

令和3年度いわてスーパーキッズ発掘・育成事業

U15(中学生) 年間計画表

R3.5.19版

月	日	曜	2021 U15(中1)		2020 U15(中2)		
			時 間 会 場	プログラム	時 間 会 場	プログラム	
4	11	日	16:20~19:00 県営武道館	U15プログラム① ◇令和3年度事業説明 知：目標設定(保護者も聴講) フ：体操①	17:20~19:00 県営武道館	U15プログラム① ◇令和3年度事業説明 フ：体操①	
5	5	水祝	13:00~14:15 (9:30~16:45の中で 他学年の割当時間に 参加可) 花巻市総合体育館 第3アリーナ	U15プログラム② フ：体力測定	14:15~15:30 (9:30~16:45の中で 他学年の割当時間に 参加可) 花巻市総合体育館 第3アリーナ	U15プログラム② フ：体力測定	
6	13	日	15:10~16:40 大船渡 市民体育館	U15プログラム③ フ：コーディネーショントレーニング 20mシャトルラン測定	14:10~16:40 大船渡 市民体育館	U15プログラム③ 知：スポーツ栄養Ⅱ①(保護者も聴講) フ：コーディネーショントレーニング 20mシャトルラン測定	← 時間の 変更 内容の 追加
7	4	日	13:30~15:40 盛岡市立高校	U15プログラム④ フ：総合トレーニング①(バドミントン)	16:00~18:10 盛岡市立高校	U15プログラム④ フ：総合トレーニング①(バドミントン)	← 中1 時間の 変更
8	1	日	16:20~18:50 岩手大学	U15プログラム⑤ 知：スポーツ栄養Ⅰ①(保護者も聴講) フ：エアロビック	17:20~18:50 岩手大学	U15プログラム⑤ フ：エアロビック	← 時間の 変更
9	26	日	17:20~19:00 岩手大学	U15プログラム⑥ フ：体操②	16:20~19:00 岩手大学	U15プログラム⑥ 知：トレーニング概論(保護者も聴講) フ：体操②	
10	17	日	17:00~18:30 富士大学	U15プログラム⑦ フ：総合トレーニング②(バレーボール)	16:00~18:30 富士大学	U15プログラム⑦ 知：メンタルトレーニング(保護者も聴 講) フ：総合トレーニング②(バレーボール)	← 時間 会場の 変更
11	21	日	15:30~17:00 盛岡工業高校	U15プログラム⑧ フ：ウェイトトレーニング基礎	17:30~19:00 盛岡工業高校	U15プログラム⑧ フ：ウェイトトレーニング基礎	
12	19	日	16:00~19:00 県営武道館	U15プログラム⑨ 知：スポーツ歯科(保護者も聴講) フ：ファンクショナルトレーニング	17:15~19:00 県営武道館	U15プログラム⑨ フ：ファンクショナルトレーニング	
1	9	日	16:00~17:45 岩手大学	U15プログラム⑩ フ：ランニングスキル(スピード)	16:00~19:00 岩手大学	U15プログラム⑩ 知：スポーツ栄養Ⅱ②(保護者も聴講) フ：ランニングスキル(スピード)	
2	13	日	16:00~18:10 県営武道館	U15プログラム⑪ フ：ランニングスキル(アジリティ①)	16:00~18:10 県営武道館	U15プログラム⑪ フ：ランニングスキル(アジリティ①)	
3	6	日	16:10~17:00 県営武道館	U15プログラム⑫ 知：スポーツ栄養Ⅰ②(保護者も聴講) フ：ランニングスキル(アジリティ②)	16:10~17:50 県営武道館	U15プログラム⑫ フ：ランニングスキル(アジリティ②)	
	21	月祝	9:15~12:30 キャラホール	修了式・開始式	9:15~12:30 キャラホール	修了式・開始式	
年間プログラム回数			[キッズ] 計13回 ◆U15プログラム 12回 (フィジカルプログラム12回※体力測定1回含む、知識プログラム4回) ◆開始式・修了式 1回 [保護者] 計5回 ◆知識プログラム 4回 (キッズと一緒に聴講) ◆修了式・開始式 1回				

※ フ：フィジカルプログラム 知：知識プログラム