということです。いつも、楽しく教えてくれる先生、いっしょにいてくれる友達たちに感謝してぼう高とびをしていきます。

友達

町田 佳乃子

私は一年生から、ぼう高とびをやっています。たくさんさんの友達がいて、一人でいると声をかけてくれたりしてくれてとてもうれしかったことを覚えています。五年生になり、高学年になって、自分よりも小さい子が増えてきて、一年生の時の私のように、一人でいる子は、声をかけてもらっていて、私も小さい子や、こまっている友達、学校の友達にも、やさしく声をかけて、みんなと仲よくできる、しんらいしてもらえらる高学年になりたいです。

あいさつ

山崎 菜南子

私は、三年生の時からぼう高とびをやっています。三年生の時には、はずかしくてできなかったあいさつがスーパーキッズになってからちがう年れいの人と声を出し合いながら少しずつあいさつができるようになり、ふだんの生活でも周りの人にあいさつができるようになりました。いろいろな人にあいさつをすると、おたがいに笑顔になれるので、あいさつの大切さが分かりました。

スーパーキッズにはいれて、良かったです。

棒高跳で学んだこと

伊藤 羽菜

私は棒高跳で学んだことが2つあります。

一つ目はあいさつです。私は最初あいさつがまったくできなかったけどベルにくるごとにあいさつがだんだんできるようになりました。二つ目はもののあつかいです。私はものがすごく大事だと思っていなかったからです。でも棒高跳をやっていくうちにポールやベグを大事にあつかうようになりました。

私はベルに来てこの二つの事を学びました。この二つの事を生活にいかしていきたいです。

スーパーキッズに通って

綿貫 希亮

一つ目は、あいさつの大切さです。スーパーキッズの人は、色々な所から通ってきています。最初は、知らなかった人達と仲良くなるためにあいさつの大切さを感じました。

二つ目は、ぼう高とびの楽しさです。未体験のきょうぎで、最初は不安でした。練習を重ねて出来る様になってきて、ぼう高とびが楽しく感じる様になってきました。

この2つはスーパーキッズになって成長した所です。

スーパーキッズになって

大場 悠吾

ぼくは、スーパーキッズになっておもったことが二つあります。

一つ目は、あいさつやぼう高をやる前のとぶあいの声の大きさです。スーパーキッズになって高がく年人を見るとやっぱり声がでていてすごいなと思いました。ぼくも大きい声を出せる様になりた。

二つ目は、感謝の気持です。ぼくは、スーパーキッズになってかられんしゅうがおわったあとにたんとうしてくれした先生とほかの先生に「ありがとうございました」といっています。

あかるく大きく

田島 奨

ぼくは、スーパーキッズになり、初めての年で学んだことがあります。それは、あいさつです。ぼうたかたびのきょうぎをやるうと思ったときや「キッズ」のときでは、先生たちの大きな声をみて、ぼくたちを、はげましたり、ゆうきをあたえてくれたりしてくれるのが心に強く残っています。「スーパーキッズ」になったからには、先生だけではなく、自分から声を出しチームをもりあげたいと思います。

スーパーキッズになって

小堀 晃誠

スーパーキッズになってぼくは思ったことが二つあります。

一つ目はスーパーキッズになってきもちが上がるだけで実力はかわりません。

二つ目は人々へのかんしゃですもちろんベルにいてるのも先生たちのおかげですしここまでじゃうずになれたのは先生たちのおかげだし、これからもがんばりたいです。

スーパーキッズになって

石田 浩章

スーパーキッズになって、ぼくは思ったことが一つあります。

一つ目は、あいさつのたいせつさです。いつもぼくは学校にいくときあいさつをしているけれどしていないときもあります。でもスーパーキッズにきて先生からあいさつのたいせつさをあらためてしりました。

これからも先生からおしえてもらったあいさつのありがたみをまいにちやりたいです。

これからがんばりたいこと

藤本 那奈

わたしは、スーパーキッズになってとても楽しく運動がとくいになりました。棒高跳びでは記録をのびし6年生には2メートル40を目指しています。マラソンをすることで足が速くなり、持久走でも1位をとることが出来ました。

棒高跳びでの最高記録は1メートル70です。わたしはセットをはやくし、ふりあげを出来るようになりたいです。そのためにも、もっとがんばっていききたいです。

スーパーキッズに参加して

林 楓菜

私は、スーパーキッズのぼう高跳びに参加してうれしかった事があります。

一つ目は、今までできなかったロープ登りや、かべとうりつができるようになった事です。

二つ目は、ちがう小学校の子や中学生と一緒に練習をして友達がふえたことです。

これから、たくさん練習をして二メートル以上を飛べるようになったり、ロープをもっと上まで登れるようになりたいです。

BELLでできるようになったこと

中嶋 真唯

私は、ぼう高跳びをはじめたときは、はずかしくてあまりあいさつをしていなかったし、自こしょうかいや人と話すことが苦手でした。少しずつBELLに通っているうちにあまりできていなかった3つの中で人と話すことが一番できるようになりました。あいさつや自こしょうかいもするきかいがふえ、だんだん声にだして言うことができてきました。これからも練習をがんばってしていきたいと思います。

楽しむ事

松下 花夏

私は、ベルに初めて行った時は、緊張して不安でした。でも、先生方やお兄さん、お姉さん達がやさしく声をかけてくれたので、早く慣れることができたと思います。真剣だけど、楽しそうに取り組んでいるみんなといっしょに、私も楽しく学んでいます。

こわかったけど、少しだけ跳べるようになってきました。高く跳べたら、もっと楽しいのかなぁと思います。これからも、楽しみながらがんばりたいと思います。

水泳競技（水球）



開 始 式

期 日 7月3日（土）

場 所 群馬県立前橋商業高等学校

時 間 10：00～

出席者 4年生3名 保護者4名 運営委員2名

※その後5・6年生と合流して練習を行った。

活 動 の 様 子

活動実績表（活動日数117日）

	4月		5月		6月		7月		8月		9月		10月		11月		12月		1月		2月		3月	
	曜日	活動日	曜日	活動日	曜日	活動日	曜日	活動日	曜日	活動日	曜日	活動日	曜日	活動日	曜日	活動日	曜日	活動日	曜日	活動日	曜日	活動日	曜日	活動日
1	木		土	○	火		木		日	○	水		金		月		水	○	土		火		火	
2	金		日	○	水		金		月		木		土		火		木		日		水		水	○
3	土	○	月		木		土	○	火		金		日		水	○	金		月		木		木	
4	日	○	火		金		日	○	水	○	土		月		木		土	○	火		金		金	
5	月		水	○	土		月		木		日		火		金		日	○	水	○	土	○	土	○
6	火		木		日	○	火		金		月		水	○	土	○	月		木		日		日	○
7	水	○	金		月		水	○	土	○	火		木		日		火		金		月		月	
8	木		土		火		木		日	○	水		金		月		水	○	土	○	火		火	
9	金		日		水		金		月		木		土	○	火		木		日	○	水		水	○
10	土	○	月		木		土	○	火		金		日	○	水	○	金		月		木		木	
11	日	○	火		金		日	○	水	○	土		月		木		土	○	火		金		金	
12	月		水		土		月		木		日		火		金		日	○	水	○	土	○	土	○
13	火		木		日	○	火		金		月		水	○	土	○	月		木		日	○	日	○
14	水	○	金		月		水	○	土	○	火		木		日	○	火		金		月		月	
15	木		土		火		木		日	○	水		金		月		水	○	土	○	火		火	
16	金		日		水	○	金		月		木		土	○	火		木		日		水		水	○
17	土	○	月		木		土	○	火		金		日	○	水	○	金		月		木		木	
18	日	○	火		金		日	○	水	○	土		月		木		土	○	火		金		金	
19	月		水		土	○	月		木		日		火		金		日	○	水		土	○	土	○
20	火		木		日	○	火		金		月		水	○	土	○	月		木		日		日	○
21	水	○	金		月		水	○	土	○	火		木		日	○	火		金		月		月	
22	木		土		火		木		日	○	水		金		月		水	○	土	○	火		火	
23	金		日		水	○	金		月	○	木		土	○	火		木		日		水		水	○
24	土	○	月		木		土	○	火	○	金		日	○	水	○	金		月		木		木	
25	日	○	火		金		日	○	水	○	土		月		木		土	○	火		金		金	
26	月		水		土	○	月		木	○	日		火		金		日	○	水		土	○	土	○
27	火		木		日	○	火		金		月		水	○	土	○	月		木		日		日	○
28	水	○	金		月		水	○	土	○	火		木		日	○	火		金		月		月	○
29	木		土		火		木		日	○	水		金		月		水	○	土	○	/	/	火	○
30	金		日	○	水	○	金		月		木		土	○	火		木		日	○			水	○
31	/		月		/		土	○	火		/		日	○	/		金		月		/		木	
活動日数	12日		4日		9日		13日		16日		0日		12日		11日		12日		8日		5日		15日	

活動状況と成果

指導者の報告

1. 活動概要

- ・活動日 : 毎週水曜日 17:00~19:45 土・日曜日 9:00~12:00
- ・場 所 : 県立前橋商業高等学校プール(5~9月)、関水電業敷島公園水泳場(10~4月)
- ・内 容 : スイム、ポロ、フィジカルトレーニング等

2. 指導理念

群馬県内の素質ある小学生の発掘に協力し選出された子供たちの心身の育成を大前提とし、群馬のスポーツ界を代表する人間を作り、全国でも上位入賞可能なチームの土台となる選手の育成はもとより、日本を代表し世界でも通用する選手を輩出する。また、群馬の指導者として群馬県に貢献をする。

3. 指導内容（育成目標・指導内容等）

〈4年生〉

育成目標：基礎泳力の向上と水球のルールを理解する

指導内容：スイムトレーニング、水球用語の理解、立ち泳ぎの習得（まき足、けり足、飛びつき）、水球独自の泳法の習得（ヘッドアップクロール、バックストローク）、壁のない状態でのスタートの技術習得（あおり足、けり足）、陸上でのボール慣れ（片手コントロール、壁打ち）、水中でのボール慣れ（ボールコントロール各種、ドリブル）、ウェットでのパス技術の習得、ドライでのパス技術の習得、動きを入れたパス（ドリブルから各種パス～リターンパスまで）、スタンディングシュート、ドリブルシュート、

〈5年生〉

育成目標：基礎泳力の向上と水球基礎技術の習得

指導内容：スイムトレーニング、立ち泳ぎの習得（両手を挙げてのまき足けり足移動、下腹部が出る高さの飛びつき）、水球独自の泳法のスピードアップ（ヘッドアップクロール、バックストローク）、壁のない状態でのスタートの技術習得（あおり足、けり足）、陸上でのボール慣れ（片手コントロール、左右交互の壁打ち）、水中でのボール慣れ（ボールコントロール各種、ドリブル、ウォーク）、ウェットでのパス技術の習得、ドライでのパス技術の習得、動きを入れたパスの習得、スタンディングシュートⅡ、ドリブルシュートⅡ、ワンタッチシュートⅡ、カウンターアタックの基本の習得（OF、DF）

〈6年生〉

育成目標：水球基礎技術の向上と応用戦術の理解

指導内容：スイムトレーニング、立ち泳ぎの強化（両手を挙げてのまき足けり足移動、下腹部が出る高さの飛びつき）、水球独自の泳法のスピードアップ（ヘッドアップクロール、バックストローク）、スタートの技術習得（あおり足、けり足）、水中でのボール慣れ（ボールコントロール各種、ドリブル、ウォーク）、ウェットでのパス技術の習得、ドライでのパス技術の習得、動きを入れたパスの習得、スタンディングシュートⅡ、ドリブルシュートⅡ、ワンタッチシュートⅡ、カウンターアタックの基本の習得（OF、DF）、退水時における戦術の習得（OF、DF）、6mシュート（OF、DF）

★水球日本代表トレーナーの食事指導と練習前のドライトレーニングを導入し、トップアスリートとしての意識やけが防止、フィジカルの強化に取り組んでいる。

4. 指導考察

今年度は、制限がある中で昨年よりも活動ができたと思います。夏の全国大会も開催され選手は大きく成長できました。しかし、できることが限られていたので例年よりは進歩するスピードが遅くなってしまいました。



5. 今後の課題・次年度への取り組み

来年度以降は、チーム練習を工夫して行なっていきたい。従来の練習に近いものができるように努めたい。また、感染症対策を徹底して選手が快適に活動できる環境づくりを目指していきたいです。

6. キッズ卒業生の活躍

1 期生	岡田 光生 選手	日本学生選手権 優勝 日本選手権 3 位
3 期生	松本 吉平 選手 須田 央河 選手	日本高等学校選手権水泳競技大会 5 位 //
4 期生	前田 隼之 選手 前田 聖 選手	// //
5 期生	齋藤 陽太 選手 春原柚子咲 選手	// 全日本ユース選手権大会 2 位
7 期生	深澤陸之助 選手 齋藤 優輝 選手 前田 敦也 選手 関口 快巧 選手 富岡 颯大 選手 椎名 啓五 選手	全国JOCジュニアオリンピックカップ夏季水泳競技大会 4 位 // // // // //
8 期生	星 颯来 選手 須賀 蒼介 選手	// //

志賀 諭

参 加 者 の 声

3年間をふり返って

竹内 千慧子

私は、3年間をふり返って成長したと思います。なぜなら、四年生の時よりも泳ぐタイムが上がったことと、シュート力もついたと思ったからです。四年生の時は、スイムトレーニングも大変だったけど六年生まであきらめないで頑張ったから成長したと思いました。

来年の春の全国大会では、優勝できるようにたくさんの練習をして、多くの得点が入るようにみんなを上手にアシストをして活躍したいです。

練習を大切に

鈴木 壽

この一年はきんきゅう事態宣言やまんえん防止そちなどで活動ができない時期もありました。しかしその中でも練習に参加することによって自分自身がうまくなっていくし、チームの力も上がっていくことがわかりました。なので一日一日の練習を大切にできるとりくみたいと思いました。

春にはJOがあるので、今までやってきたことを生かしてチームいちがんとなって全力で試合をし、勝ちたいと思いました。

水球をやって

藤原 丈太郎

ぼくは、初めて水球の練習をやった時みんなについて行けなかったです。でも練習して行くうちにみんなと同じ練習がふつうに出来るようになっていました。その時はとてもうれしかったです。

これからも練習を一つ一つきちんと、集中してもっと強くなりたいです。もう3ヶ月ぐらいで6年生がいなくなるので、6年生になったら、皆のお手本になれるようにがんばりたいです。

仲間

増田 大智

ぼくは、2年生の時に群馬ジュニア水球に入りました。ぼくの学年は、ずっと1人でしたが先ばいたちが水球をやっているのを見てあんな風になりたいなとがんばってきました。4年生になって、スーパーキッズに参加して同じ学年の仲間が入ってきてくれた事がすごくうれしいです。スイム練習は、きついけどタイムが上がるとがんばって練習して良かったと思えます。もっと練習をがんばって仲間と試合に勝って、みんなとよろこびたいです。

練習をして

深澤 海士郎

今年はコロナで去年同様、練習が制限されていました。しかし、スーパーキッズに入って3年目成長を感じました。一つ目はクロールのタイムが上がったことです。スーパーキッズに入る前よりも、タイムが10秒以上も上がりました。二つ目はシュート力があがったことです。入る前とくらべてたくさん練習したので、シュートがたくさん入るようになりました。春に全国大会があるので、それにむけて練習をし、優勝したいです。

一年の練習の成果

関口 逞

ぼくはこの一年間でできるようになったことと直していきたいことがあります。できるようになったことはボールのキャッチです。前よりもパスやシュートのときにボールを落とす回数が減りました。直していききたいことは、泳ぎの速さです。みんなよりもぼくは、全然おそいので日々の練習でがんばっていききたいです。また、たまに本数を間ちがえてしまうこともあるので注意していききたいです。六年生にもなるのがちかいののでがんばります。

練習に参加して

小林 那央

スーパーキッズに入って今年やっとスタメンになることができました。今までは、ベンチで応援をしていて勝負のぶたいに立つことができずくやしかったです。スタメンになれた理由は、指導して下さった先生方や環境を作ってくれた方々、送ってしてくれる家族のおかげです。これからは、泳力、シュート力をさらに付けもっと良いプレーができるようにし、活やくできる選手になりたいです。感謝を忘れずに練習に取り組みます。

団体競技の楽しさ

須田 悠詩桜

ぼくは小さいころから、水泳を習っていて今まで競泳という個人スポーツをやってきました。ですが団体競技の水球を、スーパーキッズになって、初めて経験しました。個人個人でやるスポーツとは、また違った楽しさやチームで協力する心強さ、むずかしさなど色々あり、もっと水球を学んで強くなりたいと思う様になりました。

これから大会に出て、沢山の経験をしてチーム優勝を目指して頑張っていきたいです。

今年の感想

山口 清春

今年はスーパーキッズの練習がなくて、今回のピラティスで色々がんばれたと思います。今年はコロナで練習が休みになったりして、練習のない間に体力が前よりなくなってしまって、練習が前よりきつくなってしまいました。だからこそ今までの練習よりがんばろうと思いました。今年の自分は去年よりもシュートやパスなどは出来ているのに、スイムは少ししか早くならないので、シュートやパスなどいっしょにうまく出来るようがんばります。

一年間のふりかえり

宮脇 啓実

三年生の時にスーパーキッズに申し込みましたが、コロナの関係で今年の7月にやっと入団できました。待ち遠しかったです。

入団した当初、泳ぎには自信があった物の、実際やってみると、みんながとても速く、足のつかない所があり、とてもキツかった。

今は前よりクロールが速くなり、時々一番前で泳げるようになったことをとてもうれしく思います。来月の登利平カップでは、ベストを尽したいと思います。

ボクシング



活 動 の 様 子

活動実績表（活動日数151日）

	4月		5月		6月		7月		8月		9月		10月		11月		12月		1月		2月		3月	
	曜日	活動日	曜日	活動日	曜日	活動日	曜日	活動日	曜日	活動日	曜日	活動日	曜日	活動日	曜日	活動日	曜日	活動日	曜日	活動日	曜日	活動日	曜日	活動日
1	木	○	土	○	火		木	○	日		水		金		月	○	水	○	土		火		火	
2	金		日		水	○	金		月		木		土	○	火		木	○	日		水	○	水	○
3	土	○	月	○	木	○	土	○	火		金		日		水		金		月		木	○	木	○
4	日		火		金		日		水		土		月	○	木	○	土	○	火		金		金	
5	月	○	水		土	○	月	○	木		日		火		金		日		水		土	○	土	○
6	火		木	○	日		火		金		月		水		土	○	月	○	木	○	日		日	
7	水		金		月	○	水	○	土		火		木	○	日		火		金		月	○	月	○
8	木	○	土	○	火		木	○	日		水		金		月	○	水	○	土	○	火		火	
9	金		日		水	○	金		月		木		土	○	火		木	○	日		水	○	水	○
10	土	○	月	○	木	○	土	○	火		金		日		水	○	金		月	○	木	○	木	○
11	日		火		金		日		水		土		月	○	木	○	土	○	火		金		金	
12	月	○	水	○	土	○	月	○	木		日		火		金		日		水	○	土	○	土	○
13	火		木	○	日		火		金		月		水		土	○	月	○	木	○	日		日	
14	水	○	金		月	○	水	○	土		火		木	○	日		火		金		月	○	月	○
15	木	○	土	○	火		木	○	日		水		金		月	○	水	○	土	○	火		火	
16	金		日		水	○	金		月		木		土	○	火		木	○	日		水	○	水	○
17	土	○	月	○	木	○	土	○	火		金		日		水		金		月	○	木	○	木	○
18	日		火		金		日		水		土		月	○	木	○	土	○	火		金		金	
19	月	○	水		土	○	月	○	木		日		火		金		日		水	○	土	○	土	○
20	火		木	○	日		火		金		月		水	○	土	○	月	○	木	○	日		日	
21	水	○	金		月	○	水		土		火		木	○	日		火		金		月	○	月	○
22	木	○	土	○	火		木		日		水		金		月	○	水	○	土	○	火		火	
23	金		日		水		金		月		木		土	○	火		木	○	日		水	○	水	○
24	土	○	月	○	木	○	土		火		金		日		水		金		月	○	木	○	木	○
25	日		火		金		日		水		土		月	○	木	○	土	○	火		金		金	
26	月	○	水		土	○	月		木		日		火		金		日		水	○	土	○	土	○
27	火		木	○	日		火		金		月		水	○	土	○	月	○	木	○	日		日	
28	水	○	金		月	○	水		土		火		木	○	日		火		金		月	○	月	○
29	木	○	土	○	火		木		日		水		金		月	○	水		土	○			火	
30	金		日		水	○	金		月		木		土	○	火		木		日				水	○
31			月	○			土		火				日				金		月	○			木	
活動日数			16日				15日		16日		11日		0日		0日		15日		14日		16日		15日	

活 動 状 況 と 成 果

指導者の報告

1. 活動概要

- ・活動日 : 月曜日、水曜日、木曜日、土曜日
- ・場 所 : 安中体育館格技場、前橋育英高校、高崎工業高校、伊勢崎工業高校のボクシング場
- ・時 間 : 17:00～19:00
- ・内 容 : 高校生や地域の方々との合同練習

2. 指導理念

全国で活躍できる選手を育てる。

3. 指導内容（育成目標・指導内容等）

- ・ 4年生 基礎・基本の定着
群馬県連ボクシング検定合格へ向けた練習
- ・ 5年生 群馬県連ボクシング検定3級合格
対人練習、県大会への出場
- ・ 6年生 対人練習の強化
関東大会での活躍、全国大会での活躍

4. 指導考察

- ・ 体の成長だけでなく、心の成長も目指す。
- ・ ボクシングのトレーニングを通してリーダーシップを育成し、学校生活においてもクラスや学校の代表として活躍できる生徒を育てる。
- ・ 中学校以上の年代になっても競技を継続して行い、全国で活躍できる選手を育てる。

5. 今後の課題・次年度への取り組み

- ・ 県大会への参加を目指し、実践的な練習を取り入れていく。
- ・ 関東大会を突破し、全国大会に出場する。
- ・ 高体連や連盟の主催する合宿や合同練習に積極的に参加し、心身共に強化する。

上野 恭央

参加者の声

三年間のスーパーキッズ

高橋 侃太郎

四年生からスーパーキッズになり今のぼくがボクシング選手になれたのも、スーパーキッズの育成がきっかけだったので、指導をしてくれた先生達には感謝の気持ちでいっぱいです。コロナで練習が無くなり不安な日々もありましたが小学生最後の年の関東大会では優勝する事が出来、家族も喜んでくれました。自分自身本当にうれしかったです。

中学生になっても一生けんめいがんばって行きます。

関東大会

内堀 瑛斗

今回の関東大会は、二回目で三十一キロ級に出ました。相手は、前回の大会で戦った相手でした。大会前はきちょうしていたけれど、縄とびとパパの笑顔できちょうが、ほぐれました。

二ラウンド目が終わった、インターバルでセコンドが、「今は負けている。」というのが心にひびいて、せめた結果、ダウンをもらいました。結果は負けてしまったけど、すごく楽しかったです。

全国大会

柿沼 心乃

前回はコロナでなくなってしまった全国大会に出場することができました。大会で優勝をすることを目標に練習を一生けん命に頑張ってきました。試合では2ラウンドめにダウンをとられてしまい、インターバルの時、先生に頑張れと言ってもらい絶対に勝とうと思い、3ラウンドにダウンをとりかえました。しかし、結果は2対1で判定負けでした。とても悔しかったので次こそ仲間と一緒に全国優勝するためにもっと強くなろうと思います。

スーパーキッズになって

山田 蒼空

スーパーキッズになって、3年がたったけど、3年間で、色々変わりました。まずは、色々な事にもあきらめずに取り組めた事です。スーパーキッズ以外の事でも、全力で取り組みました。3年間、スーパーキッズで頑張ってきて、結構、上手になりました。他のみんなとも、練習したりして、3年間頑張りました。これからもスーパーキッズで学んだことを、生かしていきたいです。

中学生での目標

本島 鈴葵

ぼくは、今年たくさんの練習をしてボクシングの関東大会で優勝することができました。練習は、きつかったけれど練習してよかったと思いました。

小学生は、関東大会までしかなかったけれど中学生になると全国大会まであるのでたくさんの練習をして全国大会で優勝できるようになりたいです。

目標

金井 紫謙

全国大会にでたいです。去年は、関東大会までいき勝つことができました。今年の春の大会は、全国大会まであるので、しっかり練習して、全国大会の強さを知りたいです。

ぼくは、県大会で負けたこともあるので、まずは、県大会をしっかり勝っていき、関東、東日本も勝って目標である全国大会にでたいです。もっといっぱい練習して全国チャンピオンになりたいです。

ボクシング二年目

新井 颯真

ボクシングを始めて二年目になりました。私は週一回しか通うことしか出来ませんが、ボクシングの練習は、とても楽しいです。なわとびでアップをして、ワンツェやミット打ちをしていると、汗をかいて気持ちがいいです。でももっと練習をして、リングでスパーリングなどをしてみたいです。受験もあり、中々練習に参加できませんが、めげずに続けていき、中学に行ってから、本格的にやりたいと思います。

おばけ

小川 倅生

ぼくは、ボクシングをやり始めてから、おばけが、怖くなくなりました。前は、寝る前に怖いテレビを見て、あまり寝むれませんでした。けど今はゆっくりと寝ることができています。あともう1つあります。ぼくがボクシングを始めてから、体力が付800mとか1000mが基準の走行だったのが今は、1500mやクロスカントリも得意になりました。

あと800mや1000mも前よりも、早くなったのでうれしいです。これからも、ボクシングを続けたいです。

レスリング



開 始 式

期 日 2021年6月26日(土)
場 所 育英大学・育英短期大学レスリング場
時 間 8:30~
出席者 柳川美磨 大門龍一 寺本 了 正保佳史 神山直人

活 動 の 様 子

活動実績表（活動日数136日）

	4月		5月		6月		7月		8月		9月		10月		11月		12月		1月		2月		3月	
	曜日	活動日	曜日	活動日	曜日	活動日	曜日	活動日	曜日	活動日	曜日	活動日	曜日	活動日	曜日	活動日	曜日	活動日	曜日	活動日	曜日	活動日	曜日	活動日
1	木		土	○	火		木		日		水	○	金		月		水	○	土		火		火	
2	金		日	○	水	○	金		月		木		土	○	火		木		日		水	○	水	○
3	土	○	月	○	木		土	○	火		金		日	○	水	○	金		月		木		木	
4	日	○	火	○	金		日	○	水	○	土	○	月		木		土	○	火		金		金	
5	月		水		土	○	月		木		日		火		金		日		水	○	土	○	土	○
6	火		木		日	○	火		金		月		水	○	土	○	月		木		日	○	日	○
7	水	○	金		月		水	○	土	○	火		木		日	○	火		金		月		月	
8	木		土	○	火		木		日	○	水	○	金		月		水	○	土	○	火		火	
9	金		日	○	水	○	金		月	○	木		土		火		木		日	○	水	○	水	○
10	土	○	月		木		土	○	火		金		日	○	水	○	金		月	○	木		木	
11	日		火		金		日	○	水	○	土	○	月		木		土	○	火		金	○	金	○
12	月		水		土	○	月		木		日	○	火		金		日		水	○	土	○	土	○
13	火		木	○	日	○	火		金		月		水	○	土	○	月		木		日		日	
14	水	○	金		月		水	○	土		火		木		日		火		金		月		月	
15	木		土		火		木		日		水	○	金		月		水	○	土		火		火	
16	金		日	○	水	○	金		月		木		土	○	火		木		日	○	水	○	水	○
17	土		月	○	木		土		火		金		日	○	水	○	金		月		木		木	
18	日	○	火		金		日		水	○	土	○	月		木		土	○	火		金		金	
19	月		水	○	土	○	月		木		日		火		金		日	○	水	○	土	○	土	○
20	火		木		日	○	火		金		月	○	水	○	土	○	月		木		日	○	日	○
21	水	○	金		月		水	○	土	○	火		木		日	○	火		金		月		月	
22	木		土	○	火		木		日	○	水	○	金		月		水	○	土	○	火		火	
23	金		日		水	○	金		月		木	○	土		火	○	木		日	○	水	○	水	○
24	土	○	月		木		土	○	火		金		日	○	水	○	金		月		木		木	
25	日	○	火		金		日		水	○	土	○	月		木		土	○	火		金		金	
26	月		水	○	土	○	月		木		日		火		金		日	○	水	○	土	○	土	○
27	火		木		日		火		金		月		水	○	土	○	月		木		日	○	日	
28	水	○	金		月		水		土	○	火		木		日		火		金		月		月	
29	木	○	土	○	火		木		日	○	水	○	金		月		水		土	○			火	
30	金		日		水	○	金		月		木		土	○	火		木		日				水	○
31			月				土	○	火				日	○			金		月				木	
活動日数			11日		13日		12日		9日		11日		12日		12日		11日		10日		11日		12日	

活 動 状 況 と 成 果

指導者の報告

1. 活動概要

活動日 : 毎週水曜日、土曜日、日曜日
 場 所 : 育英大学・育英短期大学レスリング場
 時 間 : 水曜 19:00~20:30、土曜・日曜 9:30~12:00

スリング競技は平成28年度から始まり、徐々にスーパーキッズの選手が増えてきたが、今年度も昨年度と同様に新型コロナウイルスの影響により予定よりも選考会や認定式等が遅れ、2022年度4月では5、6年生のみでスタートせざるを得ない状況であった。今年度も対人での接触競技であるレスリングは思うような活動はできなかったが、基礎的なトレーニ



ング（ランニングや筋力トレーニング）を行い基礎的な体力を向上させたり、効果的に遠隔トレーニングを取り入れたりと昨年度の反省を活かしながら活動に取り組んだ。2021年度は2年ぶりに全国少年少女レスリング選手権大会が開催されたが、新型コロナウイルスの影響は非常に大きく、全国少年少女選抜レスリング選手権大会など主要な大会のみならず、地方大会も中止が相次いだ。予定されていた合宿や遠征もほとんど行うことができず、新型コロナウイルスの感染状況を判断しながら開催可能な時期に県外への遠征を行った。選手はモチベーションが上がりにくい中、日々の練習に取り組み、「今できることを全力で取り組む」姿勢が見られた。緊急事態宣言下においては昨年度と同様にリモート練習を取り入れ、宣言後は日本レスリング協会の感染防止ガイドラインに沿って、具体的に「他人と接触しない練習」、「数人と僅かに接する練習」、「人数を限定した中でのレスリングの練習」、「接触する人数を増やしてレスリングの練習」というように1～2週間を区切りとして段階的な感染対策を踏まえた中で活動を行った。

今年度の成績としては、2021年度開催の全国少年少女レスリング選手権大会において3名がベスト8に入賞し、全国少年少女選抜レスリング選手権大会の出場権を獲得したが、1月開催予定であった全国少年少女選抜レスリング選手権大会は2月へ延期となり、最終的に新型コロナウイルスの影響により中止となった。

日々の練習は毎週水、土曜日、日曜日の週3回程度を対面で行い、昨年度からは、県や国の要請により活動自粛が求められる中ではリモート練習を取り入れてスーパーキッズの活動を行った。リモート練習では、筋力トレーニングによる基礎体力の向上とレスリングにおいて最も基本であり、重要な「構え」に焦点を当てて取り組んだ。通常の対面練習では基礎的な身体の動かし方や基本的な技術の修得に加えて専門的な技術習得を見据えた練習を重点的に行うことができ、競技力の向上に取り組んだ。

対面練習において5、6年生ではそれぞれの選手のスタイルに合った技術練習を展開することと感染対策を徹底するために指導者と選手がマンツーマンでできる練習を重点的に取り入れながら活動した。今年度も特にいつ対面練習ができなくなるか予想が立てられないため、実践的な練習を多く取り入れて活動し、1回の練習にかける意識について精神的な部分についても指導した。

今年度は東京オリンピックが開催され、レスリングにおいてはメダルを獲得した選手も多数いた。スーパーキッズでも金メダルを獲得した向田選手、銀メダルを獲得した文田選手、銅メダルを獲得した屋比久選手とのイベントを行い、実際に東京オリンピックのメダルを見たり、選手から話を聞いたりすることで競技に対するモチベーションの向上に繋がったと考えられる。スーパーキッズの選手の中には、メダリストからTシャツにサインを貰い、それを着ることなく、大事に保管しているケースもあり、非常に良いイベントとなった。次年度以降もそのような機会を創出しながらキッズの活動に取り組んでいく。



今年度も大会が開催されない状況が続き、6年生にとっては目標を失った部分もあるが、諦めず、最後まで取り組んでいた。6年生は男子選手3名が中学生になっても競技を続ける予定である。現在、スーパーキッズの練習へは県内3クラブから選手が参加しており、「それぞれのクラブで学んでいることをお互いに出し合うことで、様々な技術に対する対応力を培うことも可能となっている。」という声もあるため県内レスリングの選手の活性化に繋がっているようである。また、各クラブ内の活動ではどうしても女子選手数が少なく、女子選手同士の練習が難しい状況であるが、スーパーキッズの女子選手が増えてきていることから、スーパーキッズ内での女子選手の強化にも繋がっている。

今年度も大会が開催されない状況が続き、6年生にとっては目標を失った部分もあるが、諦めず、最後まで取り組んでいた。6年生は男子選手3名が中学生になっても競技を続ける予定である。現在、スーパーキッズの練習へは県内3クラブから選手が参加しており、「それぞれのクラブで学んでいることをお互いに出し合うことで、様々な技術に対する対応力を培うことも可能となっている。」という声もあるため県内レスリングの選手の活性化に繋がっているようである。また、各クラブ内の活動ではどうしても女子選手数が少なく、女子選手同士の練習が難しい状況であるが、スーパーキッズの女子選手が増えてきていることから、スーパーキッズ内での女子選手の強化にも繋がっている。



2. 指導理念

競技活動に力を入れることは当然であるが、自律して日々のスポーツや日常生活、学業に取り組むことができるよう心掛けて指導を行っている。特にレスリングは競技人口が少ないため、選手のレスリング競技生活がスーパーキッズの活動で終わらず、その先の中学生、高校生からその先へとつながることを目指している。

3. 指導内容（育成目標・指導内容等）

〈4年生時〉

- 育成目標：レスリングに必要な基礎体力と基礎技術の習得
指導内容：全身を使った動きとランニングを中心とした基礎体力の向上
基礎技術を確認し、相手から得点を取るために必要な細かな技術向上練習

〈5年生時〉

- 育成目標：レスリングに必要な基礎体力と基礎技術を基とした発展的技術の獲得
指導内容：年次の練習を踏まえて、得意技を実戦で使うための技術向上練習

〈6年生時〉

- 育成目標：相手を想定した中での技術展開
指導内容：攻撃と防御両面でもつれた展開の実践練習

4. 指導内容（育成目標・指導内容等）

「ぐんまスーパーキッズプロジェクト」の中でレスリング競技は6年目となり、4年生から中学3年生までいる練習環境で上の学年の選手が下の学年の選手に教えたり、上の学年の選手が「下に点を取られない」というプライドを持てたりすることができた。これらのことにより、良い緊張感の中で1年の活動を行うことができた。上下の関係のみではなく選手の中には同じ学年、同じ階級で試合をする場合もあるため大会で対戦することもあった。そのため練習から気持ちの入った攻防を見ることができ、1点にかけける厳しさのある練習により、他の選手も刺激され、切磋琢磨しながら練習に取り組むことができた。特に新型コロナウイルスの影響により、実戦練習が思うようにできない中で『練習』という今まで当たり前できていたことができなくなったことで、当たり前練習できることの大切さに気付いた選手もあり、実戦練習にかけける意識が昨年度以上のものと思えた。今年度は全国大会で3位以上に入ることはできなかったが、5年生の2名がベスト8に入っており、来年度の全国大会では今年度以上の成績となる3位以上を目指して指導にあたっていく。

また、レスリング競技でのスーパーキッズ1期生のうち2名が高校でも競技を続けることが決まり、後輩のキッズたちへ良い道筋をつくることができたと考えられる。高校へ進学する1期生には、レスリングだけでなく、私生活でも後輩の見本となるような姿となることを望んでいる。

2021年度の主な大会成績

- 全国少年少女レスリング選手権大会 ベスト8 3名
6年生：笛木一路、
5年生：金谷信太郎、小林駿之介

5. 今後の課題・次年度への取り組み

次年度への取り組みとしてまず挙げられることは、レスリング競技におけるスーパーキッズ対象者を増やすことである。1学年10名の定員であるが半分程度しかいないのが現状であり、新規選手獲得についても協会を挙げて進めていく必要がある。2022年度はトライアウトや5、6年生の追加募集など選手獲得の機会が広がっているためキッズの確保に努めていきたい。

今年度、6年生6名のうち、4名は中学生でも競技を続けるとの意向を持っているので5名については継続的に指導にあたっていく予定である。また、レスリングスーパーキッズ1期生で高等学校進学後にも競技を続ける2名については試合などの視察を含めて継続的に関係を持ちながら見守っていく予定である。このような中、中学生や高校生の活躍を後輩の小学生へ報告しながら現役のスーパーキッズの選手たちも進学後に競技を続けられるという環境をつくっていく必要がある。新6年生にはこれまでと同様に中学生以降もレスリングを継続できるように支援していく方向である。競技人口の少ないレスリングであるからこそ選手一人ひとりを大切にスタッフと選手、その保護者が一丸となり育成していくことが必要である。

群馬県はオリンピックのメダリストを多数輩出し、かつてはレスリング大国と呼ばれていた。2029年には本県で国体が開催されるにあたり、国体で結果を残せる選手の育成のためにもこの「ぐんまスーパーキッズプロジェクト」で礎をつくり、そこからさらには世界へ羽ばたく選手を輩出できるよう、取り組んでいくことが長期的な今後の目標である。

6. キッズ卒業生の活躍

2021年度は、競技を継続している中学3年生2名のうち1名が全国大会5位に入賞し、両名ともが高等学校でもレスリングを継続する予定である。2年生が3名で全国入賞はなく、1年生4名のうち1名が全国大会3位入賞となった。県内の大会では全員が優勝できる実力を有しており、今後も活躍が期待できる。また、2022年度中学1年生となるキッズのうち4名は中学生でも競技を継続することを選択している。

正保 佳史

参加者の声

スーパーキッズに入って

荻田 あや

この3年間たくさんのことを教えてもらい、できるようになったことが2つあります。

1つ目は、体力に自信がついたことです。

スーパーキッズに入る前は体力がもたなかったけど、スーパーキッズに入った後は体力がもつようになりました。

2つ目は、とびばこやマット運動でだれもできないわがができるようになったことです。

中学に入ってからもスポーツを続けて、結果が出せるようにしたいです。

レスリングでがんばったこと

吉井 悠翔

レスリングでがんばったことはかまえやタックルです。かまえは、せなかがまるまったりスパーリング中につかれたったりしてまだぜんぜんですががんばっています。

タックルはかおがちがうほうむいてたり足がけたりしてなくてまだぜんぜんががんばっています。タックルやかまえいがいにもやってないことがいっぱいあるのでレスリングのれんしゅうをがんばっていきたいです。

今思うこと

小林 駿之介

ぼくは、レスリングをやっています。レスリングを始めた理由は、小さいころにお父さんがオリンピックの動画を、見せて、お父さんが、

「この競技、やってみる？」

と言ったので、ぼくはうなずいて、レスリングをやってみました。レスリングをやってみると、意外とおもしろいと思いました。

レスリングを始めてから、友達が増えたり、努力をすれば、結果を残せると、今感じます。

スーパーキッズをふり返って

松崎 凰我

ぼくは、最後のスーパーキッズをふり返って、ぼくは、いろいろな行事や、キツイことをたくさん体験することができました。行事は、ヨガの先生とスーパーキッズのみんなでヨガをしました。スーパーキッズは、練習が終わったあと、30分くらい残って練習をします。例えば、筋トレや、レスリングの技術練習をします。ぼくは、今年が最後なので、スーパーキッズの日は、気合いをいれてがんばりたいです。

一年をふりかえって

金谷 信太朗

今年は、昨年よりは、たくさんレスリングの活動ができたと思います。スーパーキッズは、全部いったけど、時間はみぢかかった。でも、そのみぢかい時間でいろいろなわざなどをやって、練習にすぐつかえたのもあったし、つかおうとしたけど、つかえなかったわざもあった。あたらしいわざとかは、やらなかったけど、いままで習ってきたわざを極める練習をしました。全て極めるのは、むずかしいけど、毎日取くんだ。

今年度の感想

山田 りん

私は今年度のスーパーキッズの活動で、大会で上位を取ることを目標にしていたのですがコロナウイルスの影響で、大会自体2回しか参加することが出来ませんでした。全国大会では、成績を残すことが出来ませんでした。千代田大会では、2位を取ることが出来ました。2位を取れてとてもうれしかったのですが1位を取れなかった悔いが残ってしまったので、次回は1位を取れるようにがんばりたいと思います。

楽しかったスーパーキッズ

笛木 一落

今年も新型コロナの影響で練習、遠せい等の活動が制限されてしまいましたが、レスリングができる環境を作ってもらいました。

一番思い出に残っている活動はピラティスです、初めはピラティスの事を知りませんでした。ピラティスをやってみると少しきつかったけれどとてもいい経験ができたと思いました。

今年でスーパーキッズでの活動は終わりですが競技はこれからも続けたいと思います。

がんばったこと

山本 凜

私が今年がんばったことは、コロナで遠せいや合同練習が出来なかったけど、レスリングにつながる練習を家でしたこと。走ったり、筋トレをしました。みんながいない静かな練習は、つまらなくて長続きしませんでした。強くなるには仲間も大切なので、来年はコロナがおさまって、みんなで楽しく練習をして、試合で良い結果を出したいです。

スーパーキッズの思い出

加部 雄大

ぼくの一番の思い出は、11月に熊本であった全国大会に出場した事です。スーパーキッズの仲間たちといっしょに群馬代表として試合を出来た事がうれしかったです。

スーパーキッズを3年間つづけてきて、たくさんの仲間が出来たことに感謝でいっぱいです。春からは中学生になりますが、これからも楽しくレスリングを続けていきます。

自転車競技



活 動 の 様 子

活動実績表（活動日数97日）

	4月		5月		6月		7月		8月		9月		10月		11月		12月		1月		2月		3月	
	曜日	活動日	曜日	活動日	曜日	活動日	曜日	活動日	曜日	活動日	曜日	活動日	曜日	活動日	曜日	活動日	曜日	活動日	曜日	活動日	曜日	活動日	曜日	活動日
1	木	○	土		火		木		日		水	○	金		月		水	○	土		火		火	
2	金		日		水	○	金		月		木		土	○	火		木		日		水		水	
3	土	○	月		木		土	○	火		金		日		水	○	金		月		木	○	木	○
4	日		火		金		日		水	○	土	○	月		木		土	○	火		金		金	
5	月		水		土		月		木		日		火		金		日		水	○	土	○	土	○
6	火		木	○	日		火		金		月		水	○	土	○	月		木		日		日	
7	水		金		月		水		土	○	火		木		日		火		金		月	○	月	
8	木		土	○	火		木	○	日		水	○	金		月		水		土	○	火		火	
9	金		日		水	○	金		月		木		土	○	火		木	○	日		水		水	○
10	土	○	月		木		土	○	火		金		日		水	○	金		月		木		木	
11	日		火		金		日		水	○	土	○	月		木		土	○	火		金		金	
12	月		水	○	土	○	月		木		日		火		金		日	○	水	○	土	○	土	○
13	火		木		日		火		金		月		水		土	○	月		木		日		日	
14	水	○	金		月		水		土		火		木		日		火		金		月		月	
15	木		土	○	火		木	○	日		水	○	金		月		水	○	土	○	火		火	
16	金		日		水		金		月		木		土	○	火		木		日		水		水	○
17	土	○	月		木		土	○	火		金		日		水		金		月		木	○	木	
18	日		火		金		日		水	○	土	○	月		木		土	○	火		金		金	
19	月		水		土	○	月		木		日		火		金		日		水		土	○	土	○
20	火	○	木		日		火		金		月		水		土	○	月		木		日		日	
21	水		金		月		水	○	土	○	火		木	○	日		火		金		月		月	
22	木		土	○	火		木		日		水	○	金		月		水	○	土	○	火		火	
23	金		日		水	○	金		月		木		土	○	火		木		日		水		水	○
24	土	○	月		木		土	○	火		金		日	○	水	○	金		月		木	○	木	
25	日		火		金		日		水	○	土	○	月		木		土	○	火		金		金	
26	月		水		土		月		木		日		火		金		日		水		土	○	土	○
27	火		木	○	日		火		金		月		水	○	土	○	月		木	○	日	○	日	
28	水	○	金		月		水	○	土	○	火		木		日		火		金		月		月	
29	木		土	○	火	○	木		日		水	○	金		月		水		土	○			火	
30	金		日		水		金		月		木		土	○	火	○	木		日	○			水	○
31			月				土	○	火				日				金		月				木	
活動日数			8日				7日		6日				9日				7日		9日				9日	

活 動 状 況 と 成 果

指導者の報告

1. 活動概要

活動日：毎週水曜日、土曜日（施設の都合により変更となった場合もあります）

場 所：ヤマダグリーンホーム前橋、岩神緑地、群馬サイクルスポーツセンター 他

時 間：水曜日 17:00～19:00、土曜日 7:00～9:00

昨年度キッズを修了した中学生の参加を受け入れ、6年間という継続的なトレーニング環境がみえはじめてきた。今年度は6年生8名、5年生3名、4年生11名、中学生2名でスタートすることができた。家庭の都合等で辞退したキッズを除くと現在男子14名、女子4名の計20名（中学生2名）となる。活動拠点となる前橋市の施設を主に利用し基礎となる身体の動かし方や基本的な技術の獲得を重点的に行っている。

2. 指導理念

- ・自転車競技の楽しさを共有すること
- ・礼儀や思いやり、協力の精神など豊かな人間形成に努めること
- ・継続した努力がやがて大きな変化となることを信じ続けること
- ・自転車競技者ではなく、スポーツ万能なヒトであること
- ・保護者に感謝すること

3. 指導内容（育成目標・指導内容等）

〈4年生時〉

育成目標：

- ・安全への理解を深め、事故が起こらないように自分自身で自転車がコントロールできる
- ・自転車のコントロールが十分にできるようになり、自転車競技場を走ることができる

指導内容：

- ・自転車の基本的な仕組みを理解し、乗車しながら障害物を超えたり拾ったりする
- ・安定した乗車姿勢を得るための自重トレーニングを行う

〈5年生時〉

育成目標：

- ・安全への理解を深め集団走行中でも互いに譲りあい事故を未然に防ぐ能力を備えることができる
- ・自転車競技場の最上部を一定のペースで30分以上走ることができる

指導内容：

- ・数人での集団走行の機会を設け、決められたコース取りを集団で行う
- ・安定した乗車姿勢で継続的にトレーニングができるための補助トレーニングを行う

〈6年生時〉

育成目標：

- ・安全への理解を深め、集団内でのポジションを覚え簡単な戦術を使うことができる
- ・高校生が行う一部のトレーニング種目を一緒に実施することができる

指導内容：

- ・走行中、まわりからの指示を的確に実行できる能力を身に着ける

4. 指導考察

自転車に乗って楽しむ、感じる、覚えることを中心として今年度も「指導者は教え過ぎない」ことを指導の重点ポイントとし、加えて「安全管理への配慮」を徹底することとした。

「教え過ぎない」ということは非常に時間がかかり指導者としてヤキモキしたり、保護者から「うちの子がすみません」や「なぜもっと丁寧に教えないのか」という意見がある。私たちは「気づきのポイント」を伝え、「ここで待つ」ことがそのキッズ自身の成長につながると思っている。とくに昨今の遠隔授業や遠隔トレーニングではどうだろうか？学校の遠隔授業が行われている中で教員はすべてを教え、手取り足取り伝えることはできない。一部の「気づきのポイント」を伝え、子どもたちはそこから考えることで自分自身の「学び」を見つけるのではないだろうか。この「気づきのポイント」を自分自身で掴める子どもは遠隔授業であってもうまく処



理できていると感じるが、掴めない子どもは勉強をあきらめ、保護者の多くの手助けを必要としていく傾向にあると思う。「気づきのポイント」は人それぞれかもしれないが、小学校高学年は気づきのポイントを見つける時期であり、保護者や指導者はそのポイントを安易に教える、やってしまうことで感覚的な「気づき」、思考的な「気づき」がその後できなくなる、考えなくなる危険性があると私たち考えている。

例えば、コーン拾い。片手で自転車を操作する。車上でのバランスに加え、クランクの位置も考える。手だけでは届かない。重心を拾いたい側に持っていく。カウンターバランスを取るために反対方向に自転車を向ける。手を地面近くに持っていくことで肩が下がり身体を自転車で丸めるといった動きにつながる。転ぶときに咄嗟にハンドルから手を放さずに身体を丸め、肩から背中を付き転ぶとケガが少ないといったことにもつながる。考えてみれば簡単なことでも、自転車の上で身体と思考が感じて動かなければならない多くの情報が詰まっている。単純で誰もができそうなコーン拾いではあるが「気づき」が必要な部分は多く含まれている。実際に練習中にできなかったことを自宅で繰り返し練習しできるようになったキッズは次の課題も自分なりに考えて行動する。ただし保護者に「きつく指示されて、泣きながら練習したキッズ」ではなく、「自分で考えて自分から練習し、「気づき」があったキッズ」に限りませんが・・・「やってもできないからチャレンジしない」「教えてくれない」と嘆くのではなく、「チャレンジを続ければ、いつかできるようになる」「できなければ、聞く、他人を観察する」「できるためにはどうしたらいいのか」といったポジティブな考えを高めること、そのような思考回路に変えることが今後の豊かな競技者への一歩となるだろう。

COVID-19の影響により、思うような指導計画が立てられない中でも各自が自宅で実施できることを考え、今年度も基本的な身体運動の一つである「走る」動作に重点を置いた。走る動作は持久力の向上はもとより、足裏接地の感覚、腕の振りと脚の運びといった四肢の協調が重要になってくる。持久力が優れていることは多くのトレーニングを実施できる、集中できる能力に繋がるだろうし、足裏の感覚、四肢の協調は全身のコーディネーションに繋がってくる。

このスーパーキッズの時期は自転車競技における発育発達の見点からみれば、専門的な技術よりも全身のコーディネーションに重点を置く指導を心がけなければならない歴年齢時期でもある。私たちは「走る」、「跳ぶ」、「這う」とった四肢のコーディネーションを中心に基礎的なトレーニングを多く行ってきた。これらの指導はキッズたちが高校生もしくは大学生となり、自転車競技に関する専門的な知識・技術獲得が本格的に必要なとき、そのデリバレット・プラクティス（10,000時間、10年間）に耐える身体能力の基礎、考え方を現段階から教えることが効果的に競技力を伸ばしていくと思われるといった意図も含まれている。

時代によって指導内容や方法論は異なってきたが、指導内容を容易に理解・獲得できる基礎的な理解力や運動能力、栄養学的知識をこの時期に身につけることができないと筋力に頼り、同じ身体の一部だけを酷使し、ケガを繰り返すアスリートとなってしまう可能性がある。私たちは、このスーパーキッズたちに専門的な早期教育の多く行わず、優れた小学生の自転車競技選手ではなく、身体が丈夫でスポーツ万能な子どもとして成長を続けられる基礎的な運動能力の一部を自転車競技から培ってほしいと願っている。

今後も私たちはキッズたちの成長・成果を自転車競技の専門的な技術の獲得、競技会での順位のみで判断しないように、心がけなければならないだろう。また個性豊かな参加者数が増え、指導者はさらに安全への配慮を徹底しなければならないことも事実であった。

5. 今後の課題・次年度への取り組み

今年度もまたCOVID-19の影響により、多くのことに制限が設けられた。参加を予定していた競技会の中止、トレーニング施設の閉鎖など苦勞が絶えない1年であった。一方で赤城山を中心にサイクリングイベントを開催、参加することやオンラインビデオ会議システムを用いた遠隔練習会を開催した。このような新たな試みはCOVID-19が収束してからも続けて行こうと思える内容であり、ビデオ会議システムは遠方に居住しているキッズが平日に無理なく一部のトレーニングに参加できるきっかけづくりになるのではないかと考えられた。今後はさらに保護者を対象とした食育、睡眠、けがの予防等スポーツ選手の保護者として必要となる情報提供も積極的に実施していきたい。

7年後に国民体育大会が群馬県開催予定とされる中で、現在のキッズたちは高校生・大学生となり「チームぐんま」を牽引していく世代でもある。彼らが優秀な選手として結果を残すだけではなく、その後も群馬県内のスポーツ発展のために活躍できるような人間としての育成にも取り組んでいかなければならないだろう。そのためには安全、栄養、身体のケアに関する指導を徹底し、事故やケガをしないことを徹底しなければならない。



最後に練習施設までの送り迎えや自転車の整備、サイクリング時の同伴などにご協力いただいた保護者の方々、我々のいたらない指導ぶりにイライラしながらも温かく見守り続けてくれた保護者の方々に感謝いたします。また、施設利用に関して多大なるご配慮を賜りました前橋市ならびに群馬サイクルスポーツセンター様に感謝いたします。１年間、ありがとうございました。

一部の5, 6年生が招待参加した「赤城山1周ライド」の記事です。

[https://www.cyclowired.jp/lifenews/node/357586?
fbclid=IwAR1lylPnyDFjX_-KGkYDJZa-_hIQz9J-CIPavAjs3UMwKQleMkO2nKU2RQ](https://www.cyclowired.jp/lifenews/node/357586?fbclid=IwAR1lylPnyDFjX_-KGkYDJZa-_hIQz9J-CIPavAjs3UMwKQleMkO2nKU2RQ)

[https://cycle-concierge.jp/archives/6971?
fbclid=IwAR2YyC36FFE5HTHWND4knXXmnV5nXYvfSKShdAi8ZWxwrCP7pKrZLpwjQac](https://cycle-concierge.jp/archives/6971?fbclid=IwAR2YyC36FFE5HTHWND4knXXmnV5nXYvfSKShdAi8ZWxwrCP7pKrZLpwjQac)

6. キッズ卒業生の活躍

1 期生 松村 拓弥くん (所属：群馬県自転車競技連盟)

第27回 全日本自転車競技選手権大会シクロクロス 男子U15 2位

佐藤 孝之

参加者の声

続けることの大切さ

青山 栞南

今年度も、新型コロナウイルスが収まらないため、グリーンドームや岩神緑地での練習に参加できない日が多くなり、ズームで筋トレなどをがんばりました。

11月くらいから練習に行けるようになり、たくさん自転車に乗れて楽しかったです。

四年生から始めたスーパーキッズを六年生の最後まで続けることが大切だと思うので、練習に参加できる日は精一杯がんばりました。三年間続けたことを中学校で生かしたいです。

三年間を通して

金井 新汰

ぼくは、ぐんまスーパーキッズ自転車競技を始めて二年と六ヶ月ほどたちました。

ぼくは、今まで練習をほとんど休まず、参加する事が出来ました。そのおかげで、出来なかった事が出来るようになり、少し自分に自信が持てるようになりました。自転車をはじめ、継続する大切さを学ぶ事が出来ました。

これからも、何事にも継続して努力して行きたいと思います。

三年間をふり返って

関口 裕太

自転車競技を始めてからあっという間の三年間でした。コーン拾いやローラーなど、いろいろ出来るようになりました。

グリーンドームでは、競技用の自転車でコースを走ることができたり、赤城山の100キロのサイクリングも完走することができました。

これからも自転車を続けていくために練習をがんばろうと思います。

一つ一つの動きを大切に

坂本 甫

ぼくは、緑地のコースになるアップダウンの道は、うでを使うことで速くなると先生に教わった。その動きを意識して練習を続けた結果、自分でも速くなったと、実感した。100kmライドの時もうでを使う動きは役立った。手押し車や、かえる跳び等自転車に関係の無いと思っていた動きも、深い関わりがあることを知った。このことから、一つ一つの動きを理解して取り組み、練習を続けていきたい。そして、もっとうまく自転車に乗りたい。

自ら行う大切さ

小林 咲斗

私は、今までランニングに自主練として取り組んできました。絶対に一週間に二回以上走るという目標を決めて、父といっしょに走っていました。あまり走りたくない日も、父がさそってくれるので走る事ができました。しかし、父が忙しくなると、自ら行こうとする気持ちもわからず、さそってくれるひともいないので目標が達成できなくなりました。この時に、自ら行う大切さを感じました。練習でも、自分で考えて行動していきたいです。

一年ふり返って

吉田 悠耶

一年ふり返って頑張ったことは、赤城サイクリングで、100キロを走りきったことです。

特に頑張ったことは、みんなに、ついていくことです。

走り始める前は6年生についていけるのか心配だったのですが、きちんと6年生について行けたので、良かったです。

これから、何事にもすばやく行動出来る様に意識したいです。

サイクリング

佐藤 壮介

ぼくは、11月に、サイクリングにいきました。前橋公園から、赤城神社をとって、前橋公園まではりました。4年生がと中からはいつてきて、そこからだんだん、さかが、きつくなってきました。4年生のときは、赤城神社のと中までいったけど、5年生になったら赤城神社にいけました。休憩所の、前から、先生に、おしてもらったので赤城神社までいけました。6年生になったら、先生に、おしてもらわずに赤城神社まで登りたいです。

スーパーキッズに入って

齋藤 灯

わたしが、スーパーキッズに入って思ったことは、二つあります。

まず、大好きな自転車に乗れたり、自転車以外に走ったり、ペアになってトレーニングをするから、楽しいです。

そして、始めたころは、たくさん走る事がなれてなくて、とても大変でした。しかし、半年たってだんだんなれてきました。

これからも、一生けんめい練習をがんばります。

自転車部に入って

大竹 結心

私は自転車で速くなりたいと思ってスーパーキッズに挑戦しました。練習では自転車の事だけでなく、走ったり筋力アップなど色々な練習をします。最初は全くできなかった自転車に乗りながらコーンをひろう事ができた時、とても嬉しかったです。コーチは色々なかだいを出してくれるので絶対できるようにになりたいと思います。これから基本的なことをしっかりがんばって、自転車が上達するように努力したいと思っています。

ずっと続けたい!!

笹澤 大希

ぼくは、印象に残ったことが二つあります。
一つ目は、走ることに自信を持てたことです。日々の練習でたくさん走ったので、少し足が速くなった気がします。学校の持久走大会では、結果は二位でしたが、『今年は一位になるぞ』、と自信を持っていました。
二つ目は、コーン拾いです。最初はうまくできませんでした。たくさん練習してできるようになった時は、とてもうれしかったです。
これからも、努力を続けていきたいです。

スーパーキッズに入って

松井 零

ぼくは試験をうけにいきました。とてもきんちょうしていました。他の子はすごい子ばかりでした。試験をうけ終わったあとほっとしました。試験にうかったときはうれしかったです。スーパーキッズが始まってからランニングやポールひろいをしていくうちに自転車に乗ることがもっと好きになっていきました。これからも、先生の言うことをよく聞いて、ランニングや自転車の練習などをしていきたいと思いました。

四年生になって

高柳 伊生

ぼくはスーパーキッズになってがんばったことがいっぱいあります。
一つはコーン拾いです。始めは出来なかったけれどペットボトルを使い自主練をしました。毎日続け出来るようになりました。コーン拾いが出来たら次のメニューに参加できるので自主練して良かったです。
そしてランニングもがんばりました。それにより持久走大会で目ひょうが達成できたのでうれしかったです。

一年で変わったこと

永山 寛季

ぼくがはじめてぐんまスーパーキッズにはいったときは、コースでの走りやコーンキャッチなど今までやった事がなくてできなかったけど、先生が何度も教えてくれたのと、一しょにがんばる友達ができたおかげで、少しずつできるようになりました。
おどろいたことは、大会に出て入賞できなかったのがくやしくてないたことです。どうせぼくなんてできないんだ、と思わなくなったことが、一番変わったところです。

35kmライド

鳥飼 泰斗

ぼくはきんちょうしました。道路を通ったり、坂道を走るのは大変だと思いました。最後まで走れるのか心配でした。
自転車走ると寒くて足がふるえたけど坂を登ると体が温まってきました。最後の細い道はタイヤがすべりそうでした。でも道で自転車を走るのは楽しかったです。
自分が35km走れてこんなに成長してるとは思いませんでした。うれしかったです。

スーパーキッズをふり返り

富岡 紗由莉

あっという間に過ぎてしまった2年間。6年生になり最後の年。残りわずか。一番記おくに残ったのは、100kmロード。軽い気持ちでやっていたら、考えていたよりキツかった。自分の力だけで走り続ける事もできず、完走もできなかった。情けなかったし、悔しかった。「これが自分の2年間だぞ」と言われハッとした。ふり返れば全力で練習できず悔いの残る事ばかり。これからは、ここで学んだ事や経験した事を忘れずに頑張りたいです。

スーパーキッズに参加して

荒木 陽向

ぼくが、ぐんまスーパーキッズプロジェクトに参加して楽しかったことを、書きます。
一番楽しかったことは、前橋C X大会にでたことです。でも六年のときは、ズッコケてまけてしまったのですごくやしかったです。なので来年またがんばりたいです。
そのためにできるだけランニングをがんばりたいです。

馬 術



開 始 式

期 日 令和3年7月3日(土)
場 所 群馬県馬事公苑
時 間 11:00~12:00
出席者 北村正人 理事長、青木 孝 理事、笛木元之 理事

活動の様子

活動実績表（活動日数27日）

	4月		5月		6月		7月		8月		9月		10月		11月		12月		1月		2月		3月	
	曜日	活動日	曜日	活動日	曜日	活動日	曜日	活動日	曜日	活動日	曜日	活動日	曜日	活動日	曜日	活動日	曜日	活動日	曜日	活動日	曜日	活動日	曜日	活動日
1	木		土	○	火		木		日		水		金		月		水		土		火		火	
2	金		日		水		金		月		木		土	○	火		木		日		水		水	
3	土	○	月		木		土	開講式	火		金		日		水		金		月		木		木	
4	日		火		金		日		水		土	中止	月		木		土	○	火		金		金	
5	月		水		土	中止	月		木		日		火		金		日		水		土	中止	土	中止
6	火		木		日		火		金		月		水		土	○	月		木		日		日	
7	水		金		月		水		土	○	火		木		日		火		金		月		月	
8	木		土	中止	火		木		日		水		金		月		水		土	○	火		火	
9	金		日		水		金		月		木		土	○	火		木		日		水		水	
10	土	○	月		木		土	○	火		金		日		水		金		月		木		木	
11	日		火		金		日		水		土	中止	月		木		土	○	火		金		金	
12	月		水		土	中止	月		木		日		火		金		日		水		土	中止	土	○
13	火		木		日		火		金		月		水		土	○	月		木		日		日	
14	水		金		月		水		土	中止	火		木		日		火		金		月		月	
15	木		土	中止	火		木		日		水		金		月		水		土	中止	火		火	
16	金		日		水		金		月		木		土	○	火		木		日		水		水	
17	土	○	月		木		土	○	火		金		日		水		金		月		木		木	
18	日		火		金		日		水		土	中止	月		木		土	○	火		金		金	
19	月		水		土	中止	月		木		日		火		金		日		水		土	中止	土	○
20	火		木		日		火		金		月		水		土	○	月		木		日		日	
21	水		金		月		水		土	中止	火		木		日		火		金		月		月	
22	木		土	中止	火		木		日		水		金		月		水		土	中止	火		火	
23	金		日		水		金		月		木		土	○	火		木		日		水		水	
24	土	○	月		木		土	○	火		金		日		水		金		月		木		木	
25	日		火		金		日		水		土	中止	月		木		土	○	火		金		金	
26	月		水		土	国体関プロ	月		木		日		火		金		日		水		土	中止	土	○修了式
27	火		木		日	国体関プロ	火		金		月		水		土	○	月		木		日		日	
28	水		金		月		水		土	中止	火		木		日		火		金		月		月	
29	木	キッズ 選考会	土	中止	火		木		日		水		金		月		水		土	中止			火	
30	金		日		水		金		月		木		土	○	火		木		日				水	
31			月				土	○	火				日				金		月				木	
活動日数	4日		1日		0日		4日		1日		0日		5日		4日		4日		1日		0日		3日	

活動状況と成果

1. 活動概要

- 活動場所：群馬県馬事公苑（前橋市富士見町）が拠点
- 指導者：①馬事公苑指導職員
②県馬術連盟役員（指導員の有資格者等）
- 内容：①騎乗練習
②馬術や馬に関する座学（4年生時）
- 活動日：毎週土曜日（予定）を中心とした週1日程度の活動
- 活動時間：4年生は9：00～9：45（予定）
- 活動の流れ：馬装→班別騎乗練習→馬の手入れ→座学、乗馬日誌記入 等
- その他：乗馬日誌を必ず記載し、短中長期の目標、練習内容、感想等を記載。
また、各乗馬クラブ等での個別練習も奨励

2. 指導理念

①人間性の育成

「立派な馬乗りになるには、立派な人間でなければならない」。子供のうちから、あいさつや返事、礼儀正しさ、整理整頓、時間厳守、相手を思いやる心などを身に付けて、大人になって立派な社会人となって社会に出てもらいたい。馬術という競技は、生き物を相手にし、お互いが信頼しあい、調和した（人馬一体）ものでなければ活躍出来ないスポーツである。

②奥深いスポーツを楽しむ

かつてはオリンピックの最終日、閉会式が行われるメインスタジアムで実施された「馬術」競技は、歴史と伝統のあるスポーツとして世界中で楽しまれています。馬は、車や機械などと異なり、アクセルやハンドルの操作をすれば動くのではなく、騎乗した時に馬からの動きや感覚を人間が察知し、瞬時に対応しなければ馬は動きません。自然の中で伸び伸びと馬と共に優勝を目指す、老若男女を問わない、奥深いスポーツを楽しんでももらいたいと思います。

3. 指導内容（育成目標・指導内容等）

〈4年生〉

育成目標：馬術の基礎、3種の歩様（常歩、速歩、駆歩）を会得

指導内容：馬に馴れること。乗馬の3種の歩様を会得。騎乗する以外に馬の手入れ、厩舎掃除などを覚える。

馬術の基礎知識（騎乗技術、馬に関する知識、馬の飼育など）の取得。ジムカーナ程度の競技出場。

〈5年生〉

育成目標：初級の競技会出場

指導内容：引き続き馬に馴れること。駆歩までの歩様がスムーズにできる。馬をコントロールできる。

A1課目の馬場馬術の経路を踏める。障害飛越を始める。

〈6年生〉

育成目標：競技会出場

指導内容：3種の歩様を騎乗者の意図でコントロールできる（リズム、バランス、推進力、半減却扶助、ハミ受けなど）。

低障害の経路飛越ができる。A3課目までの馬場馬術の経路を踏める。



【県大会で表彰されるキッズたち】



【上級生が下級生を指導】

4. 指導考察

馬術がスーパーキッズ事業に参加させていただき5年目となり、スタッフもこの事業に慣れてきました。今年も、馬術の受講希望者が多く、たいへんありがたいことです。

欧米などでは馬術は盛んですが、日本はまだマイナーな競技であり、かつては昭和7年のロサンゼルスオリンピックで西大尉とウラヌス号が金メダルを取ったことがありますが、まだまだ世界は遠いのですが、2020東京オリンピックでは、群馬県で特別コーチをお願いしている福島大輔選手が6位入賞するなど活躍し、確実に日本のレベルは上がっています。

ところで、なぜ、馬術という競技がオリンピックの種目にあるのか？なぜ、人類の歴史、生活の中で「馬に乗る」ということが必要であったのか？

馬車や人を乗せる「運搬のため」、武士や軍隊の「戦いのため」、田畑を耕す「農耕のため」、馬は人間社会にはなくてはならない存在でした。

近代では競馬のために多くの馬が生産されています。いずれの目的にせよ、いずれの時代にせよ、馬を必要とする人間は常に馬のことを考え、その能力を最大限発揮できるよう我が子のように大切に扱ってきたと思います。

「泳ぐ」ことを競う水泳競技、「走る」ことを競う陸上競技、「滑る」ことを競うスキー、スケート競技、「馬に乗る」ということを競う馬術競技。Ridingとは馬に乗るという意味です。

フィギュアスケートの荒川静香さんやキム・ヨナさんなどが金メダルを取った時の「滑り」を思い出してください。回転の大技ではなく、スケーティング＝「滑る」技術の美しさを観たと思います。それと同じように馬術もライディング＝「乗る」技術の美しさを追求するのに限界はありません。馬の持つ「力強さ（馬力）」とそこから生み出される「美しさ」を競うのが馬術競技なのです。

今後は、2巡目の地元国体群馬開催などに向けて、馬術もそれに応えられるようジュニアの育成をはじめ、強化対策を実施していきます。

さて、馬術のスーパーキッズでの特徴として、

- ①キッズ同士の仲が良いこと（お母さんなどの仲も良い）
- ②運動基礎能力の優れている子供たちのため、全員の姿勢が良いこと（馬に乗るには背筋が伸びた姿勢が第一です）
- ③騎乗技術や座学における吸収力が高いこと。

これらが挙げられます。

4年前に始めたキッズたちも中学生となり、県大会などで入賞し、大活躍しています。なによりも目が生き生きしています。

5. 今後の課題・次年度への取り組み

どの競技でも言えることですが、特に馬術競技を行うにあたっては、「馬に乗れるようになるには簡単ではない」ということです。そのためには、「継続」して「馬に多く乗る」ことです。騎乗して馬から伝わってくる感覚を体で覚えるのです。まず、黙って100回（鞍）乗る。最初は辛抱です。これを超えたら更に乗馬が楽しくなります。

（今後の課題）

- ①各個人練習の奨励とキッズが継続して騎乗機会が増えるように支援
- ②限られた予算の中で、効率良い練習方法の検討
- ③スーパーキッズを卒業して中学生になってからの騎乗機会の検討
- ④指導者（騎乗練習、講義）の安定的確保

（次年度への取組）

次年度に新たにキッズが入ることで、今のキッズも先輩となり、皆楽しみにしてます。また、下級生の面倒をよく見てくれます。次年度も基本的には継続して実施しますが、予算や指導者の関係、そして新型コロナの感染状況により単純に今年の内容を継続することはできませんので、練習の日程を組み替えるなど対応していきたいと思います。

笛木 元之



【講義の様子】



【元気に明るくやっています】

参加者の声

最後の年

中島 蒼馬

スーパーキッズ最後の年となりました。コロナの影響で県大会ができなくなってしまい残念でしたが、県外大会などに出場できとてもうれしかったです。

スーパーキッズを通して、人とよく話せるようになり、たくさんの馬に乗りました。

あと少しの期間だけ楽しんで馬に乗りたいです。

これまでの成長

手島 咲姫

私は、今年四・五年生とたくさん話すことを目標としました。五年生とは話せるが、四年生とはあまり話すことができなかったです。だが手入れを手伝って話しをつくり目標に近くなるようになりました。また、六年生になり難しい馬に乗るようになりました。最初のころは動かすことや手入れが難しい馬もいたが、ねばり強くその馬一馬ずつ向き合い少しずつ難しさが消えていきました。私はスーパーキッズは貴重なけいけんだと思いました。

全日本ジュニアで

佐藤 真悠子

私は、今年も昨年に続いて全日本ジュニアに出場することができました。二頭出でしたが、最初の一頭は思うように動かせず、点数はかなり低くなってしまいました。続く二頭目、ミスが多くて、あまりよくありませんでした。悔しがっていたその時、点数が発表されておどろきました。結果は16位で決勝進出。目標だったので、とてもうれしかったです。

決勝では自己ベストも出せたので、来年はさらに上をねらってみたいです。

学んだこと

齋藤 かあな

私はこのスーパーキッズで初めて、馬に乗った。初めて乗った時、思っていたよりずっと高くておどろいたのをおぼえている。週に一回、三年間乗ってきて、少しずつ上達しているのが自分でも分かる。三年間やってきたなかでたくさんのことを学んだ。その中の一つが次の人への思いやりだ。次の人がつかうのに、どうしたら使いやすいか、を学んだ。乗長ででも、他の事ででも、ここで学んだことを生かしていきたい。

三年間で覚えたこと

稲村 遥香

私は、スーパーキッズで初めて馬術をしました。馬術を三年間やって馬のことや馬の乗り方、道具の名前などいろんなことを教えてもらいながら、馬に乗るのにも少しずつ慣れてきて、乗れるようにもなってきた楽しかったです。もうすぐスーパーキッズの活動が終わってしまうけれど覚えたことを大切にしていきたいと思いました。

楽しい乗馬

須藤 晟太

ぼくは、一年生から乗馬を習っています。五年生になってから、駈歩や障害を始めました。外側の脚を使って指示を出すと、馬が駈歩をしてくれます。最初は指示が出せなくて何度も練習しました。障害も初めはとてもこわかったです。でも今は、だんだん飛ぶのが楽しくなってきました。ぼくは、これからスーパーキッズで駈歩や障害をどんどんうまくなりたいです。

一日の大切さ

平野 葵生

新型コロナウイルスの影響で、昨年度四年生としてスタートできたのが十二月。その後も何度か活動が止まってしまう、実際まだ一年くらいしか、全体で取り組めていません。それでも、あっという間に五年生が終わりようとしています。大会にも参加できずとても残念です。だからこそ、一日を大切に、スーパーキッズとして活動できる最後の一年間を、充実させていきたいです。最上級生として、責任を持って取り組めるよう頑張ります。

今までと、これから

山本 旺佑

ぼくは、前より出来るようになったことと、これからがんばりたいことがあります。

前より出来るようになったことは、かけ足で、おしりをあまりうごかさずに乗ることです。五年生の最初ぐらいの時は、どうしてもおしりがういてしまうときが、ありました。でも、だんだん前よりつかなくなりました。これからもっとうかないようにがんばりたいです。

これからは、かみにこわがらない、強い意思を持てると思います。

先生への感謝

長翁 香帆

私は、馬術に夢中です。馬に乗る時は集中して、馬の動きや自分のしせいそして、先生の指示に耳をかたむけて、馬を動かしています。ほどよい、きんちょう感が私の心をおどらせます。毎回、乗るたびに先生が新たな課題にちょう戦させてくれます。出来るまで、練習をして必ず成功させてくれるので、先生への感謝の気持ちでいっぱいになります。これから、たくさん練習をして、もっと上達していきたいです。

一年を振り返って

土屋 皆実

私がスーパーキッズに参加して、一年が経ちました。最初は何も知らなくて、何も出来ませんでした。しかし、馬や先生や先ばいは、私にたくさんの事を教えてくれました。そして、私はどうしても叶えたい夢が出来ました。馬は私にとって、なくてはならない存在になりました。

馬や先生、先ばいや友達、応援してくれる人達に感謝して、これからも夢に向かって、馬と一緒に一歩ずつ歩んで行きたいです。

五年生になって

小林 董

私が五年生になってから、ぜんし回転や駈歩、巻乗りなどをすることが多くなりました。最初はどうすればよいかわからず、先生にたくさん注意されたり、上手にできないことばかりでした。でも、先生のアドバイスを聞いているうちに、だんだん動きになれてきて、少しずつできるようになりました。もうすぐ六年生が卒業してしまっ、五年生が六年生になります。馬装に関しても、六年生にたよらずに自分でできるようになりたいです。

今年の目標

今多 花奏

私が、今年目標にしたいことはまず、馬のそれぞれの特ちょうを覚えることです。名前は覚えることができたのですが、いったん活動がとまってしまうことがあったので、これからは馬をよく観察しようと思いました。

私が少し心配だったことは、私たちが五年生になり四年生に教えることです。前は教わるがわだったので覚えることに集中すれば良かったけど教えるのに集中しなければいけなかったけどけっこう大丈夫でした。六年生になったらもっと上達していきたいです。

五年生になって

白石 歩海

五年生になってから、馬のいろいろなことがわかるようになりました。ほとんどの馬の馬そうもしっかりできるようになりました。前よりも、もっと馬が好きになりました。

四年生のときは、五年生や、六年生に、ずっとおしえてもらったり、手伝ってもらったことが多かったです。でも、今は四年生をリードすることができるようになりました。

昨年は、大会に出られなかったけど、今年は、大会に出て、挑戦したいです。

今年をふりかえって

三浦 唯楓

5年生になりいろいろなことがありました。うれしかったこともあれば、くやしかったこともたくさんありました。その中でも、一番心に残った出来事は、県外大会に出て入賞できた事です。初めは、軽速歩もまともにできなかった自分が、一生けん命練習して大会に出ることができました。また、新しい4年生も入ってきたので、自分が先輩達にやさしくたくさんのことを教えてもらったように、自分もそんなふうにできたらいいと思います。

スーパーキッズに入って

茂木 希実

スーパーキッズ馬術競技をやってみて、四年生のときと馬の見方が変わったと実感します。まず、四年生のときは馬はかわいくて、とても細かいことはよくわかりませんでした。でも、今は金曜日になると、明日は馬にも友達にも会えると思って、スーパーキッズは心の支えになっています。最近、早く起きて四年生の手伝いをしています。私は早起きがにがてですが、キッズがあるとすぐ起きられます。スーパーキッズに入ってよかったです。

目標

横塚 悠李

ぼくが乗馬を始めたきっかけは、乗馬体験をした時に、馬が指示を聞いてくれてうれしかったからです。それで馬の事をもっと知りたいと思いました。スーパーキッズの練習では、始めた時に比べると先生の指どうのおかげで、姿勢が良くなった。そして、馬の動きに合わせられるようになって軽速足が上達したと思う。次は、かけ足をかんぺきにできるようにする。これから新しい四年生が入ってくるので、上級生に教えてもらった事を今度はぼくたちが教えて、一しょに乗馬を楽しみたいです。

初めての乗馬

松井 丈

ぼくは、スーパーキッズに入って、初めて乗馬をしました。

乗馬の座学でもらった、「乗馬上達のコツ50」という本をもらって、家に帰ってからDVDを見ました。最初はかんたんだと思ったけれど、やってみると、とてもむずかしくて、おどろきました。もっと上達できるように、馬のことを勉強をして、もっと楽しくできるようにがんばりたいです。

今までをふりかえって

角田 真啓

自分は乗馬を始めて、五年たって今年新しい練習でけい馬の練習も始めましたがうまくいかずでも乗馬のほうが好きです。今年になって、乗馬を始めて約六年になって今年は県外の大会で大きなせいせきをあげたいです。これからいろいろなことにちょうせんしてうでをあげて未来の群馬のこくたいにでてせいせきをのこしたいです。これで終わりです。

スーパーキッズを始めて

村上 大祐

ぼくはスーパーキッズを始めてよかったと思います。なぜかという最初はちょっとこわかったけどやってみたらとっても楽しかったからです。とくに楽しかったところは馬が自分のいっている言葉をきいてくれるところなんです。そうゆうときは、自分と馬が心をつなげた感じがしてとってもうれしくてたのしいです。なのでこれからも馬と心をつなげて馬術を続けたいです。

乗馬を始めて

塚田 侑希

私がスーパーキッズで馬術をえらんだのは、しょう来じゅう医になりたいと思った所からでした。

最初はあまりうまくできなかったけれど、先生や先輩たちがやさしく教えてくれて私は少しずつ上手になったと思っています。まだこわい所があったり勉強する事がたくさんありますが、来年入ってくる四年生にやさしく教えられるように、そして自分も上達できるようにこれからも練習をがんばりたいです。

二〇二二年目標

岡本 牡丹

念願の馬術のスーパーキッズになることが出来てとてもうれしく思っています。

二〇二一年には、かなわなかった公式の大会や、馬に関するイベントなどを多く見学したり、鞍数をふやしたいと思います。

乗馬クラブにも所属して、三月に行う予定のジムカーナに出場したいと思います。

まだまだ、馬装や手入れがうまく出来ないので手早く出来るように努力します。

これからもっと練習します。

乗馬を始めて

中じま 麻朝

私は動物が好きなのでスーパーキッズの馬術にえらばれてとてもうれしかったです。練習では、馬に乗るだけでなく、馬そうや世話などやる事がたくさんあります。まだなれない所があって今は、先ばいや、先生たちに手伝ってもらっています。馬に乗るとすがすがしい気持ちになります。これからもたくさん馬に乗ってもっと上手になりたいです。そして、五年生になったら一人で馬そうができるようになりたいです。

うけついでいてほしいこと

さいとう 瑠美桂

私は、スーパーキッズを始めて気付いたことがありました。それは乗ることも大事だけど仲間と協力し合うということです。わからないところは、友達に聞いたり、いっしょに考えたりします。例えば、ばそうのやり方などがわからない時、友達が、教えてくれました。そんな四年生のいいところを次の四年生にもうけついでいてほしいです。もう五年生になって四年生のお手本になるのががんばりたいと思います。

始めて馬にのった感想

今井 美和

私が始めて馬にのった時、とても高くて、すごくきんちょうしました。おちたりかまれたりしそだったのもあまり思うようにいかなかったし、ばそうなどは、わけがわからなかったです。こわいという気持ちもありつつ、少しずつたのしいと思う気持ちがふえてきました。

馬はとても高くてこわいと思う人もいるかもしれないけれど、私はとてもたのしいと思います。これから馬術に力を入れていきます。

初めてやってみて

山崎 千瑞

わたしは、スーパーキッズに入り、馬術のことをたくさん知りました。馬のことも色々知れました。

馬に乗ってみて初めに感じたことは、「思ってたより速くてびっくりした。」ということです。馬は、見ているよりのったほうがはく力があっておもしろいです。

これからも、どの馬とも仲良くなり、馬装などを積極的にすることを意識してがんばります。

スポーツクライミング



活動の様子

活動実績表（活動日数57日）

	4月		5月		6月		7月		8月		9月		10月		11月		12月		1月		2月		3月	
	曜日	活動日	曜日	活動日	曜日	活動日	曜日	活動日	曜日	活動日	曜日	活動日	曜日	活動日	曜日	活動日	曜日	活動日	曜日	活動日	曜日	活動日	曜日	活動日
1	木		土	○	火		木		日		水		金	○	月		水		土		火		火	
2	金	○	日		水		金		月		木		土	○	火		木		日		水		水	
3	土	○	月		木		土	○	火		金		日		水		金	○	月		木		木	
4	日		火		金		日	○	水		土		月		木		土		火	○	金		金	○
5	月		水		土	○	月		木		日		火		金	○	日		水	○	土		土	
6	火		木		日		火		金		月		水	○	土		月		木		日		日	
7	水		金		月		水	○	土	○	火		木		日	○	火		金	○	月		月	
8	木		土	○	火		木		日		水		金		月		水		土	○	火		火	
9	金	○	日		水		金		月		木		土		火		木		日		水		水	
10	土	○	月		木		土	○	火		金		日		水		金		月		木		木	
11	日		火		金		日		水		土		月		木		土	○	火		金		金	○
12	月		水		土		月		木		日		火		金	○	日		水		土		土	○
13	火		木		日		火		金		月		水		土		月		木		日		日	
14	水		金		月		水		土	○	火		木		日		火		金	○	月		月	
15	木		土	○	火		木		日		水		金		月		水	○	土		火		火	
16	金		日		水		金	○	月		木		土		火		木		日		水		水	○
17	土		月		木		土	○	火		金		日		水	○	金		月		木		木	
18	日		火		金		日		水		土		月		木		土		火		金	○	金	
19	月		水		土		月		木		日		火		金		日		水		土	○	土	○
20	火		木		日		火		金		月		水		土		月		木		日		日	
21	水		金		月		水		土		火		木		日		火		金	○	月		月	
22	木		土	○	火		木		日		水		金	○	月		水		土	○	火		火	
23	金	○	日		水	○	金	○	月		木		土		火		木		日		水		水	
24	土	○	月		木		土	○	火		金		日		水		金	○	月		木		木	
25	日		火		金		日		水		土		月		木		土		火		金	○	金	○
26	月		水		土	○	月		木		日		火		金		日		水		土	○	土	
27	火		木		日		火		金		月		水		土	○	月		木		日		日	
28	水		金		月		水		土		火		木		日		火		金		月		月	
29	木		土		火		木		日		水		金	○	月		水		土				火	
30	金	○	日		水		金	○	月		木		土		火		木		日				水	
31			月				土	○	火				日				金		月				木	
活動日数			7日				4日		3日		10日		2日		0日		5日		5日		4日		7日	
																							4日	
																							6日	

活動状況と成果

指導者の報告

1. 活動概要

2021年6月26日に高崎のクライミングジムGooFeeで三期生認定式を行った。

三期生は、ボルダリング経験者の技量を見ながらリードクライミングの基礎技術習得、未経験者はボルダリング基礎から始め一定レベルまで習得できたらリードクライミングに進ませた。

全体の活動は、平日夜間及び土曜日にALSOKサブアリーナでのリードクライミングの練習に取り組んだ。

また、夏と秋に模擬競技会を行い各キッズの技量を確認して、競



技に慣れると共にクラス分けを行い指導に生かした。
 模擬競技会はボルダリングとリードの両方をそれぞれ行った。
 本年も感染症対策を実施しながらの練習会となったが、残念なことに県の警戒レベルが高くなった場合には練習を休止した。それでもキッズは感染に注意しながらも自主練習を行い自分のレベルを高めるために努力していた。

2. 指導理念

- ・クライミングにおける安全技術を習得すること
- ・楽しくクライミングすること
- ・個々の素質や能力に応じた指導を目指す

3. 指導内容（育成目標・指導内容等）

- ・各技量ごとに記載

〈初心者〉

- ・クライミングの基礎技術を習得する。
 ホールド（手掛かり足掛かり）の使い方や動き方（ムーブ）を覚える。

〈ボルダリング経験者〉

- ・安全にリードクライミングができるよう、基本的なクライミング動作や技術を身に付ける。ボルダリンググレード5級が登れることをリードクライミングへの移行目安とする。
- ・用具の取り扱い、ロープの結び方、クリップ方法を身に付ける。
- ・保護者が、ビレイ（リードクライミング時のロープ確保）できるよう指導をおこない、個人でもリードクライミングの練習が行えるようになることを狙う。
- ・リードではまず、5.11のレッドポイント（反復練習で登れること）できることを目指す。

〈リード経験者〉

- ・オンサイト（初見で登れること）で5.11を登れるようにする。また、5.12のレッドポイントを目指す。

〈リード上級者〉

- ・オンサイトで5.12を登れるようにする。また、5.13のレッドポイントを目指す。

全員が集合する練習会実施は難しいので、実力に応じたクラス分けをおこなって練習を実施する。

4. 指導考察

・クライミングに必要な能力

与えられた課題を自分の力で解決しなければならない。そのために、手や腕の力を強化するとともに、足のさばき方、重力とのバランス、体の柔軟性が必要となる。また、競技全般を通して登りきる持久力も必要となる。

・イメージ

登るというフィジカルな部分だけでなく、どのように体を動かして登るかというムーブが大切になってくる。実際に登る時は一人で考えていかなければいけないが、練習会では、他の子の登りを見て観察したり、登れる子とその課題について会話して、自分でできるムーブのイメージの気づきを得られるようコミュニケーションができるよう工夫した。



・恐怖感

リードクライミングは高さもあり、ボルダリングと比較すると高さで恐怖感を感じるキッズもいる。そのため自身の能力を発揮できない場合もあり、この点は粘り強く高さに慣れる事と自分の実力に自信を持つことを考慮して指導した。

・模擬競技会

競技会では、各キッズの課題への取り組む姿勢に個性が見られる。積極的にトライする姿勢も見られれば消極的になってしまうのも見受けられた。各個人の様子を観察し指導に活かせるよう、また、競技として意識を高めるとともに自分の能力に気づける場としても模擬競技会を積極的に開催することは意義があると感じている。



5. 今後の課題・次年度への取り組み

・キッズクライミングの指導体制

本年度で3年目を迎え、最初の卒業生を送り出すことになった。

卒業してからの活動を支えて能力が伸ばせるよう支援体制も考えていきたい。

また、本年度の初めての3学年体制の活動結果から反省点を活かして次年度へ活かしていきたい。

本年度の活動に協力していただいた県内ジムやスポーツ協会の皆様、いつもキッズを支えていただいている保護者の皆さんに感謝の意をお伝えして報告いたします。



6. キッズ卒業生の活躍

本年は卒業生はいないが群馬県山岳連盟主催の大会においてキッズが以下の成績を収めた。
(3位以上掲載)

第1回リード小学生群馬カップ(2021.3.15開催 学年は当時)

周東凜帆(小5:1位、総合1位)、黒木ももこ(小5:2位、総合3位)

鈴木優月(小4:1位)、金子旺世(小4:2位)、佐藤飛羽(小4:3位)

第9回ボルダリング群馬カップ

ユースC以下 佐藤飛羽(2位)

2021リード群馬カップ

ユースC以下 黒木ももこ(1位)

第3回リードユース群馬カップ

小学生男子 佐藤飛羽(1位)、清水瑛太・金子旺世(同着3位)

小学生女子 周東凜帆・黒木ももこ(同着1位)、鈴木優月(3位)

また、第7回関東地区小中学生選抜クライミング選手権大会において

佐藤飛羽(4位※決勝進出)、清水瑛太(決勝進出)

黒木ももこ(6位※決勝進出)

の成績を納め、群馬県勢小学生としては4年振りに決勝進出を果たし、3名決勝進出は初となった。

また、2021年度のスポーツクライミング群馬県強化選手に3名が選定された。

周東凜帆(小6)、黒木ももこ(小6)、佐藤飛羽(小5)

参加者の声

三年間をふり返って

磯部 想真

この三年間をふり返って思うのは、あつという間でした。スーパーキッズの試験を受けたときは、合格できるかドキドキしていました。合格が分かった時はほっとしてうれしかったです。四年生の時の練習は、ロープを結ぶ練習から始めました。教えてもらうことが初めてのことばかりでワクワクしました。

今までぼくを育ててくれた先生方に感謝して卒業したいです。

勝負の一年

周東 凜帆

今年私はボルダリングの全国大会で決勝進出し、六位入賞を果たしました。しかし苦手であるリードでは関東大会でも決勝に残ることができませんでした。私は受験があるので関東大会が受験前の最後の大会と決めていました。だから結果を残せなかったことはとても悔しかったです。でもスーパーキッズでも有難いことに大会があり楽しむことができました。今年がスーパーキッズでいられる最後の年なので、できることを楽しみたいです。

3年間を振り返って

大淵 永理

この3年間をふり返って、長かったようであつという間の3年間だったと思います。

途中、コロナでなかなか練習ができず、皆に会えなかったこともあったけど、会えて皆ができるところを見ると、私もがんばろうとはげみになりました。

卒業まであと残り少ないけど、今後につながるよう少しずつでも登る技術をつみかさねていきたいと思います。

最後の年のスーパーキッズ

和田 里子

今年で3年目になりました。最初のころに比べると、だいぶ上達したなと思います。最初のころは、大きなかべを見て、こんな所、登れるかなという不安がありました。けれど今は、不安よりも登ってやるという気持ちが高まりました。ここまで来るまでに、色々なことを乗り越えてきたと思います。ケガをしてしまったり、コロナで緊急事態宣言が出されたりと、練習ができずスランプもあったけど、がんばって乗り越える事ができました。

スーパーキッズでの三年間をふり返って

松澤 咲姫菜

クライミングを始めた四年生の時と比べて登る事が楽しくなって、もっとうまくなりたいと思うようになりました。五年生や四年生が入ってきて私もあんなふうに登れるようになりたい、負けたくないと思ったからです。登る事が楽しくなったのは、友達や先生がいていないにおしえてくれたからだと思います。

オンサイトグレードを上げられるようにオブザベーションをしっかりやる事や、教えてもらった事を頭に入れて登るようにしたいです。

これからに向けて

黒木 ももこ

私は今年でスーパーキッズを卒業します。私はスーパーキッズに入って人生が変わりました。ボルダリングの他にもリードに挑戦し、沢山の大会に出て、沢山の悔しさや喜びを知り、沢山の事を学びました。だから、これからもスーパーキッズで学んだ事を生かし、一期生としてがんばりたいと思います。また、スーパーキッズの3年間で出会った、仲間や良きライバル達を大切に、これからも共にクライミングを続けていきたいと思っています。

楽しかったクライミング

河邊 心邑

私は今年、二回の骨折とつき指など、ケガの多い年でした。足の親指の骨折はシューズがはけるようになるまで時間がかかりましたが、これも良い思い出です。スーパーキッズを通して色々な経験ができました。友達もできたし、外岩体験も楽しかった。オリンピック選手にも会うことができて、きん張したけど感動でした。ボルダリングの楽しさを教えてくれた先生方、関わってくれた家族、お世話になりました。ありがとうございました。

目標に向かって

神山 紗那

私はまず強化選手になることが今の目標です。そのために大きな大会に出たり、ボルダリングでスローパーやランジの苦手種目を中心に練習にはげみました。そのためか、最近ではリードでも11・Cが登れるようになりました。一年前は11・aも登れなかったので自分でもとても成長できたと思います。これからは、12・aを必ず登れるくらい上手になり、目標をたっせいするためにこれからも努力を続けます。

私の成長

塚本 萌生

私は今年度、小学校最高学年になった。気づけば、クライミングを始めて三年がたった。始めたばかりの頃は、完登すらできなかった。しかし今では、色々な課題に挑戦している。なかなかできない課題もあるが、悔しく終わってもいいと思う。

私はスーパーキッズのおかげで成長できた。クライミングでも成長できた。周りにとっては小さい成長だと思うが、私にとっては大きな一歩だ。

金子 旺世

ぼくは、スーパーキッズ1年目の時には、体力がなくてこわさがあり全然、登れなかったので5年生になってお父さんと朝、走ったりボルダリングの先生に教えてもらったキントレをしました。それで少しずつ体力がついてきたと思います。

六年生になるまでこわさをなくしたいです。

今年一年をふり返って

佐藤 飛羽

スーパーキッズに入って良かったなと思いました。なぜかと言うと、アリーナのかべが登り放題だし、みんなでプチコンペもできるから楽しいのでスーパーキッズに入って良かったです。

これからもみんなと楽しく登っていききたいなと思います。

日々の練習

神戸 拓真

ぼくは、色んな事にチャレンジし、自分のかとう性を信じていると思っています。

むずかしいことやにが手なこともチャレンジします。日々の練習は、きそを大事にして、目標をもって、がんばります。

1年をふり返って

今川 蔵人

僕は、四年のスーパーキッズからクライミングを始めました。キッズの練習会やクライミングジム通いを重ね、ボルダリングやリードの大会に出れるようになりました。まだまだ結果をついてきていませんが、これからも日々の練習を重ね、今年は大会の上位入賞や強化選手になれるよう頑張りたいです。

仲間といっしょに

鈴木 優月

わたしは、去年よりもリードをがんばっていきたいです。みんなでいっしょに練習をがんばってリードの大会で上位を目指して一位を取りたいです。今年は、5.12台をたくさんおとせられるようにみんなとがんばっているいろいろなことに挑戦したいです。

リードで11aへ

新田 千晴

私は今まで、リードをこわがっていました。フォールをこわがって、すぐにテンションをしてしまいました。けどだんだんフォールもこわくなくなってきた、リードで高い所も、飛べるようになりました。

私はこれから、リードの練習や大会に積極的に取り組もうと思いました。来年も、今もがんばりたいです。

コロナのせいで...

高野 ゆま

私は、クライミングの試験に受かった時は、とてもうれしかったです。でも、コロナがどんどんひどくなっていくうちに、ジムへの行くきかいがすくなっていました。

そのため、先生から教えてもらったことがぜんぶふっとびました。でもまた、コロナがおち付いてきたら、先生から教えてもらったことを思いだして、たのしくボルダリングをしたいです。

積み重ねる

小柳 舞依

スーパーキッズ二年目をふり返ると、少しずつですが上達できた一年でした。ボルダリングでは、今まで登れることのなかった二級もいくつか登ることができて、うれしかったです。リードでは、5.12a台などにも挑戦できるようになりました。これからの課題は、体力をつけて最後まであきらめずに登ることと、オブザベをよくして途中で迷わないで、登ることです。友達といっしょにさらに強くなっていききたいです。

がんばりたいこと

鈴木 心結

私はクライミングをすることが、好きです。登るのはこわくて大変だけど、目標に向かって登って登りきった時がうれしいからです。でも、今年はコロナやケガでなかなか練習に行くことができずとても残念でした。6年生では最後の年なのでケガをしない様に気を付けて生活をしてたくさん練習をしたいです。まだ登ったことのないカベにたくさんチャレンジしていきたいと思います。

二年目になって

須賀 一花

スーパーキッズのクライミングに入って二年たちますが、コロナのえいきょうで、リードクライミングの練習がなかなかできなかったり、友だちにも会えていないので、上達してなくて悔しい思いをしています。新しく入ってきた三期生も私より上手な人がたくさんいるので、がんばって上達したいです。スーパーキッズで練習できるのも残り1年なのでたくさん技術を覚えたいと思います。

リードを始めて

清水 瑛太

ぼくは、スーパーキッズを始めて、リードクライミングができるようになりました。

お父さんもビレイを山岳会の方に教えてもらって、ひとりですることができるようになりました。スーパーキッズのおかげで、群馬県代表でリードクライミングの大会にでて、決勝にも出られました。決勝の成績は、あまりよくなかったですが、ぼくにとってすごくいい経験が、できました。もっと練習して、いい成績が残せるようにがんばります。

リード

吉岡 尊登

ぼくは、スーパーキッズに入ってリードをはじめてできました。リードをやってクライミングにはボルダーのほかにもこんなにたのしいものがあるとしてうれしかったです。

スーパーキッズに入ってもう一つたのしいことがあります。それは、強い子やおもしろい子などいろんな人とお話したり、考えたりするのたのしかったです。

ぼくは、クライミングのみりよくをしれました。それはスーパーキッズのおかげです。

挑戦

宮川 かいり

今までは「楽しく登る」が目標だったけどスーパーキッズに合格して沢山の人に出会い上手に登るのを見ているうちに「僕もあんな風にもっと上手に登れるようになりたい」にかわりました。夏休みは毎日ジムに通って練習して勉強しました。苦手な課題もあり悔しくて泣いた時もありました。だけど、少しずつ出来るようになってうれしくて「もっと頑張ろう」と思いました。これからも色々な事に挑戦し上手に登り強くなりたいです。

スーパーキッズになって

高橋 蒼明

ぼくは、ぐんまスーパーキッズで、スポーツクライミングを始めました。ぼくは、初心者だったので、自分だけ、出来なかったらどうしようかと、少し不安でした。

だけど、練習するうちに登れるようになりもっと上手になってスーパーキッズのみんなを追いぬきたいと思いました。中学生になったらスーパーキッズは卒業ですが、スポーツクライミングを続けオリンピックに出たいと思います。

スーパーキッズにはいって

阿久沢 春弥

ぼくはスーパーキッズで、リードクライミングを始めることができました。初めは、ロープをしぼるのさえむずかかったです。でも今は、少しずつむずかしいかだいは、できるようになりました。もっとむずかしいかだいを登れるようになりたいです。そしてしょうらいは、世界せんしゅになりたいです。そのためにこれからもれんしゅうします。

苦手なリード

小山 あみ

私はクライミングが大好きで、リードもやってみたいなと思ってスーパーキッズに申し込みました。

最初は、こわくてかんたんな課題も登れませんでした。やっていく内に少しずつ登れてきましたが、大好きなボルダリングとはちがいリードではくやしいことばかりです。

5年生になったら苦手なリードをもっとがんばって、まずは12A B C Dを目標に、最終的には13台が登れるようにがんばりたいです。

スーパーキッズに入って

塗木 りん

私は、スーパーキッズに入ってクライミングを始めました。始めた時は、手のひらの皮がいっぱいむけました。それでも楽しかったので登りました。初めてリードのかべを見た時すごく高くてこわかったです。初めて5.9を登れた時は、うれしかったです。今は11.bを登れるようにがんばりたいです。クライミングに出会えてよかったです。

クライミングの大会

伊藤 彩

大会を、やる前のオブザベでできか題とできないか題でわかれていたけどとりあえず全部手は、つけてだいたい5級ぐらいは、できました。ホワイトロックでオーナーに「おしえてもらっても自分のためにならないよ」といわれていたのさいきんオーナーにおしえてもらわなかったのがよくてさいかいいいにならなかったのかなと思います。次やるときは、1人でもいいのでぬきたいなと思いました。

クライミングの出会い

須藤 れいな

私は2年生の時にわくわくキッズプロジェクトに参加し、初めてクライミングに挑戦しました。それでボルダリングを始めました。

4年生になり、スーパーキッズに入れて、リードにも挑戦できるようになり、とてもうれしいです。オリンピックでヤンヤガンプレットのすごい登りを見て、私も強い選手になりたいと思いました。スーパーキッズに入って、仲間がたくさんできて良かったです。これからも、一生けん命がんばりたいです。

リードのむずかしさ

坂部 杏

わたしは、はじめてリードをやったときにいろいろなむずかしさを知りました。

まずは登っている時にかけるフック、フックは、かく度があると、ゆれてしまうので、そこがむずかしかったです。

つぎに、体力です。わたしはあまり体力に自しんがないので最初は大変だったけど、ゼロで最後にトラバースをするので、体力がだんだんついてきています。リードはあまりやらないから、もっとがんばって強くなります。

初めてのリード

山口 柏月峰

私は、初めてリードという競ぎをしました。落ってしまったり、上までいけない時にやるのがいやになる時もありました。でも練習を続けて少しでも上にいけるようになりました。少しでも上にいけた時はとてもうれしかったです。だから5年生になったらたくさん落ちて、たくさん練習して大会などにでて4年生の自分より上手になりたいです。そして、スーパーキッズのみんなとがんばりたいです。

アーチェリー



開 始 式

期 日	令和3年6月26日
場 所	ALSOK ぐんまアーチェリー場
時 間	午前11時から
出席者	指導者5名、選手10名

活 動 の 様 子

活動実績表（活動日数58日）

	4月		5月		6月		7月		8月		9月		10月		11月		12月		1月		2月		3月	
	曜日	活動日	曜日	活動日	曜日	活動日	曜日	活動日	曜日	活動日	曜日	活動日	曜日	活動日	曜日	活動日	曜日	活動日	曜日	活動日	曜日	活動日	曜日	活動日
1	木		土	○	火	○	木		日		水		金		月		水		土		火		火	
2	金		日		水		金		月		木		土		火	○	木		日		水		水	
3	土	○	月		木		土	○	火	○	金		日		水		金		月		木		木	
4	日		火	○	金		日		水		土		月		木		土	○	火		金		金	
5	月		水		土	○	月		木		日		火		金		日		水		土		土	
6	火	○	木		日		火	○	金		月		水		土	○	月		木		日		日	
7	水		金		月		水		土	○	火		木		日		火		金		月		月	
8	木		土	○	火	○	木		日		水		金		月		水		土		火		火	
9	金		日		水		金		月		木		土	○	火	○	木		日		水		水	
10	土	○	月		木		土	○	火		金		日		水		金		月		木		木	
11	日		火		金		日		水	○	土		月		木		土	○	火		金		金	
12	月		水	○	土		月		木		日		火	○	金		日		水		土		土	
13	火	○	木		日		火	○	金		月		水		土	○	月		木		日		日	
14	水		金		月		水		土	○	火		木		日		火		金		月		月	
15	木		土		火	○	木		日		水		金		月		水		土		火		火	
16	金		日		水		金		月		木		土	○	火	○	木		日		水		水	
17	土	○	月		木		土	○	火	○	金		日		水		金		月		木		木	
18	日		火	○	金		日		水		土		月		木		土	○	火		金		金	
19	月		水		土	○	月		木		日		火	○	金		日		水		土		土	
20	火	○	木		日		火	○	金		月		水		土	○	月		木		日		日	
21	水		金		月		水		土	○	火		木		日	○	火		金		月		月	
22	木		土	○	火	○	木		日		水		金		月		水		土		火		火	
23	金		日		水		金		月		木		土		火	○	木		日		水		水	
24	土	○	月		木		土	○	火	○	金		日		水		金		月		木		木	
25	日		火		金		日		水		土		月		木		土	○	火		金		金	
26	月		水		土	○	月		木		日		火	○	金		日		水		土		土	
27	火		木		日		火	○	金		月		水		土	○	月		木		日		日	
28	水		金		月		水		土		火		木		日		火		金		月		月	
29	木		土	○	火	○	木		日		水		金		月		水		土				火	
30	金		日		水		金		月		木		土	○	火	○	木		日				水	
31			月				土	○	火				日				金		月				木	
活動日数			7日				7日		8日		9日		7日		0日		6日		10日		4日		0日	

指 導 者 の 報 告

1. 活動概要

- ・活動場所 : AKSOKぐんまアーチェリー場
- ・活動日 : 毎週 土曜日 午前9時30分～11時00分
火曜日 午後6時30分～8時00分（冬季12月～2月は活動なし）
- ・内 容 : 基本技術の習得、ルール・マナー・競技規則の指導

2. 指導理念

- ・危険性の高い競技なので、ルールとマナーを守り安全に楽しくアーチェリー競技を指導する。
- ・体力や理解力に応じた技術指導をおこない、スポーツの楽しさを伝えていく。
- ・技術の習熟度に応じた記録会などを開催し、競技規則・ルール・マナーを習得させる。

3. 指導内容（育成目標・指導内容等）

全日本アーチェリー連盟ゴールドプランの指針に従い、年齢に応じた技術指導をおこなう。

- ・4年生：3mの距離から練習開始して12mの距離で安定した射が出来るように指導する。
- ・5年生：12mから18mの距離で安定した射ができるようになれば、県内外の競技会へ参加して経験を積むことを目指す。
- ・6年生：18mから30mの距離で安定した射が出来るようになれば、上位の競技会へ参加して経験を積むことを目指す。

4. 指導の考察

- ・危険な道具を使用しておこなう競技のため、安全指導を優先した。
- ・全員アーチェリー競技の経験が全くなく、理解力・体力に個人差があるので、一人一人に合わせる指導が求められた。
- ・新型コロナウイルス感染拡大のため、練習会を中止する事態が何度かあり、基本技術の習得に大変時間が掛かっている。
- ・県内の小中学生を含めた記録会を実施して、交流をはかることが出来た。

5. 今後の課題・次年度への取り組み

- ・コロナウイルスの感染拡大状況によるが、毎週2回の練習体制を正常に戻したい。
- ・6年生については、個人用の用具を購入し、各自に合わせた用具を使用して技術の向上を図りたい。
可能ならば、上位大会を目指して積極的に参加したい。
- ・全日本アーチェリー連盟普及部主催の「ファミリーアーチェリー教室」を誘致するので、中心的に参加し、より上位の指導方法を周知したい。



黒沢 静男

参加者の声

アーチェリーの今後の目標

長谷川 愁悟

ぼくは、今後の目標が二つあります。

一つ目は、どんどんエックスに当てて、距離を伸ばすことです。なぜなら、距離を伸ばすと楽しいし、上手になりたいからです。二つ目は、プロの動画を見ることです。なぜならプロの動画を見れば、参考になるからです。そのため、プロの動画を見たいです。

みんなと楽しく一生懸命にやりたいです。

たのしいこと

山崎 実生

私はアーチェリーをやっていて楽しい事が一つあります。

それは、点つけです。点つけでは、十二mの時はすごく悪い点になります。でも時々十点に入り、点つけが楽しくなります。

これからもアーチェリーをがんばりたいです。

アーチェリー

新井 ひより

一年間、アーチェリーをして楽しかったです。なぜなら、まとにあたるようになったからです。でもまだ十二メートルにちょうどきていないので、今年は、十二メートルにちょうどせなしたいです。

今年も練習をがんばりたいです。

楽しいアーチェリー

関口 結月

アーチェリーが好きな理由は二つあります。

一つ目は、真ん中あたるとうれしい気持ちになるからです。

二つ目は、友だちといっしょにできることです。

これからも続けたいです。

すてきな時間

浅井 香澄

わたしは、一月までをふり返ってすごく上手になったと思いました。最初のほうはなかなか命中できなかったけれどたくさんれんしゅうしてみんなと仲よくなりました。さらに先生たちが教えてくれたので先生が教えてくれたことを練習できちんとやりたいです。五年生になってきよりが二倍にのびるのでしっかりがんばりたいと思います。わたしは一月までがすごくはやく感じました。とても楽しかったです。

1年で学んだこと

小澤 拓斗

ぼくが一年で学んだことはまず、しせいです。線をまたいで体は横で顔だけまっすぐを向いてかまえます。打ち方は、弦に矢をつけて的に弓についているポイントをまん中に当てて矢を打ちます。でもさいしょはいろいろ直すところがありました。線をまたいでいなかったり、体が横を向いていなかったりさいしょはたいへんでした。けれど今は、ずいぶん上達したと思います。そして友達もでき、とても楽しかったです。

アーチェリーとの出会い

飯塚 悠太

僕は、アーチェリーの事は、ほとんど知りませんでした。四年生になった時スーパーキッズで知りました。お父さんがいつも機会があれば色々なスポーツに挑戦する事はとても良いことだよ、集中力を高め一生けん命に向き合う気持ちが大切なんだよと言っていたので挑戦することにしました。最初は不安だらけでした。でも先生の話の聞いたり、僕と同じ位の友達を見て少し安心しました。だんだん慣れて来て無心で矢をはなち的に命中したとき「やった」と言う体の高まりを感じ気分がよかったです。そして、大会では、たくさん矢を命中することができて一位になりました。とてもうれしかったです。ますますやるきが出て来ました。百発百中をめざしてがんばって行きたいです。

アーチェリーを始めて

西村 響輝

ぼくが、アーチェリーを始めて、いろいろなことができました。

一つは、記録会のことです。ぼくは、記録会で、よくない点を取ってしまいとてもくやしいです。だけど今では、けっこうまんなかにあたるのでよかったと思います。

二つ目は、ライバルみたいなのができたことです。そのため、全部黄色のほうにいくのが2回ぐらい、ありました。

ぼくは、去年よりも点が取れるようにがんばりたいです。

アーチェリー

富澤 遼人

きょ年はアーチェリーに入れてとてもうれしかったです。とてもよい友だちも出来ました。今年はアーチェリーをいっしょうけんめいやり、600点をめざしてやっていきたいです。

1年をふり返って

須藤 綺愛

わたしは、アーチェリーを始めてから1年がたって友達もできたり、4年生もたくさん加わり、とても楽しいです。だけど冬に外でアーチェリーをしているので、とても寒いです。今は12mのまを打っているけれどまのまん中に入れるのがむずかしいし、気をつけることがたくさんあるのでこれからがんばりたいです。

12mを18mへ

安藤 匠杜

12月ごろ第一回キッズ記録会がありました。ぼくは、その大会で12m男で一位になりました。とてもうれしかったです。その大会は六本打つのを十二回くりかえして合計で六百点をとれば18mになれるという大会でぼくは六百十三点をとれました。18mになって12mのときよりもむずかしいし、弓もおもいのをつかわせてもらっています、ものを大切にしていき、もっともっと記録をのばせるようしがんばります。

2年間アーチェリーをやって

井上 愛乃

2年間スーパーキッズでアーチェリーをさせていただきましたが、集中力が増したことが私の力となりました。学校生活でも勉強やスポーツに集中できるようになりました。そして、一番力になったことは、群馬県内のさまざまな友達ができたことです。スーパーキッズをやっていなかったら、絶対出会うことのできなかった友と、暑い日も寒い日もはげまし合いながらがんばり上たつことができました。とても大切なけいけんができました。

アーチェリー

樹下 りな

わたしはアーチェリーをやったのしかった事とがんばりたい事があります。

楽しかった事は、アーチェリーをやっていくうちにどんどん上達していくことです。

がんばりたい事は、次の大会に、一位を取ることです。前は三位だったけど、一位を取りたいです。

アーチェリー

飯塚 緑平

まだアーチェリーをはじめた時は、ねらいが定まらなくて、はずしてしまっていたけど、1年ほどたつと、ねらいも正かくなり、風を読むようになりました。これからもうアーチェリーを続けたいです。

アーチェリーを始めて

山田 真凜

アーチェリーを始めて良かった事が二つあります。

一つ目は、とても集中できるようになった事です。的の真ん中に当たると、スカッと、とてもいい気分になり、もっと上手になりたいと思います。

二つ目は、お友達です。寒くていやな時でも、いっしょに練習していると、楽しくなります。

これからもいっしょうけんめいがんばりたいです。

空手道



ぐんまスーパーキッズプロジェクト 2021 KARATE



開 始 式

期 日	令和4年7月11日		
場 所	ぐんま武道館		
時 間	13時00分～		
出席者	群馬県空手道連盟	事務局長 安齋	義宏
	群馬県空手道連盟	スーパーキッズ	運営委員
	群馬県空手道連盟	スーパーキッズ	卒業生
	群馬県空手道連盟	スーパーキッズ	4・5・6年生

活動の様子

活動実績表（活動日数44日）

	4月		5月		6月		7月		8月		9月		10月		11月		12月		1月		2月		3月	
	曜日	活動日	曜日	活動日	曜日	活動日	曜日	活動日	曜日	活動日	曜日	活動日	曜日	活動日	曜日	活動日	曜日	活動日	曜日	活動日	曜日	活動日	曜日	活動日
1	木		土		火		木		日		水		金		月		水		土		火		火	
2	金		日		水	○	金		月		木		土		火		木		日		水		水	○
3	土		月		木		土		火		金		日		水		金		月		木		木	
4	日		火		金		日		水		土		月		木		土		火		金		金	
5	月		水		土		月		木		日		火		金		日	○	水	○	土		土	
6	火		木		日		火		金		月		水		土	○	月		木	○	日		日	
7	水		金		月		水	○	土		火		木		日	○	火		金		月		月	
8	木		土		火		木		日		水		金		月		水	○	土	○	火		火	
9	金		日		水	○	金		月		木		土		火		木		日		水		水	○
10	土		月		木		土		火		金		日		水	○	金		月		木		木	
11	日		火		金		日	○	水		土		月		木		土		火		金		金	
12	月		水	○	土		月		木		日		火		金		日		水	○	土		土	
13	火		木		日		火		金		月		水		土	○	月		木		日		日	
14	水	○	金		月		水	○	土		火		木		日	○	火		金		月		月	
15	木		土		火		木		日		水		金		月		水	○	土	○	火		火	
16	金		日		水	○	金		月		木		土		火	○	木		日		水	○	水	○
17	土		月		木		土		火		金		日		水	○	金		月		木		木	
18	日		火		金		日		水		土		月		木	○	土	○	火		金		金	
19	月		水	○	土		月		木		日		火		金		日		水	○	土		土	
20	火		木		日		火		金		月		水	○	土	○	月		木		日		日	
21	水	○	金		月		水		土		火		木		日	○	火		金		月		月	
22	木		土		火		木		日		水		金		月		水	○	土		火		火	
23	金		日		水	○	金		月		木		土		火	○	木		日		水		水	
24	土		月		木		土		火		金		日		水		金		月		木		木	
25	日		火		金		日		水		土		月		木		土	○	火		金		金	
26	月		水		土		月		木		日		火		金		日		水		土		土	
27	火		木		日		火		金		月		水		土		月	○	木		日		日	
28	水	○	金		月		水		土		火		木		日		火	○	金		月		月	
29	木		土		火		木		日		水		金		月		水		土				火	
30	金		日		水		金		月		木		土	○	火		木		日				水	
31			月				土		火				日	○			金		月				木	
活動日数			3日				2日		4日				3日				0日		0日				3日	

活動状況と成果

指導者の報告

1. 活動概要

- 〈活動日〉 毎週1日（毎週水曜）夏・冬長期休業日は変則
 〈場 所〉 前橋工業高校武道場・高崎商大附属高校武道場・高崎工業高校武道場・ALSOKぐんま武道館
 〈時 間〉 17:00～19:00
 〈内 容〉 高校生との合同練習
 ナショナルチーム所属選手による強化練習

2. 指導方針（指導目的）

- ・空手道の楽しさを体験させ、活動意欲を高める。
- ・礼節を重んじ、日常生活で礼儀正しく行動できるよう働きかける。
- ・キッズの個性や習熟度に合わせた育成プログラムを実施する。
- ・安全に配慮した運営を行う。

3. 指導内容（育成目標・指導内容等）

〈全体プログラム〉

- ・年齢や特技特性に応じた技術や技能の習得を図る。
- ・競技者としての礼儀作法、心の育成を行う。
- ・全国小学生大会に出場し活躍できることを目指す。

〈個別プログラム〉

- ・4年時…空手道の正しい基本動作の習得。体力に見合う体幹、筋力の強化。競技者としての礼儀作法と集中力の育成。
- ・5年時…試合に必要なテクニックの習得。組手競技における得意技の習得。形競技における技術と気迫の表現法。
- ・6年時…組手競技における間合い、駆け引きなど優位な試合運びのための技法。形競技における緩急と流れのある技の技法。

4. 指導考察

- ・心技体のバランス良い強化が必要である。小学生期は技術の先行により結果を残すこともあるが、その後中学、高校、一般を考えると体力の強化、心（挑む姿勢）が重要となる。
- ・プロジェクトの練習だけでなく地道な努力の成果が結果に表れてきている。

5. 今後の課題・次年度への取り組み

- ・小学校卒業後の競技継続の有無（中学で新しい部活動へ入部する。）
- ・練習時間の確保。

6. キッズ卒業生の活躍

【第32回群馬県スポーツ少年団空手道交流大会】

- ・中学1年女子組手 2位 大圖光里 3位 内山心希 ・中学2年男子組手 優勝 温井日陽
- ・中学2年女子組手 優勝 竹内陽香

【第30回群馬県中学校空手道大会】

- ・男子個人形 優勝 龍見侑暁 3位 勝田大翔 ・女子個人形 3位 高橋亜仁香
- ・女子個人組手 2位 竹内陽香 3位 植村真波

【第42回群馬県中学生空手道選手権大会】

- ・男子個人形 優勝 龍見侑暁 3位 大山淳之介 ・女子個人形 3位 高橋亜仁香
- ・男子個人組手 3位 戸矢涼晴 ・女子個人組手 3位 竹内陽香

【第16回群馬県中学生空手道選抜大会】

- ・中学2年男子個人形 優勝 龍見侑暁 2位 勝田大翔
- ・中学1年女子個人組手 優勝 大圖光里 ・中学2年女子個人組手 優勝 竹内陽香

【令和3年度群馬県高等学校空手道新人大会】

- ・女子個人形 2位 石田風吹
- ・男子個人組手 -68kg 優勝 田嶋歩希 -76kg 優勝 田沼龍弥

参加者の声

感謝の気持ちを込めて

櫻井 丈慈

僕は、感謝を伝えたい人がたくさんいます。まずは、先生方や先輩方です。貴重な練習の時間を割いて、ていねいに指導して下さったことに感謝しています。スーパーキッズの仲間に出会えたことにも感謝しています。同じ気持ちで頑張れたことと、はげましあえたことがうれしかったです。

最後に家族に感謝を伝えたいです。どんな時も僕のことを応援してくれるからです。僕はこの気持ちを忘れず、空手を頑張ります。

スーパーキッズで経験したこと

渡辺 大和

ぼくがスーパーキッズに入って三年が経とうとしています。この三年間で色々な経験をしました。

高校での練習では先生方や高校生が的確な指導をしてくれたおかげで大会で成績を残すことが出来ました。

次に友達関係です。スーパーキッズで出会った仲間と毎週練習できたことは、とても貴重な経験になりました。

スーパーキッズに入ってもっと他にも色々な経験をできてうれしいです。卒業をして、中学に行ってもこの経験を活かしてもっと大きな成績を残していきたいと思います。

仲間と勝ちぬいた団体戦

小山 慧大

今までの活動で、一番心に残った事は、キッズのメンバーで、団体形で大会に出場した事です。群馬県代表で出た関東大会で勝ち、全国大会に出場が決まりました。違う道場から集まった仲間で、不安もありましたが、すぐに合わせることができました。みんなで練習を重ね、息の合った団体形ができるように、一回の練習を大切にして、関東代表としてがんばっていききたいです。

スーパーキッズに入って

高橋 魁士

ぼくは、この3年間スーパーキッズに入ってから色々なことを学びました。技の決めかた、うしろ足の張り方などを形に生かすことができました。ぼくがスーパーキッズで一番印象に残っていることは、団体です。毎週土日に練習し、男女で群馬代表になることができました。男子は関東も通過しましたが女子は通過できなかったのも、その分全国で頑張りたいです。スーパーキッズの活動も残り少なくなりましたが、最後まで頑張っていきます。

初めての団体

小林 和溜

ぼくは、スーパーキッズで初めての団体のチームとして試合にでました。最初はあまりそろいませんでした。でも、何度も合せたり話し合いながら練習を重ねました。その中で3人の絆が生まれました。細かい所も丁寧に教えてくれる先生方や遠くまで送り迎えしてくれた家族のおかげで、群馬予選、関東予選へと勝ち上がることができました。次は全国大会です。まだこのチームと一緒に試合に出られる事がうれしいです。絶対勝ちます。

今までの経験を大切に

原澤 結愛

私は、スーパーキッズでたくさんの経験をした。キッズで団体を組み、全国に行くことはできなかったが、全国の高いレベルを知り、とても勉強になり、いい刺激をもらえた。あまり話すことがなかった5年生と、仲を深めることもできた。その他の経験も、スーパーキッズに入っていなければできなかったことだ。だから私は、この3年間、スーパーキッズで出会ったたくさんの人や学んだことを大切にし、これからも空手をがんばっていききたい。

3年間で振り返って

杉山 陽香

私は、スーパーキッズに入ってからよかったなと思いました。とくに大会で勝つために必要な事を学ぶ事が出来ました。また、勝つための技術だけではなく、礼儀や挨拶など大切な事も学ぶ事が出来ました。私は、得意な組み手では、間合いの取り方や、相手とのかけ引きを学び、今までと違う相手との戦い方を見つける事が出来ました。スーパーキッズで学んだ事を中学、高校といかしていききたいと思います。

これからも

堀越 小春

スーパーキッズとしての一年がおわろうとしています。この一年間、私は最高学年としての自覚をもち、何事にも意識して行動できました。四、五年生のお手本になれるよう、技もみがきました。中学生になったら、技ももちろん、人間性にも理想をもって、だれもが尊敬、憧れる存在になれるようにがんばっていききたいと思います。この三年間、本当にたくさんの事を学びました。今度は学んだ事を繋いでいく事が自分の役割だと思います。

一年を振り返って

山崎 爽椎

今年も、スーパーキッズの練習や道場の練習・大会が少なくなってしまった一年でした。でも、回数が限られた中でも、先生方や高校生が細かく丁寧に指導してもらい、とても勉強になりました。指導してもらったことは忘れずに、次回のスーパーキッズや道場、大会に生かしたいです。

スーパーキッズでの三年間

橋爪 諒

私は、スーパーキッズでの三年間がとても大切なものになりました。スーパーキッズに入る前は県大会で成績を残せませんでした。でも、スーパーキッズに入ってから高校生の相手になってくれたり、まわりの強い人達と練習していくうちに自分も強くなりました。そして六年生になりやっと県大会で優勝するという願いが叶い、その後関東大会でベスト8になれました。中学生になっても今まで教えてもらったことを生かし、頑張りたいです。

一年間をふり返って

川野 梓季

今年も新型コロナウイルスの影響で大会や練習が減ってしまったけど、一回一回目標を決めてできたので良かったです。高校生や先生がアドバイスをくれたことを、一つでも身につけ道場で練習ができました。大会も減ってしまい発揮できる場は少なかったけど、むだではないので、これから繋ぎたいと思います。このことは当り前のことでなく、色々な人のおかげでできたので、感謝の気持ちを忘れずこれからもがんばりたいです。

スーパーキッズで学んだこと

大塚 悠加

今年はスーパーキッズ最後の学年でした。私はスーパーキッズに入って三年間、先生や高校生の先輩方にたくさんの指導を受けることができました。空手だけではなく、あいさつや返事、礼儀の正しさなども教わりました。スーパーキッズでは、新しい仲間にも出会い一緒に助け合いながら練習することができました。このスーパーキッズで学んだことを忘れずにこれからもいろいろなことに挑戦していきたいと思います。

一年間をふりかえって

福田 龍之介

今年の一年は、コロナウイルスのえいきょうで思うように練習ができませんでした。それと十一月の全国選抜の団体形で県予選の時は負けてしまいましたがこれをバネにします。

来年は六年生になるので今の六年生の先輩のような後輩に優しい六年生になりたいです。

今後の夢は全少や剛柔流の全国大会で優勝する事で、キッズの先生や高校生の人に教えて下さったことを活かしていき、そして6年生こそ関東大会全少で優勝を目指します。

スーパーキッズを始めて

飯塚 亮太

ぼくは、スーパーキッズを始めてから今年で2年目になりました。きょ年は、友だちがぜんぜんいなかったののでいっしょにやる人がいませんでした。でも、今年は友だちがふえていっしょにやってくれる人ができて良かったです。

ぼくは、スーパーキッズを始めて良かったと思いました。理由は、高校生のお兄さんお姉さんにていねいに教えてもらって、スーパーキッズを始める前よりうまくなった気がしたからです。

スーパーキッズで学んだこと

窪田 壮真

練習に参加するようになって、約一年がたちました。練習では、先生や高校生が注意してくれるので苦手なところがわかって、直すようにがんばって練習が出来るので、毎回楽しみです。今年は、三人で組んで団体形の練習をしました。違う道場の子と組むのは初めてだったけど、六年生が引っ張ってくれたので、三人で力を合わせてがんばれました。僕も六年生になったら、見習って、お手本になれるように練習して強い選手になりたいです。

スーパーキッズへの思い

岡本 亜月

ぼくがスーパーキッズに受かってから一年間たって思ったことがあります。それは楽しくて一生けん命できるということです。高校生の方々が積極的に教えてくれて楽しくできる色々な種類の練習ができてとても勉強になりました。ぼくはどんなに辛くても、空手がすごく楽しいということが実感できます。でもまだぼくは弱いです。なのでこれからもスーパーキッズに通いもっと強くなっていきたいと思っています。

挑戦

村山 竜美

ぼくは、ふだん組手をうやっていますが、今年、形に挑戦する事ができました。ずっと形は苦手だったので、練習してきませんでしたが、スーパーキッズで、基本練習をする事で形をやってみようと思える様になりました。

そして、仲間の大切さを知る事ができました。今回は団体形をやったのですが、一人では頑張れなかったかもしれない事も、仲間がいたので最後までやりとげられました。来年も、色んな事に挑戦したいです。

一年をふりかえって

林 心優

今年は去年以上に練習会があり、とても勉強になりました。

先生方や高校生みなさんに指導していただいたことを、道場でも意識して練習し、今年の全国大会では、五位に入賞することができました。しかし、私の目標は、全国大会で優勝することだったのでくやしかったです。

来年の大会までにもっともっと努力し、優勝したいです。

努力することの大切さ

齋藤 希羽

今年から全少選抜大会が開かれる事になりスーパーキッズで県の代表として団体形で関東予選に出場する事ができました。普段は他道場、別学年として勝敗を競う事もありましたが、共に高め合い、日々練習にはげんだ事はとても貴重な経験で、私にとって大きな宝となりました。惜しくも全国大会へ進む事はできませんでしたが、努力することの大切さを学びました。さらに上を目指し頑張っていきます。

スーパーキッズで学んだこと

風間 葵

スーパーキッズで学んだことは、たくさんあります。

学年が上がり、教えてもらう数も増えました。おおまかな所よりも、細かい所を重点的に教わりました。

剛柔流の人は、少ないです。でも先生方や高校生にいてねいに教えてもらい自分のくせを見つけることができ、よかったです。

直さなければいけない所をしっかりと意識して、試合で勝ちたいです。

キッズに入って学んだ事

堀越 都梨愛

スーパーキッズに入って二年目になりました。去年はコロナの影響で、なかなか活動ができなかったけれど、今年はたくさん活動することができました。その中でも、一番の思い出は、スーパーキッズとして団体を組み、大会に出場することができた事です。練習は辛い時もあったけど、先生方や高校生から教わった事をやっていくうちに、どんなことができる事が増えて楽しくなっていました。みんなで頑張れた事はいい思い出になりました。

私の目標

黛 采花

私の空手の目標は多くの大会で一位になるのが目標でした。しかし、コロナの影響で大会が中止になり、練習も出来ませんでした。空手が出来ない時間が長く、空手なんていいやと思うようになりました。その時オリンピックで空手を見て、やっぱり空手をやって試合で勝ちたいと思いました。それで全国大会に出場したいと思うようになりました。

全国大会に行くためにもスーパーキッズでの練習などをがんばっていききたいです。

スーパーキッズに入って

齊藤 瑠海

ぼくが空手を始めたのは園児のころで、試合に出て負けてくやしくて、もっと上手になりたいと思いスーパーキッズに申し込みました。合格した時はとてもうれしかったです。

高校生の人達はとてもやさしくしてくれたり、ちがう道場のお友達と練習をするのが毎回楽しいです。

いろんな事を教えてもらい、強くなるために練習をがんばって、大会で入賞できるようになりたいです。

スーパーキッズをふりかえって

山路 渚夏

スーパーキッズに入れてうれしかったです。高校生たちが大きな声を出していたのでびっくりしました。高校生たちから教えてもらって自分が少し上達した気持ちになりました。コロナで試合がなかったのですが高校生を見てぼくも、がんばろうと思いました。ぼくも、そんな高校生になりたいです。

これからの大会では、スーパーキッズで練習したことを生かして行きたいです。

強くなりたくて

小玉 青空

ぼくは、ウルトラマンみたいに強くなりたくて空手を始めました。空手には、形と組手があります。ぼくは、組手の方が好きです。なぜなら、5才の時の大会で、形は、1回戦負けだったけど組手は、3位を取ることができました。うれしかったけど、少しくやしかったです。1位をとるために一生けん命練習しました。3年生でスーパーキッズに受かって練習して試合ができるようになったら1位を取りたいです。強くなります。

一年間をふり返り

下前 心人

僕は、スーパーキッズに合格できたことがとてもうれしかったです。スーパーキッズの練習が始まりましたが、コロナウイルスのえいきょうで練習が少なくなってしまい残念でした。少ない練習の中でもスーパーキッズの仲間といっしょにたのしく練習できました。高校生にもやさしく教えてもらいました。ぼくは組手のほうを強くしたいです。これからも休まないでがんばりたいです。

形と組手

松島 大翔

ぼくがスーパーキッズになろうと思ったのは、姉がキッズで活躍していたからです。

ぼくには前工にあこがれの選手がいます。力強くてキレがあってスピードがあり、ぼくもいつかそうなりたいです。

ぼくは、形の選手だけど高校生のお兄さんやお姉さんに組手も教わってます。形だけではなく、組手もがんばってやっていきたいです。

形も組手もがんばります。

楽しい空手

比留川 翔

ぼくは、スーパーキッズにえらばれてうれしかったです。どんなことをするのか不安だったけど高校生や先生のみなさんがやさしく空手を教えてくれるので練習が楽しくてスーパーキッズの日が楽しみでした。

ぼくは、空手の練習をいっぱいして、しょう来空手で日本一位をとりたいです。

スーパーキッズになれて

加藤 柚依奈

私は、2年生の頃からスーパーキッズに入りたいと思っていました。理由が2つあります。1つ目は、同じ道場の大好きなお姉さんがいて、そのお姉さんがスーパーキッズに入っているからです。2つ目の理由は、私の夢が空手をいかしたアクション女優になることなので、強くなりたくて入りました。練習では、先生や高校生に優しくきびしく教えてもらい強くなれた気がします。これからももっともっと強くなりたいたいです。

私の変化

福田 笑末

私はぐんまスーパーキッズに入って一年になります。高校生との練習に参加することができて、一番さいしょに変わったのは気もちです。空手に取り組むにつれ、もっと強くなりたいたいという気もちがましてくきました。

だんだんと私の中での気もちが変わっていき、今後は、大会での成果につなげられるよう、練習にはげんでいきたいです。

楽しい練習

明田川 聖美

今年初めてスーパーキッズの空手道の練習をしています。毎週楽しみにしています。とくに、練習前と後のストレッチの時、私は、からだがかたいのでとてもきつかったです。なので私は、毎日お風呂から出てじゅうなん体そうをやりました。体がかたいとけがをしやすく、筋肉痛になるからです。今では、体がやわらかくなり、ストレッチの時きつなくなりました。技だけではなく、大切なことを教えてもらいました。

自分の成長

小林 杏溜

私は、今4年生です。3年生のときはじくがぶれたり足のびたりしていたけれどスーパーキッズに入り高校生のお兄さんお姉さん先生たちにたくさん教えてもらいとてもうまくなりました。自分の苦手なところもとくいになりました。こんなにうまくなったのもおじいちゃんやおばあちゃんのおくりむかえがあったからです。とってもかんしゃしています。友達は1人女の子ができました。うれしいです。私は、毎日スーパーキッズに入りたかったと思っています。

わたしの目ひょう

田村 心

わたしの目ひょうは、全国大会に出場することです。わたしは、今までたくさんの大会に出させてもらいましたが、3位になったことしかありません。なので、スーパーキッズで学んだ事を活かし、1位になり、全国大会でかつやく出来る強い選手になりたいです。

スーパーキッズでの練習は、先生方がわかりやすくていねいに、教えてくれるので、とても勉強になり、とても楽しいです。これからも、みんなに負けないように、練習をがんばりたいです。

6年生の目標

篠原 慈歩

ぼくは、スーパーキッズに入って2年目です。4年生のころとは違い、茶帯になりました。形もみんなに近づいているけど、まだキレやかんきゅう、立ち方は追いつけていません。しかしまだ1年あります。今までと同じような練習をやっていたらみんなに追いつけません。家で動画を見て研究したり、スーパーキッズの練習では、先生や高校生の指導をしっかり受けて、早く黒帯になれるように努力します。

スーパーキッズに参加して

加藤 百桃

わたしはスーパーキッズの空手道に参加して、最初は知らない人の中できんちょうしましたが、先生や高校生がやさしくていねいに教えてくれるので、今までできなかった事が出来るようになったり、新しい事ができるようになった事がうれしいです。

これからは、教えてもらったことをいかせるように、たくさん練習をして、うまくなれるようにがんばりたいです。

ボウリング



開 始 式

期 日 令和3年6月26日(土)
場 所 パークレーン高崎
時 間 15時00分～(その後16時～活動開始)
出席者 園部、西村、生方、宮沢

活 動 の 様 子

活動実績表（活動日数40日）

	4月		5月		6月		7月		8月		9月		10月		11月		12月		1月		2月		3月	
	曜日	活動日	曜日	活動日	曜日	活動日	曜日	活動日	曜日	活動日	曜日	活動日	曜日	活動日	曜日	活動日	曜日	活動日	曜日	活動日	曜日	活動日	曜日	活動日
1	木		土	○	火		木		日		水		金		月		水		土		火		火	
2	金		日		水		金		月		木		土	○	火		木		日		水		水	
3	土	○	月		木		土	○	火		金		日		水		金		月		木		木	
4	日		火		金		日		水		土		月		木		土	○	火		金		金	
5	月		水		土	○	月		木		日		火		金		日		水		土		土	
6	火		木		日		火		金		月		水		土	○	月		木		日		日	
7	水		金		月		水		土	○	火		木		日		火		金		月		月	
8	木		土	○	火		木		日		水		金		月		水		土	○	火		火	
9	金		日		水		金		月		木		土	○	火		木		日		水		水	
10	土	○	月		木		土		火		金		日		水		金		月		木		木	
11	日		火		金		日		水		土		月		木		土	○	火		金		金	
12	月		水		土	○	月		木		日		火		金		日		水		土		土	○
13	火		木		日		火		金		月		水		土	○	月		木		日		日	
14	水		金		月		水		土	○	火		木		日		火		金		月		月	
15	木		土	○	火		木		日		水		金		月		水		土	○	火		火	
16	金		日		水		金		月		木		土	○	火		木		日		水		水	
17	土	○	月		木		土	○	火		金		日		水		金		月		木		木	
18	日		火		金		日		水		土		月		木		土	○	火		金		金	
19	月		水		土	○	月		木		日		火		金		日		水		土		土	○
20	火		木		日		火		金		月		水		土	○	月		木		日		日	
21	水		金		月		水		土	○	火		木		日		火		金		月		月	
22	木		土	○	火		木		日		水		金		月		水		土	○	火		火	
23	金		日		水		金		月		木		土		火		木		日		水		水	
24	土	○	月		木		土	○	火		金		日		水		金		月		木		木	
25	日		火		金		日		水		土		月		木		土	○	火		金		金	
26	月		水		土	○	月		木		日		火		金		日		水		土		土	オール 関東
27	火		木		日		火		金		月		水		土	○	月		木		日		日	
28	水		金		月		水		土	○	火		木		日		火		金		月		月	
29	木		土	○	火		木		日		水		金		月		水		土				火	
30	金		日		水		金		月		木		土	○	火		木		日				水	
31			月				土	○	火				日				金		月				木	
活動日数	4日		5日		4日		5日		4日		0日		5日		4日		4日		3日		0日		2日	

活 動 状 況 と 成 果

指導者の報告

1. 活動概要

- 活動日時 : 毎週土曜日
 場 所 : パークレーン高崎（高崎市歌川町8）
 時 間 : 16:00～18:00
 内 容 : スポーツボウリングに対して興味をもたせ、投球技術の向上を図る
 そ の 他 : 基礎的なトレーニングを取り入れながらボウリングの基本動作の反復練習をし、活動の中で研修会と位置づけ、ボウリングのマナー・ルール・知識を習得し、県内外の競技会への出場経験を積み上げ育成を図ります。また、チームワークを意識しながら精神的な面での向上も図っていきます。

2. 指導理念

楽しさだけのボウリングから競技としてのボウリングに興味を移行させていきます。各キッズの目標設定をし、その目標に達成していくためのプロセスにポイントをおき、各キッズが自信をもてるように

キッズ、指導者相互にコミュニケーションを図り指導、活動していきます。心身ともに成長過程にある各キッズの発育・発達を考慮しながら、身体のバランス感覚を養い、柔軟性を活かしスキルアップを図っていきます。また集中力を身に付けさせ、各自が自分の力で考えてスコアアップを可能にしていけるよう育成していきます。チームワーク作りを根底に置き、将来的にもチーム群馬で活躍できる群馬県を代表するポウラーへの成長を視野に入れ指導していきます。

3. 指導内容（育成目標・指導内容等）

〈4年生時〉	育成目標	・ゲームを楽しめる ・仲間と共に協調していける ・チャレンジしていける
	指導内容	・ボールの転がし方 ・バランスのとり方 ・ゲームに集中する ・トレーニングとして様々な身体の動き方を練習する
〈5年生時〉	育成目標	・より高いスコアを目標にできる ・競技会へ出場し経験を積む ・全力を尽くし最後まで諦めないゲームをする
	指導内容	・ストライクの出し方、スベアのとり方練習 ・ボールの転がし方のスキルアップ ・身体を利用した投球方法の習得 ・バランス感覚を強化するトレーニングの実施
〈6年生時〉	育成目標	・競技会での実績を上げる ・一般成年との競技会への参加をし経験を積む ・レーンコンディションへの対応策一部習得 ・仲間への思いやりを持たせる
	指導内容	・ジュニアや成年との練習会の実施 ・様々なレーンコンディションでの練習投球 ・チーム戦の練習

※中学生になっても自分の力で感じ、考え、実行に移せるよう育成していきます。

4. 指導考察

・競技を行うにあたって、どのような能力が必要になるのか

ボウリング競技における他地区の昨今の小学生の競技力は非常に高いレベルまで向上されています。投球技術においては、それに伴う身体能力、足腰の強さに上半身や腕や手を含めた柔軟性、手の平や指先を利用した動かし方、またレーンコンディションの変化に伴う対応力については、ボールの回し方とスピードの加減の調整など多岐に渡り感覚として体感していくことが必要になるかと感じます。

知識としても小学生から勉強し、対応能力を培っていくため研修会を実施しています。

また、卒業生や社会人の先輩方と共に練習することでアドバイスをいただいたり、疑問点を質問したりすることも必要で周りの選手の方々とのコミュニケーション能力も養われます。すべてが本人の感性を磨いていってくれればと期待するところです。

・トレーニングの成果

成長段階のため筋力トレーニングよりも可動範囲を広げたり、柔軟性を高めたりすることをトレーナーに要望しております。また、体幹を少しでも強くすることでバランス感覚やタイミングを感じられるようになっていけると感じます。ボールの重さを上げればピンもよく飛ぶことは承知していますが、それよりも身体全体を使っの投球技術を向上させ効果的な投球動作をすることで再現性と巧緻性の精度を高めていけるようになっていけると期待します。

5. 今後の課題・次年度への取り組み

- ・指導者の増員を図ることを継続的に取り組んでいきます。
- ・競技会への積極的な参加を勧め、実践を通しての技術力向上を図っていきます。
- ・練習頻度を上げられるよう環境の見直しを引き続き行っていきます。
- ・遊びを入れたトレーニングの方法を考案しています。
- ・キッズ個々の感性を高めたり、考える力や実行力を伸ばしていければと取り組んでいきます。

6. キッズ卒業生の活躍

1 期生	砂長 空	2021年度全日本ユースナショナルチームメンバー
		第28回全国高等学校対抗選手権大会 第5位
		第50回上毛新聞社杯4人チーム戦優勝・2人チーム戦第4位・個人総合第4位
		第55回群馬県選手権大会2人チーム優勝・選手権者決定戦第3位・4人チーム戦第4位 第45回群馬県選抜選手権大会第4位
1 期生	石田 夏菜	2021年度ジュニアジャパン強化認定選手
		第55回群馬県選手権大会選手権者決定戦第3位
		第45回群馬県選抜選手権大会第3位
2 期生	近藤 眞桜	2021年度全日本ユースナショナルチームメンバー
		第50回全国都道府県対抗選手権大会4人チーム戦優勝・選手権者決定戦第3位
		第58回全日本選手権大会3人チーム戦優勝
		第57回東日本選手権大会4人チーム戦優勝
		第37回全日本年齢別選手権大会19歳以下第6位
		第38回関東地区選手権大会4人チーム戦優勝・2人チーム戦準優勝・個人総合第3位
		第50回上毛新聞社杯4人チーム戦優勝・個人総合準優勝・2人チーム戦第3位
		第55回群馬県選手権大会4人チーム戦優勝・2人チーム戦優勝・選手権者決定戦優勝
		第30回群馬県ジュニア競技大会高校生第3位
		2021年度全日本ユースナショナルチームメンバー
		第58回全日本選手権大会3人チーム戦優勝
		第57回東日本選手権大会4人チーム戦優勝
2 期生	渡辺 希哩	第38回関東地区選手権大会4人チーム戦優勝・2人チーム戦第6位・個人総合第6位
		第9回関東地区ダブルス競技大会優勝
		第50回上毛新聞社杯4人チーム戦優勝・2人チーム戦第3位・個人総合第3位
		第55回群馬県選手権大会4人チーム戦優勝・2人チーム戦優勝・選手権者決定戦準優勝
		第30回群馬県ジュニア競技大会高校生優勝
		2021年度ジュニアジャパン強化認定選手
		第38回関東地区選手権大会4人チーム戦優勝・2人チーム戦第6位
		第55回群馬県選手権大会4人チーム戦優勝・2人チーム戦第3位
		第30回群馬県ジュニア競技大会準優勝
		第28回全国高等学校対抗選手権大会第5位
		第50回上毛新聞社杯4人チーム戦第3位
		第55回群馬県選手権大会2人チーム戦第4位・4人チーム戦第5位・選手権者決定戦第6位
3 期生	大野 萌葉	第50回上毛新聞社杯2人チーム戦第5位
		第55回群馬県選手権大会4人チーム戦優勝・2人チーム戦第3位
		第45回群馬県選抜選手権大会優勝
		第30回群馬県ジュニア競技大会中学生優勝
4 期生	斉藤 航琉	第30回群馬県ジュニア競技大会中学生第3位
4 期生	山崎 航汰	第50回上毛新聞社杯4人チーム戦第3位
5 期生	遠藤晃志郎	第55回群馬県選手権大会4人チーム戦第5位

宮沢 隆

参加者の声

ボウリングの思い出

猪熊 莉音

今年度の秋から冬にかけては中学受験準備のため、塾に行き勉強する時間がボウリングの時間とちょうど重なってしまい、なかなか練習ができない期間が続いた。けれど、チームメイトから受験を応援されたので、安心して休みを取らせてもらった。たまたま練習に行けた日、「久しぶりにしてはうまいな」と言われたことがあった気がする。とても嬉しかったので、その日のことを良く覚えている。

改めて、僕は小学校を卒業すると同時に、ボウリングも卒業します。2月から短い期間ですが、最後まで一生懸命練習するので、まだ応援してほしいです。

ボウリング競技から学んだことを活かして、これからも頑張りたいと思います。

3年間、熱心にご指導していただきありがとうございました。一緒にプレイしてくれた仲間にも感謝しています。

スーパーキッズ最後のとし

多胡 陽葵

3年間でいろいろな大会に出場し、思ったことは、自分のメンタルが弱く、すぐきんちょうしてしまい、自分の練習の成果が出せずに試合が終わってしまう事です。今年の全国大会は予選落ちして終わってしまったのが、一番くやしかったです。なのでこれからは、自分のメンタルを強くすることを課題に、これからも、仲間たちといっしょに、いい成績をのこせるように努力していきたいです。3年間ありがとうございました。

楽しかった三年間

小柴 一輝

あっという間にこの三年間が終わってしまうな。と思いました。また、この三年間いろいろなことを学びました。この学びをまたいつか生かしていこうと思いました。そして、このスーパーキッズプロジェクトに入れて本当に楽しかったし、おもしろかったです。

このプロジェクトのおかげでとても成長できたし、技術も身につきました。これからあと少しの期間を大切に学習し、がんばっていこうと思いました。

ボウリング

登坂 悟

新しい子がスーパーキッズに入ってきたのですごく楽しかったです。

そしてたくさん習練したので150以上がまいかいいくようになりました。

これからもがんばっていきます。

充実した三年間

村本 玖麗愛

スーパーキッズの三年間が後二ヶ月弱くらいで終わろうとしております。

一昨年からボウリング競技を始めておりますが、今年とは比較できないくらいなスコアの差だと思います。一昨年のスコアを見返してみますと、マークが付いていなく、とても下手くそだと思いました。少しショックでした。ですが、二年後の自分のスコアはちがいました。正しく、スコアのだいたいにマークが付いていました。スコアだけではなく、投球姿にも変化がみられました。四年生の時と比べると少しだけ、落ち着いた投げ方へと良い方向に向かっていけたと思います。今でも改善点があるので残りわずかな期間で少しでも多く改善したいと思います。

指導者の方々、三年間、本当にありがとうございました。そして、一緒に練習をしてくれた子たちもありがとうございました。

この充実した三年間は一生、忘れません。

一年をふり返って

養田 莉子

私は今年、新型コロナウイルスの影響で、ボウリングができなかったので、来年は、新型コロナウイルスの拡大が収まると嬉しいです。

スーパーキッズをふり返って

日部 雪乃

今年はコロナで大会に参加できなかったり、九月には運動会の練習で骨折してしまい三ヶ月の間投球できなかったり、成績を残せず、とてもくやし一年でした。けがが治り、久しぶりにボウリング場に行った時、みんながやさしくむかえてくれたことがうれしかったです。三年間私を指導してくださった方々、ボウリング場のスタッフのみなさん、仲間たち、お世話になりました。これからも良い成績を出せるように頑張りたいと思います。

全国大会で学んだこと

竹淵 喬音

今年も目標にしていた全国大会に出場できました。結果には、満足できませんでした。大会を通して自分の欠点や競技として必要なことをいろいろ学ぶことができました。集中力、おちついて投球する、自分の世界に入る、交流を持つことを学びました。周りの人を気にせず楽しく投げることが大切だと思います。

六年生で全国大会に出場して、優勝できるようにスーパーキッズの練習を大切にします。

スーパーキッズに入って

工藤 千佳

私は今年スーパーキッズに入りました。初めはきんちょうしていたけれど、いっしょに始めたメンバーと練習しながら仲良くなって今は楽しく毎週参加しています。初めての試合もきんちょうしましたが、良い経験になりました。もっと高いスコアを出せるようにがんばりたいです。先生がやさしく教えてくれるので、いろいろな投げ方で思い通りのコースに投げられるように練習して、たくさんの試合でかつやくできる選手になりたいです。

じょうたつしたよボウリング

高橋 一太

ぼくが教えてもらったことは、三つあります。

一つ目は、力をぬいて投げることです。二つ目は、スパットをねらって投げることです。三つ目は、投げた後も手をまっすぐにすることです。そうすることで、コントロールが良くなり、ねらったところにボールが行くようになります。

今後も練習を続けて、スコアがのびるようにがんばりたいです。

やってよかったボーリング

榆井 陽真

ぼくはこのボーリングをやってよかったと思いました。なぜなら友だちができたし、ボーリングでスコアがあたりまえのように百をこえてきたからです。でもまだ二百はでたことがありません。なのでもう少しストライクを出したいと思います。まだ四年生なので五、六とまだ二年以上あるのでがんばりたいです。二百をクリアできたら三百を目指したいです。

ボーリングで今がんばってること これからがんばりたいこと

兵藤 颯成

ぼくは今、ボーリングでがんばっていることが三つあります。

一つめはストライクをとれるように考えて投げています。

二つ目は、いつも投げ終わった後のフォームをきをつけています。

三つ目は、回転です。あまりまがりすぎなかったりまがらなすぎないことにもとても気をつけています。

ゴルフ



活動の様子

活動実績表（活動日数31日）

	4月		5月		6月		7月		8月		9月		10月		11月		12月		1月		2月		3月	
	曜日	活動日	曜日	活動日	曜日	活動日	曜日	活動日	曜日	活動日	曜日	活動日	曜日	活動日	曜日	活動日	曜日	活動日	曜日	活動日	曜日	活動日	曜日	活動日
1	木		土	○	火		木		日	○	水		金		月		水		土		火		火	
2	金		日		水		金		月		木		土		火		木		日		水		水	
3	土	○	月		木		土	○	火		金		日		水		金		月		木		木	
4	日		火		金		日		水	○	土		月		木		土	○	火		金		金	
5	月		水		土		月		木		日		火		金		日		水		土		土	
6	火		木		日		火		金		月		水		土		月		木		日		日	
7	水		金		月		水		土	○	火		木		日		火		金		月		月	
8	木		土	○	火		木		日		水		金		月		水		土	○	火		火	
9	金		日		水		金		月		木		土	○	火		木		日	○	水		水	
10	土	○	月		木		土	○	火		金		日	○	水		金		月		木		木	
11	日	○	火		金		日	○	水		土		月		木		土	○	火		金		金	
12	月		水		土		月		木		日		火		金		日	○	水		土		土	○
13	火		木		日		火		金		月		水		土	○	月		木		日		日	
14	水		金		月		水		土		火		木		日	○	火		金		月		月	
15	木		土		火		木		日		水		金		月		水		土		火		火	
16	金		日		水		金		月		木		土		火		木		日		水		水	
17	土		月		木		土		火		金		日		水		金		月		木		木	
18	日	○	火		金		日		水		土		月		木		土		火		金		金	
19	月		水		土		月		木		日		火		金		日		水		土		土	
20	火		木		日		火		金		月		水		土		月		木		日		日	○
21	水		金		月		水		土		火		木		日		火		金		月		月	
22	木		土		火		木		日		水		金		月		水		土		火		火	
23	金		日		水		金		月		木		土		火		木		日		水		水	
24	土		月		木		土		火		金		日		水		金		月		木		木	
25	日		火		金		日	○	水		土		月		木		土		火		金		金	
26	月		水		土		月		木		日		火		金		日	○	水		土		土	○
27	火		木		日	○	火		金		月		水		土	○	月		木		日		日	○
28	水		金		月		水		土		火		木		日	○	火		金		月		月	
29	木		土		火		木		日		水		金		月		水		土				火	
30	金		日		水		金		月		木		土		火		木		日				水	
31			月				土		火				日	○			金		月				木	
活動日数			4日				2日		1日				4日		3日		0日		3日				4日	

活動状況と成果

I. 【活動概要】

1. ショット練習（月1回 / 土曜日、2時間）

会 場： ショーワゴルフ練習場（※開催日は異なる）

実施時刻： 4年生 / 10時30分～12時30分
（午後OB、OG練習会）

5年生 / 10時30分～12時30分

6年生 / 13時30分～15時30分

内 容： 基本技術の習得（構えと動き）

「バランスよく、再現性があり、
無理がないスイング形成」



2. コース練習（月1回 / 日曜日午後開催、3-4時間程度）

会 場：サンコー72カントリークラブ / 前橋ゴルフ場
実施時刻：全学年 / 13時30分～17時00分
内 容：応用技術の習得
（傾斜面、バンカー、アプローチ、パッティング）
「ゲームにつながる技術練習、およびエチケット&規則」

※4年生は7月から活動に参加（7/3開始式・初練習）

※スーパーキッズ卒業生（OB、OG）合同練習会あり



Ⅱ. 【指導理念】

ゴルフは、ただ単にボールを打って目標に運ぶだけのスポーツではありません。
様々な知識（エチケットやマナー）を身につけ、一緒にプレーする選手同士が互いに気遣いながら、スコアを競うスポーツです。

そのことは、規則書の『プレーヤーの“行動基準”』に記されています。

・誠実に行動すること

“規則に従う” “すべての罰を適用する” “プレーのあらゆる面で正直である”

・他の人に配慮を示すこと

“速やかなペースでプレーする” “他の人の安全に気を配る” “他のプレーヤーの気を散らさない”

・コースをしっかりと保護すること

“ディボット（削り取った芝）を元に戻す” “ボールマーク（落下跡）を修理する”

“バンカーをならす” “不必要にコースを傷つけない”

ゴルフは、プレーヤー自身がレフェリーの役目も負い、厳しく誠実にプレーします。また、他のプレーヤーやゴルフコースに対して最大限の気遣いと思いやりの心を持ち行動します。そして、正々堂々とプレーをするのがゴルフです。

『ゴルフが上達する』とは、技術とともに“心”も成長していくことだと考えています。



Ⅲ. 【指導内容】

1. 練習場では基本技術（構え／動き）の練習を繰り返します。

〔4年生〕基本の姿勢と動作の習得（※構え、小さい～大きいスイングの反復練習）

- ・クラブの握り方（グリップ）と構え、および動きの基礎
- ・練習ドリルや簡単な道具を用いて、体の動かし方のコツをつかむ

〔5・6年生〕基本の姿勢と動作の確認練習および応用技術の習得

- ・ボールに効率よく、腕・体の力を伝えられるようにする。
- ・個々の進捗状況を確認しながら指導、そして基本技術を応用に発展させる。
- ・クラブ性能と球筋の関係について知識を得る。

2. コースでは応用技術（傾斜面における構え／動き）の練習をします。

〔4・5年生〕復習練習およびラウンド練習

- ・付帯施設としての練習場、パッティング練習グリーン、ショートコースを使用してショットの復習練習やアプローチ、パッティングの技術練習。
- ・実践ラウンド練習（3-5ホール）で、コース内の様々な状況に慣れる。

〔6年生〕ラウンド練習中心の指導

- ・ショット、アプローチ、パッティング練習の後に実践ラウンド練習
- ・傾斜地（左足上がり／下がり、つま先上がり／下がり）の構えと打ち方
- ・ホールの攻め方、リカバリーの方法などの練習（6-9ホール）
- ・状況に応じたクラブ選び
- ・ゲームをするために必要なゴルフ規則



Ⅳ. 【指導考察】※技術について

ゴルフは、練習の目的が異なる練習場とコースで行います。

練習場では、基本の繰り返しをして一定の動きを身につけるのが目的（基礎作り）です。

一方、コースではスロープや凸凹の地面など、そして天候（雨・風など）の影響を考慮しながら実際のラウンドに必要な技術を身につけることが目的です。（応用）

ゴルフゲームはボールをコントロール（飛距離／方向）して、目標に少ない打数で運び、スコアを競います。子どもたちは飛距離と正確性の要素である「飛ばす（ロングゲーム）」「寄せる（ショートゲーム）」「入れる（パッティング）」の三部門の技術を獲得するため、コロナ禍で根気よく取り組んでくれました。“止まっているボールを打つ”という単純なゴルフですが、飛距離／方向の要素がバランス良く組み合わせられてこそ、良いプレーができるようになります。

成長期にある子どもたちは、昨日まで上手く振れていたクラブが突然、振れなくなることがあります。

その原因は身長の伸びと道具（クラブ）の関係です。特にクラブを長くしたときなど、一時的に上達が停滞することがありますが慎重に見守りたいと思います。この時期の子どもたちは運動経験や体力にかなり差があり、それぞれが道具に対する重量感が違い、軽くも重くも感じます。だから同学年とはいっても、クラブを同じように振れるとは限りません。子どもたちの上達速度は千差万別、個性を見極めて、それぞれに合わせた指導を心がけます。

昨年度同様、コロナ禍で4年生はスタートが遅れ、5年生・6年生は度重なる活動停止期間があり思うように練習時間が取れませんでした。しかし、子どもたちが笑顔でゴルフに接してくれたこと、また仲良く活動してくれたことは指導者にとっても嬉しく感じました。

このような状況下において、子どもたちの活動ができたことは、保護者の方々のご協力があったからだと大変感謝しています。ありがとうございました。



V. 【今後の課題・次年度への取り組み】

1. “ゴルフが好き”であること

ゴルフ自体を嫌いになってしまえば練習意欲を失うでしょう。上達の妨げになるのは、そのスポーツに対する興味が薄れたときです。子どもたちが規則書に定められている行動基準（誠実な行動／他の人への思いやり／コース保護）を守りながら、楽しくゴルフに取り組めるように工夫します。

そして将来も“ゴルフが好き”と言ってくれるようなゴルファー育成をしていきます。

2. コミュニケーション能力の向上

ゴルフゲームを円滑に進行するためには、その日プレーするすべてのプレーヤー相互の理解が必要です。相手の感情や状況を見無視して一方的な振る舞いが許されるスポーツではありません。プレーヤーは他者を思いやり、互いが良いプレーができるようにするコミュニケーション能力が求められます。

3. 自然体の重要性（構えについて）

ゴルフにおける自然体とは「両腕をダラリと垂らして直立し、上体を脚の付け根から前傾して、僅かに膝を曲げ、バランスをとった姿勢」（PGA基本ゴルフ教本）です。これが構えの基礎になります。プレーの中でボールを打つのは一瞬です。1秒にも満たない間に、複雑な身体の動きをコントロールするのは難しいことです。自らが確認できる静止している姿勢（アドレス）を繰り返し練習していきます。

自然体（姿勢）から、安定した回旋軸（体幹）を意識できれば、スイングしたときに腕や身体の力をスムーズにクラブヘッドに伝えることができます。それにより飛距離と正確性の両方を高められます。

無理な姿勢での練習は、身体に負担をかけ、ケガをするリスクが高まるので注意が必要です。日常生活で、立つ姿勢や座る姿勢、歩き方などを整えるだけでも、ゴルフの構えやスイングに良い影響を与えるでしょう。また、ケガの予防や集中力向上などにも繋がりますから、日々の姿勢チェックを心掛けたいものです。

4. 各種の能力を養う

ゴルフは「飛ばす（ロングゲーム）」「寄せる（ショートゲーム）」「入れる（パッティング）」という異なる技術を身につけ、18ホールを攻略するゲームです。

目標までの距離／地形／グラウンド状態（硬さ・起伏・芝の種類）、天候（風・雨）の影響を瞬時に判断して、攻め方を考え、最適なクラブを選び（決断する）ショットします。そしてどのような結果であっても、すべて本人が受け入れます。（責任を持つ）これがゴルフです。

この技術を獲得するにはゴルフでなければならないということはありません。他のスポーツでも効果があるものを見いだせるはずです。ゴルフ以外のスポーツにも積極的な参加を推奨します。

例えば、バスケットボールのフリースローをする場面は、一見するとゴルフとは違う動きのように感じます。この状況は、リングまでの距離をイメージする、またボールを放つまでの動作（ルーティン）など一連の流れが、ゴルフのアプローチショットで目標（旗）を狙う場面に似ています。それゆえ異種目のスポーツであっても、その中にはゴルフプレーのヒントになることが多くあります。他のスポーツを並行して行うことは、必ず将来に役立つでしょう。これらの能力を身につけるため様々な練習をしていきます。

参 加 者 の 声

6年生の思い出

山本 柊哉

ぼくは、スーパーキッズに入って6年生の時ゴルフでいろいろなことを学びました。

まず、アプローチとパターが上手くできるようになりました。理由は、スーパーキッズのプロやぼくが習っているゴルフのプロがわかりやすく教えてくれたからです。

中学生になってもゴルフを続けてがんばっていきたいです。

これからのゴルフ

全田 光希

私はスーパーキッズで、頭を動かさず、リラックスして打つと言われていたので、それらを意識して練習してきました。昨年私は、18ホールで100打を切る事を目標にしていました。それが達成できたので、今年は18ホールで80打を目標にしたいと思っています。

これからも、スーパーキッズで教わった事を頭に入れないがプレーしていきたいと思います。また、最後のスーパーキッズの一年を楽しみたいです。

3年間をふりかえって

天笠 裕雄

4年生の時は、クラブすらまともにふれずダフったりしていました。5年生の時は、少しだけ上手くできるようになったなと思ったらコロナでなかなか出来なくなってしまいました。やっと6年生でできるようになり、プロのことや父のことを聞きながら練習してそうとうできるようになりました。この3年間でスーパーキッズに入ってゴルフに入ったことは、むだではなくしっかりできたと思います。

スーパーキッズに入って

岡田 孝太郎

まず、3年間でここまで上達させてくれた先生たちに、感謝しています。

小学4年生からの3年間で楽しいこと、うれしいことがたくさんありました。オーディションで合格した時はとくにうれしかったです。また、スーパーキッズでの、友達とゴルフをすることなども楽しかったです。

ぼくは、この3年間の経験を生かし、これからも練習して上手になれるように一生けん命努力したいと思います。

いっぱい学んだスーパーキッズ

金子 綺良

私は、スーパーキッズに入って学んだことが2つあります。

1つ目は、友達関係です。初めて会った人たちとレッスンする時はすごくきんちょうしました。でも、今では、みんなと仲良くなれました。

2つ目は、アプローチレッスンです。スーパーキッズでは練習場のレッスンですごく学ぶことができました。プロのみなさんありがとうございました。

がんばった三年間

丸橋 美音

四年生から始まったスーパーキッズも、今年で最後の六年生です。

一番最初は、コースを回っても真っすぐ飛ばせず、左右に打ってしまったたりOBや、バンカーに打ちこんでばかりいました。今は、四年生の時に比べて真っすぐに飛ばせるようになりました。コロナのせいで練習や試合が中止になったりもしましたが、めげずに今出来る事を精一杯がんばっていききたいです。最後に教えてくれた先生にありがとうございました。

スーパーキッズに参加して

大槻 千夏

私は3年間キッズでゴルフをしてきました。あと半年もたたずに終わります。4年生の時の私は全然うまくうてず落ち込むばかりでしたが、プロの方々が言っていた「楽しく打てばいい」と言ってくれたおかげで自分の中のゴルフがガラリと変わりました。私はこの言葉を心の中にいれてこれからもがんばりたいと思います。三年間指導してくださった先生方、関係者様本当にありがとうございました。

三年間を振り返って

井田 悠愛

スーパーキッズに入ってから三年間は楽しくて、あっという間でした。初めて会った四年生の時は、全員知らない学校の人で不安でしたが、練習を重ねるうちに仲良くなり、よい仲間にも恵まれ楽しく活動できました。

練習では、苦手なところを意識して取り組むよう努力しました。上手に打てるようになったときは、うれしかったです。三年間でゴルフの楽しさを改めて実感しました。中学生になっても続けていききたいと思います。

スーパーキッズに入って

吉田 安那

私は、スーパーキッズに入って、自分の技術をみがくことができました。友達と協力したり、競い合ったりし、楽しく高め合えました。

ピラティスを初めてやった時には、かなり体幹や筋力が必要で、大変でしたが、ふだんやることのない動きをしたので、きたえることができました。継続することが大切だと言っていたので、続けてがんばっていきたいと思いました。

1年間をふり返って

今井 弥太郎

ぼくが、この群馬スーパーキッズ2021を1年間、やってきて思ったことは、まず自分に自信がついたことです。みんなとやっていくうちに、自分もみんなについていけることに気が付きました。2つ目は学校以外の子と友達になれたことです。最初は話しかけた時にどきどきしたけど今になっては、気楽に話しかけられるようになりました。改めて、群馬スーパーキッズ2021をやっていて、よかったと思いました。これからもがんばりたいです。

ゴルフを始めて一年

須賀 一耀

ぼくは、十二月でゴルフを始めてちょうど一年になりました。ぼくはこの一年でできるようになった事が二つあります。

一つ目はクラブの振り上げる位置がよかった事です。始めた時はクラブが横になってしまったけれど今はしっかりとたてに振れるようになりました。

二つ目は大きなスイングでもうまく当たるようになった事です。練習をするうちにうまく当るようになりました。これからも練習を続けてうまくなりたいです。

1年間ふり返って

赤尾 莉空

私は、1年間をふり返ってうまくなったと思います。前は全然うまく打てなかったけど最近ではうまくうてることがおおくなりました。だから、1年間では成長しているなあとと思いました。ショーワゴルフ練習では、コーチに、「スイングうまくなったね。」と、言われたことがうれしかったです。いっぱい練習をしてうまくなれるようにがんばりたいです。

前と今の私

二階堂 寿

私がゴルフを始めたきっかけは、祖父の影響でした。前までは祖父についてこそしかできませんでした。今回をきっかけに祖父と一緒にコースをまわったりすることができるようになりました。また、初めてゴルフをはじめた頃の頃より一年たって、おかしかった持ち方やスイングを指てきしてもらって少しずつくせをなおしたりなどと一年たってはじめてすぐの時よりたくさんの事を上達させることができました。四月になって小学六年生になって、また一年かけて今よりまた少しでも上達させるために少しずつ幸抱していきたいと思います。

1年間をふり返って

柴崎 心杏

この一年で私が目標にした事は、コースに出て100を切るでした。ゴルフを始めて約一年、先生方に色々教えてもらい、家でもお父さんと一緒に練習もしました。思うようにいなくてくやしい事もありました。けれどゴルフが楽しく上手になりたかったのであきらめませんでした。まだ上手にはコースをまわれないけど、12月に目標にしていた100を切る事ができて嬉しかったです。これからも先生からたくさん学びゴルフを楽しみどんどん上達したいです。

1年間をふり返って

大山 風雅

ぼくは、スーパーキッズのゴルフに入り、一年がたちました。最初はうまく当たらなかったけど、色んな人に教えてもらうことで、球に当たるようになりました。そして、みんなで動きを見合うことで悪いところを改ぜんすることができました。なので、今では、サンコー72などのコースもまわれるようになりました。ゴルフはむずかしいから練習をして上手になりたいです。あと残り1年、先生に言われた事を修復してがんばりたいです。

ゴルフの楽しさ

中野 佳音

私は、体を動かすことが大好きで、今一番好きなスポーツは、ゴルフです。私がゴルフを始めたきっかけは、お父さんが毎週ゴルフに行っているのを見てそんなに面白いのかと不思議に思い興味がわいたからです。最初は、小学3年生の時、お父さんとゴルフ練習所について行ってボールを打ってみました。うまく当たらず特に面白いとは思いませんでした。それから一緒に練習場について行ったことはありませんでした。四年生になり、スーパーキッズの案内が、学校から配られてお母さんに渡しました。その中にゴルフの種目があたので、お母さんからお父さん喜ぶから受けてみればと言われました。お父さんは、前から私にゴルフをさせたがっていました。だけど私は、前にやってみて面白いと思わなかったの、あまり気持ちが進みませんでしたが、受けてみると合格してゴルフを始めることになりました。それから五年生になり、スーパーキッズでプロのコーチやお父さんに教えてもらいコースに行くことが増えて、ベストスコアも92になりました。ゴルフは難しいし、練習もあまり楽しくないけど、新しいお友達ができて一緒に、お話しして、お菓子を食べてラウンドすることがとても楽しいです。その時お父さんが毎週ゴルフに行く気持ちがわかりました。これからも楽しいゴルフを続けるために、練習をしてうまくなりたいと思います。

一年をふり返って

加藤 みう

私は、群馬スーパーキッズのゴルフでさまざまなことを学びました。その中でも、ゴルフ場へ行ってラウンド練習をしたことがとても良い経験になりました。又、そこで出会ったちがう小学校の子達と仲良くなり、友達がたくさんできました。コーチの方々がやさしく教えて下さり、とても上達したと思います。この一年を通してますますゴルフがすきになりました。

1年間ゴルフをやって

石原 桜音緋

私は、小学四年生の時にスーパーキッズに受かり、今まで、やったことがないゴルフに挑戦することになりました。一年間ゴルフをやり、たくさん失敗することがあったけれど、その分すごく楽しかったという思い出が残っています。ゴルフはみんなで一緒にできるので、仲間も増えます。スーパーキッズを六年でやめることになっても、ゴルフは続けていきたいと思っています。

一年をふりかえって

篠崎 夢叶

今年もコロナの影響をうけ練習が中止になりましたがその中でもなっとく練習ができました。

また前橋ゴルフ場へ行った時には山田さんにていねいにおしえていただきました。

あと一年でスーパーキッズは終了になります。よりよいプレーとスコアが出せるようにがんばりたいと思います。

ゴルフで楽しかったこと

八巻 桧

ぼくは、スーパーキッズに入って、楽しかった事があります。例えば、ドライバーが飛んで気持ちが良かったり、長いパットを一打できめたときに楽しい気持ちになりました。中でも一番うれしかったのは、初めてのハーフラウンドで、お兄ちゃんが初めて回った時よりも良いスコアだったことです。

来年は、お父さんに勝ちたいので、練習をがんばりたいです。

スーパーキッズに参加して

関 遼大

ぼくは、スーパーキッズに参加できて、とてもうれしかったです。

なぜなら、お父さんとラウンドしスコアをきそいたかったからです。

プロのコーチにていねいに教えてもらい、自主練もがんばっています。

今はまだ覚える事がたくさんあるけど、スコアでお父さんに勝ち、マスターズで優勝を目指します。

スーパーキッズになって

小柳 亮太

ぼくは、スーパーキッズになる前からゴルフがすきで、一ヶ月に二、三回ぐらい練習に行っていました。スーパーキッズになって、お父さん以外の人とゴルフをするのも楽しいし、ゴルフに行く機会がふえたので、よかったです。

ぼくのゆめはたくさんあります。その中の一つがプロゴルファーです。これからもがんばって練習をして、プロゴルファーになれたらいいです。

ゴルフの楽しさ

中谷 應介

ぼくは、スーパーキッズのゴルフを始め、止まっているボールを打つということも、かんたんではないことに気が付きました。

まだ上手ではないけど、うまく打てた時の感覚やカップにボールが入った時はすごくうれしくなり、ゴルフでしか味わうことのできない気持ちになります。

ゴルフは個人勝負だけど、まだみんな仲間のような友達なので、スーパーキッズ十人ともっと上手になりたいです。

スーパーキッズになって

山田 虎太郎

ぼくは、スーパーキッズになってよかったです。最初は、上の学生の人もしどうの先生もたくさんいたのできんちょうしていました。でも、しどうの先生が優しく教えてくれたのでとても分かりやすくてできました。それに月に2回しかない数少ないゴルフですが先生はたくさん教えてくれたので楽しかったです。今は四年生と会話できないけど、五年、六年、になったら同じ学年の子や先生とも、もっといっぱい、しゃべれるように、したいです。

はじめてのスーパーキッズ

三好 賢工

ぼくは、スーパーキッズに入ってみて、思ったのは、はじめて聞くアドバイスが多かったということです。グリップをうちわにたとえて話をしてくれたり、そもそもアドレスの話からプロはしてくれました。どれもわかりやすかったです。

さらには、友達もできました。同学年の仲間と知り合えて新せんな気持ちになれました。

ぼくは、スーパーキッズに入ってよかったと思いました。来年もしっかり続けたいです。

ゴルフを始めて思ったこと

林 勇成

ゴルフは、ボールにあたればいいだけかと思っていたけどゴルフにはいろいろなルールがあってむずかしかった。だけどたくさんむずかしい所はあるけど、ルールが分かってボールをまっすぐにうてたら楽しいと思う。

ぼくは特にパターが力の調節があるので一番むずかしい。でも先生がやさしくふりはばとかをわかりやすくおしえてくれるからうまくうてたときはとてもうれしいです。もっとうまくなって今度家族と一緒に回りたいたいです。

楽しいゴルフ

西澤 陽菜

私がスーパーキッズのゴルフに入ったのは私のゆめがプロゴルファーだからです。

私はスーパーキッズできそからやることができていてので前よりも、ゴルフがうまくなったような気がします。

私はスーパーキッズでゴルフがもっとうまくなり、プロゴルファーになれるといいと思っています。これからもゴルフを楽しみながらやっていきたいです。

スーパーキッズになって

植松 萌南

私は、スーパーキッズになって、以前より真剣にゴルフに取り組むようになりました。毎日、素振りや、筋トレをしたり週末は、練習場へ行き前より飛距離が伸びてスウィングも上達しました。

これからも、パターやアプローチ、自分の苦手なクラブを上手にできるようにしたり、スコアを縮められるように努力したいです。また、同じ学べる仲間ができて一緒に楽しく上を目指していきたいです。

初めてのゴルフ

林 美緒

スーパーキッズを始める前に練習はしたことはあったけど最初はルールなどもあまり分かったのできんちょうしました。でも、参加したら思っていたより先生もやさしくて月1回のコースレッスンも楽しかったです。すこしずつ練習をしたりおそわったことを学び最初より成長した気がしてきました。いつか家族と一緒にコースに出られるようにがんばりたいです。そのために家でも色いろ練習してみようと思いました。

2021年度スーパーキッズ体力測定まとめ

高崎商科大学 高崎商科大学短期大学部 特任教授 上條 隆

はじめに

本年度、スーパーキッズ選考会は、体力測定及び面接の結果から99名（4年生）が選出されました。内訳は、スケート競技4名（男2・女2）、スキー競技（アルペン）10名（男8・女2）、陸上競技（棒高跳）10名（男6・女4）、水泳競技（水球）3名（男3・女0）、ボクシング競技3名（男3・女0）、レスリング競技2名（男1・女1）、自転車競技10名（男7・女3）、馬術競技10名（男4・女6）、スポーツクライミング競技11名（男5・女6）、アーチェリー競技10名（男5・女5）、空手道競技12名（男6・女6）、ボウリング競技4名（男3・女1）、ゴルフ競技10名（男7・女3）となっております。

本報告では、4年生（今年度新入団）の体力測定平均値を測定項目別にグラフ化し、全国平均値（平成30年度）を加えました。グラフについて、男女別・測定項目ごとに表示し、全国平均値を各グラフ右端に示しております。該当者のいない種目については0値表示となっております（新型コロナウイルス感染拡大防止ため、上体起こし、20mシャトルランは実施しておりません）。

以下、結果では、全国平均値と比較可能な測定項目ごとに、全国平均値を上回った競技種目を挙げております（閉眼片足立ちにつきましては全国平均値を表示しておりません）。

結 果

〈男 子〉

【対象競技：スケート、スキー競技（アルペン・ジャンプ）（以下、スキー）、陸上競技（棒高跳）（以下、棒高跳）、水泳競技（水球）（以下、水球）、ボクシング、レスリング、自転車、馬術、スポーツクライミング、アーチェリー、空手道、ボウリング、ゴルフ】

1. 身長・体重：身長で全国平均値を上回る競技はなかった。体重で全国平均値を上回ったのは、水球、ボウリングであった。
2. 50m走：全競技において、全国平均値を上回った。
3. 握力（左右平均値）：全国平均値を上回ったのは、水球であった。
4. 反復横跳び：全国平均値を上回ったのは、棒高跳、水球、スポーツクライミング、ボウリング、ゴルフであった。
5. 立ち幅跳び：全国平均値を上回ったのは、スキー、スケート、棒高跳、水球、自転車、スポーツクライミング、アーチェリー、空手道、ゴルフであった。

〈女 子〉

【対象競技：スケート、スキー、棒高跳、レスリング、自転車、馬術、スポーツクライミング、アーチェリー、空手道、ボウリング、ゴルフ】

1. 身長及び体重：身長で全国平均値を上回ったのは、ボウリングであった。体重で全国平均値を上回ったのは、同じくボウリングであった。
2. 50m走：全競技において、全国平均値を上回った。
3. 握力（左右平均値）：全国平均値を上回ったのは、レスリングであった。
4. 反復横跳び：全国平均値を上回ったのは、スケート、棒高跳、スポーツクライミング、空手道、ボウリングであった。
5. 立ち幅跳び：全国平均値を上回ったのは、棒高跳であった。

まとめ

競技別観点から、男子において、水球のみ体力測定における全国平均値と比較可能なすべての測定項目が全国平均値を上回った。これは体力的に評価できる結果であり、引き続きバランスよく向上させることが望まれる。

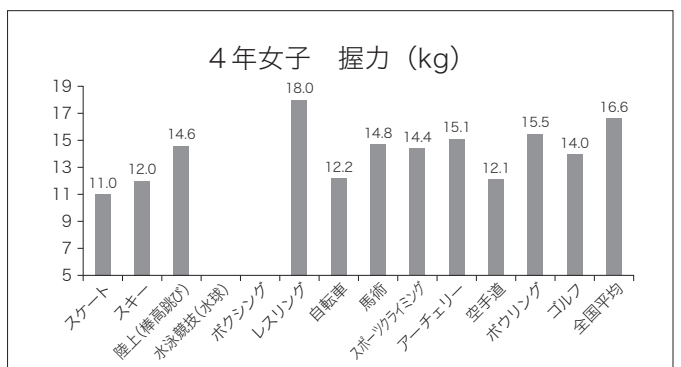
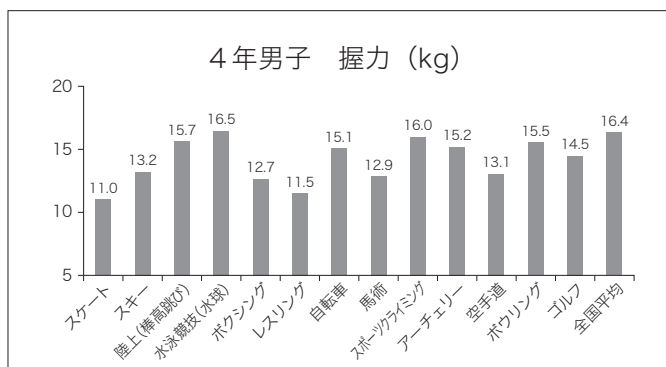
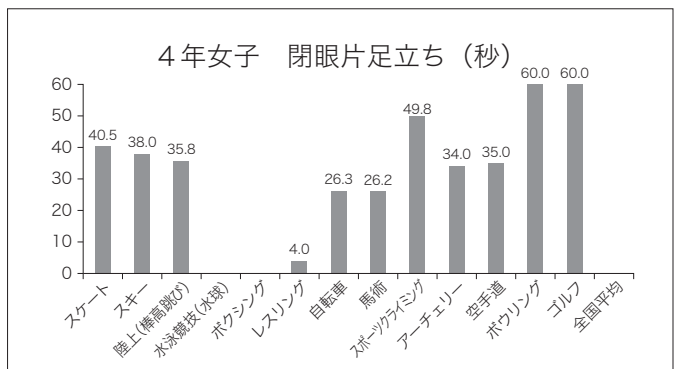
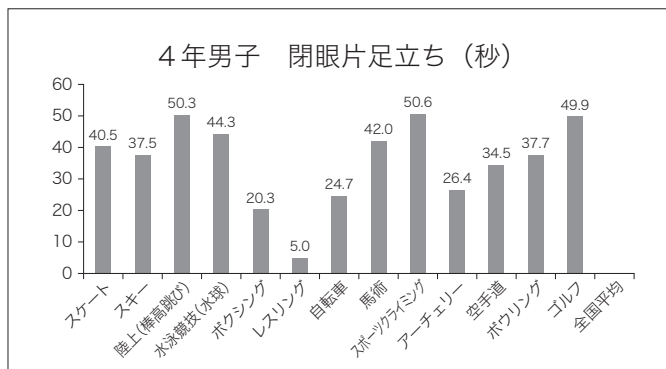
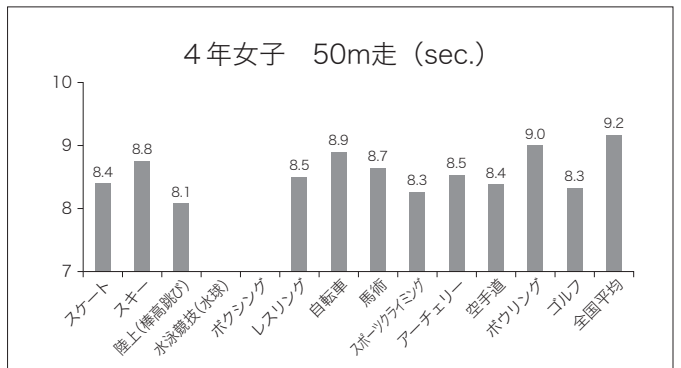
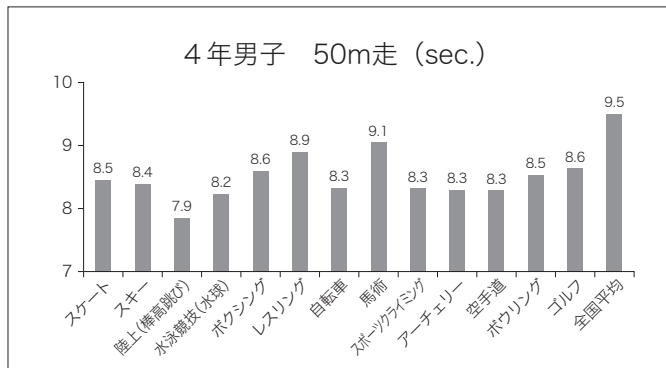
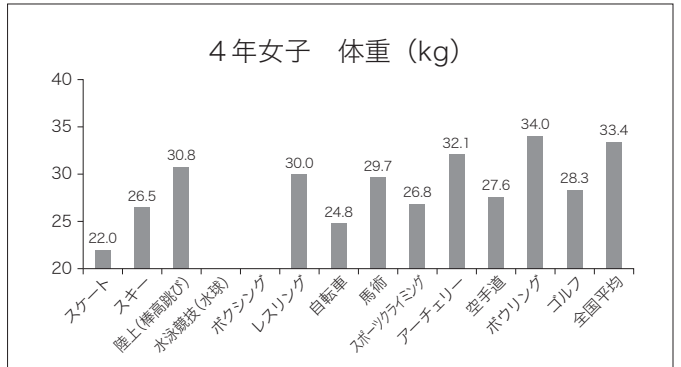
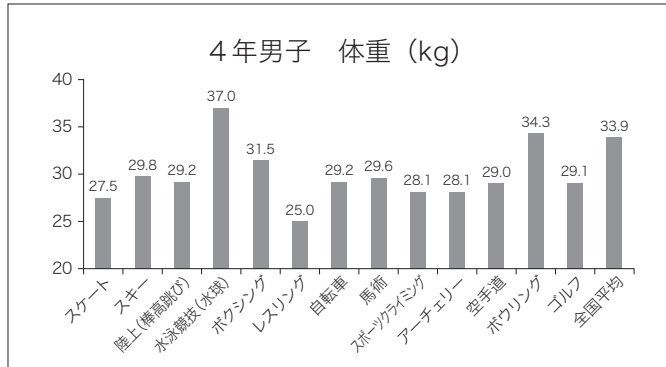
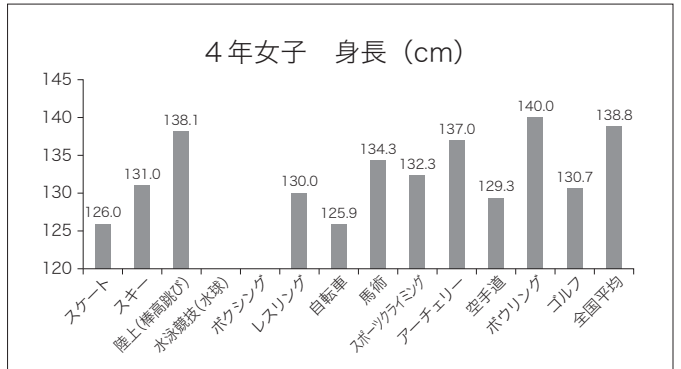
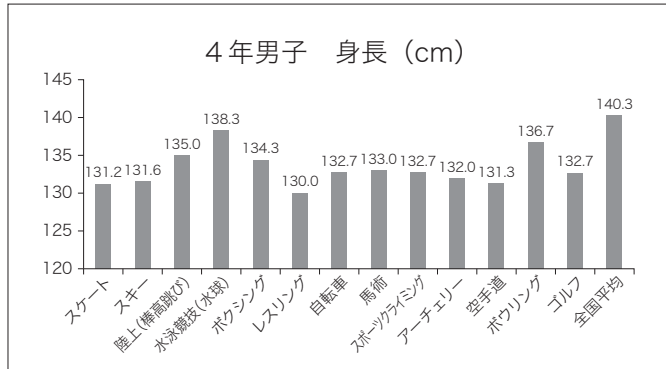
体型の観点から、今回の測定対象者は身長・体重が全国平均を下回る傾向にあった。小学４年時の１０歳前後では、発育・発達の差が顕著に認められる時期である。よって、現在成長期にある子どもたちに対して、学年進行に伴う発育・発達段階を考慮した指導が求められる。ただし、今回の対象者は成長段階にあるにも関わらず、50m走においては男女ともにすべての競技にて全国平均を上回っており、興味深い結果といえる。

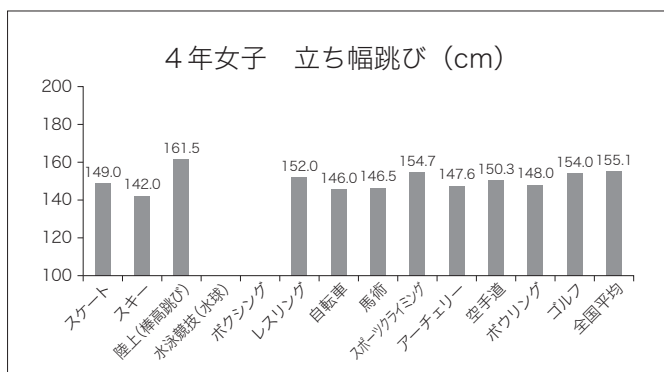
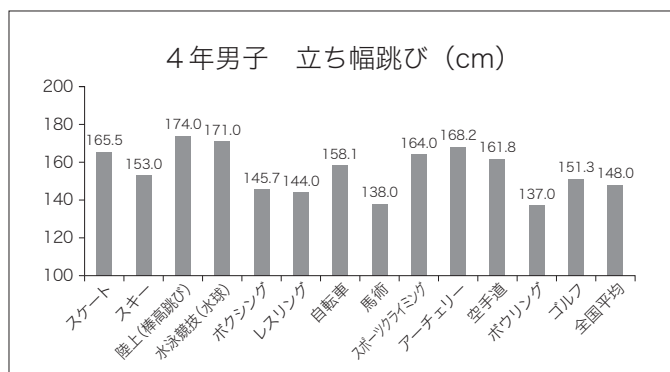
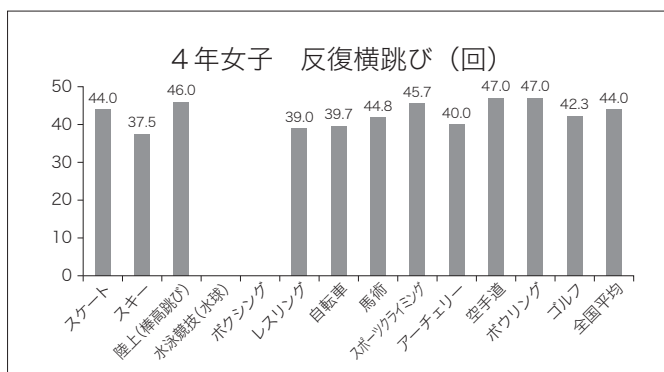
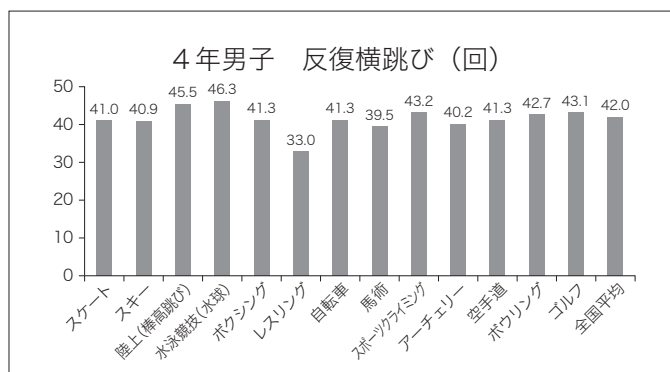
測定項目別観点から、男子において、先述の通り50m走が全競技で全国平均値を上回った。一方で、握力をみると全国平均値を上回ったのは水球のみとなった。女子においても、男子同様に50m走が全競技で全国平均値を上回った。一方で、握力をみると全国平均値を上回ったのはレスリングのみとなった。走力は、すべてのスポーツの基本的な動作であることから、50m走がいずれの競技でも上回ったことは評価できる結果といえる。握力は、習慣的運動や肥満の指標となるローレル指数との関連が示唆されているため、向上のための指導の工夫が求められよう。また、今回の立ち幅跳びの結果から、男子では概ね全国平均値を上回った一方、女子で全国平均値を上回ったのは棒高跳のみとなった。立ち幅跳びでは主に瞬発力・跳躍力を把握できるが、瞬間的な力の発揮は、いずれの競技にも必要なスキルと考えられるため、特に女子においては本項目の向上が望まれる。

今回の測定結果から、新入団生の全体的な体型的・体力的傾向を把握することができた。また、昨年度より追加された新たな競技種目のデータを今回積み重ねることができ、今後の指導に活かすことができよう。今回の対象者は、走力に優れた子どもたちが多い。先述の通り、走力はすべてのスポーツの基本的な動作であり、その点が優れているという観点から、多く現時点で「スーパーキッズ（体力的に優れた子供たち）」に値する能力を備えていると期待される。その一方で、今回の測定からウィークポイントも明らかとなった。「スーパーキッズ」を選抜することから判断すれば、全測定項目をバランスよく向上させることが求められる。従って、今回の体力測定結果をもとに、競技の特異性を踏まえながらストロングポイントをさらに伸ばすこと、またウィークポイントの改善に努め、より一層の体力の向上が求められる。

指導者の皆様には、今回のデータを参考にいただき、来年度も充実した内容で指導されますことを切に願います。

4年生の各種目における平均値





小さな掛金、大きな補償

スポーツ安全保険[®]

加入区分・掛金



4名以上の団体・グループで
ご加入ください。

保険期間

令和4年4月1日午前0時から
令和5年3月31日午後12時まで

保険内容

詳しい保険の内容は、
ホームページなどをご覧ください。

スポあんネット
／ スマホにも対応 ／

だれでも かんたんに 便利に 使いやすく
全面リニューアル！！

加入対象者	補償対象となる団体・グループ活動	加入区分	年間掛金 (1人当たり)
子ども [※] (中学生以下)	スポーツ活動 文化活動 ボランティア活動 地域活動	A1	800円
大人 (高校生以上)	スポーツ活動(指導・審判を含む) ●A2区分で対象となる活動も補償されます。	C 64歳以下	1,850円
		B 65歳以上	1,200円
	文化活動 ボランティア活動 地域活動 準備・片付け・応援・団体員の送迎 ●スポーツ活動中の事故は補償の対象外です。	A2	800円
全年齢	危険度の高いスポーツ(指導・審判を含む)	D	11,000円
子ども [※] (中学生以下)	個人活動補償型 A1 区分の補償となる団体活動に加え、個人活動も対象	AW	1,450円
大人 (高校生以上)	C 区分の補償となる団体活動に加え、個人活動も対象	CW 64歳以下 WEB加入限定	4,850円
	B 区分の補償となる団体活動に加え、個人活動も対象	BW 65歳以上 WEB加入限定	5,000円

※特別支援学校高等部の生徒を含みます。 年間掛金には、制度運営費(10円)が含まれます。
(注)C・B・CW・BW区分の年齢の判断は「令和4年4月1日」を基準とします。



スムーズな掛金支払い



コンビニ、Pay-easyでお好きな
時間に掛金が支払えます。

次年度の手続きがラク



前年度名簿を利用して加入手続
きが行えます。

履歴管理、事故通知も



加入手続の履歴を一元管理。傷害
保険の事故通知もできます。

公益財団法人 **スポーツ安全協会 群馬県支部**

TEL **027-237-0832** 電話受付時間 午前9時～午後5時
(日、月、祝日(月曜日が祝日の場合は翌日も)除く。)



スポーツ安全保険 検索



友だち募集中！

LINE 公式アカウント

本広告はスポーツ安全保険の概要を掲載しており、ご加入の際には、必ず「スポーツ安全保険のあらまし」及び「重要事項説明書」をよくお読みください。詳細は保険約款及び特約書によりますが、ご不明の点については(公財)スポーツ安全協会または東京海上日動火災保険(株)へお問い合わせください。

〈引受幹事保険会社〉

東京海上日動火災保険株式会社
担当課 公務第2部 文教公務室

☎ 0120-233-801
(平日9:00～17:00)

〈共同引受保険会社(令和4年4月予定)〉

あいおいニッセイ同和 共栄火災 損保ジャパン 大同火災 東京海上日動 日新火災 三井住友海上 AIG損保

ぐんまスーパーキッズ プロジェクト2021

—— 報告書 ——



公益財団法人群馬県スポーツ協会