



小学生育成事業（プログラム） 【U12 小学5・6年生対象】

- (1) スペシャルスクール（年6回/学年合同）
 - ア 目的：様々なスポーツの基礎的動作を経験し、ゴールデンエイジ期に養うべき運動能力を獲得する。またアスリートを目指す上で必要な知識や能力を習得し、トップ選手・コーチの話からアスリートとしての取り組み方を学ぶ。キッズを支えるために必要なスポーツ関連の知識・情報を保護者へ提供する。
 - イ 内容：身体能力開発プログラム/知的能力開発プログラム/知識獲得プログラム/保護者サポートプログラム
- (2) 競技体験トレーニング（年20回/学年別）
 - ア 内容：指定された特別連携競技の競技体験トレーニングに参加し、競技選択の可能性を広げる。
 - ※ 中学生（競技団体推薦認定者を除く）は、希望する競技体験トレーニングに参加することも可能とする。
 - イ 令和7年度特別連携競技（13競技）
ホッケー、ボクシング、レスリング、ハンドボール、自転車、フェンシング、ラグビー、スポーツクライミング、カヌー、スキージャンプ、スピードスケート、カーリング、（アーチェリー）
- (3) トレーニングキャンプ（年1回/学年合同 ※宿泊）
 - ア 目的：他学年合同プログラムや集団生活の中で積極性や自主性等を養う。
 - イ 内容：知識獲得プログラム/競技体験トレーニング/保護者サポートプログラム（保護者対象）等
- (4) 体力測定（年1回/学年別）
 - 自己の体力を把握し、トレーニングをする上での参考データとして活用する。
- (5) U12特別プログラム（年2回/パスウェイ説明会含・2学年合同 ※保護者も一緒に参加）
 - ア 知識獲得プログラム/競技体験トレーニング/保護者サポートプログラム（保護者対象）等
 - イ パスウェイ説明会：各競技団体から競技についての説明（競技特性、育成環境等）を行う。
 - ウ 希望者を対象に、競技選択等に関する個別相談（キッズ、保護者、競技団体担当者）を実施する。

中学生育成事業（プログラム） 【U15 中学1・2・3年生対象】

U15プログラム（年12回） 以下の(1)~(3)のプログラムを組み合わせ実施

- (1) フィジカルプログラム（年12回）
 - ア 目的：アスリートとしてバランスの良い身体能力を身につけ、競技力の向上につなげる。また、傷害予防のための正しい動きを習得する。
 - イ 内容：ランニングスキルトレーニング（スピード、アジリティ等）/体操競技トレーニング（調整力、柔軟性等）/ウエイトトレーニング基礎（体幹、力の発揮姿勢、瞬発力等）/総合トレーニング（空間認知、道具操作、瞬発力、適応能力等）/体力測定 他
- (2) 知識プログラム（1・2年：4回・3年：3回）
 - ア 目的：自立したアスリートになるために必要な知識や能力を習得する。（保護者もキッズと一緒に聴講）
 - イ 内容：目標設定/スポーツ栄養/スポーツ歯科 他
- (3) U15特別プログラム（年1回/学年合同）
 - ア 日本ローイング協会トライアウト測定・運動機能チェック
 - (ア) 日本ローイング協会連携事業のトライアウトに参加し、自己の体力を把握し、トレーニングをする上での参考データとして活用するとともに今後の競技選択に活かす。（U15競技団体推薦認定者を除く）
 - (イ) 運動機能チェックにより各関節が機能的に動くかどうかを確認し、発育・発達における外傷や障害を未然に防ぐとともに、健やかな生活を送れるようにする。
 - イ 知識プログラム
 - (ア) 目的：自立したアスリートになるために必要な知識や能力を習得する。
 - (イ) 内容：スポーツ・インテグリティ講話（令和6年度）
- (4) パスウェイ面談
 - 競技選択等に関する調査を実施し、トレーニングや競技選択等に関するパスウェイ面談を実施する。
- (5) 特別連携競技体験スクール
 - 特別連携競技団体が指定した日程、会場において希望者は競技体験に参加し、適性を把握し、競技選択の可能性を広げる。（競技団体推薦による認定者は専門種目のみ対象とする）
- (6) ナショナルトレーニングセンター研修（年1回/1年対象 ※宿泊）
 - トップレベル競技者を対象とした国際競技力の総合的な向上を図る最先端のトレーニング施設であるナショナルトレーニングセンターでの研修・実地体験等を実施し、世界を目指す意識を醸成し、一層の競技力向上を図る機会とする

