

デフジュニアアスリート育成プログラム開催要項

目的

未来のトップアスリートを目指す聞こえない・聞こえにくいジュニア選手の育成を目的として、5つのプログラムを開講いたします。

手話通訳および文字通訳を用意し、聞こえない・聞こえにくい選手に、アスリートとして必要なスポーツ知識を身につけ、自ら意識を高めて日々の稽古に取り組んでいただき、

また保護者サポートプログラムに保護者も一緒に受講することで、親のサポートも子どもの競技力向上に貢献できることを目的にしてプログラムを実施いたします。

プログラムの内容

▶医科学トレーニング(座学)

ジュニアアスリートに対し、適切なトレーニングの方法や身体・運動能力に関する正しい知識を医科学の面から提供することで、競技力向上やスポーツ障害予防を図り、トップアスリートへの成長につなげることができます。

【講師】豊嶋建広氏

麗澤大学特任教授、麗澤大学経済学部経営学科スポーツビジネス専攻長、早稲田大学講師、日本武道学会空手道専門分科会会長、元JOC強化スタッフ。公財日本スポーツ協会公認コーチ4(旧上級コーチ)、アスレティックトレーナー。公財日本レクリエーション協会公認レクリエーションインストラクター、スポーツ・レクリエーション指導員。



▶メンタルトレーニング(座学・実技)※保護者サポートプログラム

能力発揮のための3要素として、心(精神力)・技(技術力)・体(体力)とよく言われるように、スポーツで活躍するためには、身体面だけでなく精神面やこころの健康状態を保つメンタルトレーニングも必要です。

【講師】久保田真広氏

株式会社カロ代表取締役。トレーナーの育成と派遣業務(社会人・大学・高校野球チームの他、鈴鹿8耐チームや大学水泳部など)及びメンタル講習及びサポート(日本ハンドボール協会、社会人野球チーム、プロゴルファー、プロボレーなど)を行っている。



▶フィジカルトレーニング(座学・実技)

肉体能力の維持および強化、健康保持を目的とする肉体的な運動の総称です。フィジカルトレーニングはセルフケアの一種であり、スポーツ選手には欠かせません。成長期の中高生に適した3種(柔軟性トレーニング・体幹トレーニング・リズムトレーニング)のメニューを実践します。

▶スポーツ栄養学(座学)※保護者サポートプログラム

試合で勝つための体づくり、パフォーマンスを維持するための食事、筋肉量を維持・増加するための食事など、食べる内容によってアスリートらしい身体をつくることができます。食事のことは選手本人だけではなく家庭でのサポートが重要となることから、希望する保護者も参加して、一緒に学んでいきます。

【講師】後藤優子氏

フィットネスクラブでの運動指導、ダイエット&生活習慣予防指導専門学校講師、アスリートのトレーナー&栄養サポート、学童ファシリテーターを務める。55kg級の山田沙羅選手をサポートしており、空手道マガジンJKFanの連載掲載でお馴染みのトレーナー。



▶コミュニケーション能力(座学)

学校や空手道場、家庭や友人関係、恋愛においても、どのような人間関係を作るか、そしてその関係の良し悪しは、すべてコミュニケーションによって成り立っています。特にろう者・難聴者は、聞こえる相手とコミュニケーションを取るために、手話や筆談、また相手の口話を読み取るなど、「相手の話を理解する」「こちら話を分かりやすく伝える」といった能力が求められます。様々な事例を取り上げてディスカッションを行い、選手自らのコミュニケーション能力を見つめ直していく。

【講師】高橋朋子氏

全日本ろう者空手道連盟会長、日本手話で教える空手道教室「朋心会」代表指導者。2008年世界ろう者武道選手権大会およびデフリンピックプレ大会にて、女子組手で金メダルを獲得。テコンドーやキックボクシングへと格闘技の幅を広げたのち、空手指導者に至る。現在は日本のろう者空手指導者の先駆者として、社会への理解促進や普及啓発活動を行っている。



※保護者サポートプログラム

下記のプログラムは保護者の方の参加を強く推奨いたします。

- ・メンタルトレーニング(座学・実技)
- ・スポーツ栄養学(座学)

開催要項

- 【日 程】 2021年10月9日(土)～10日(日)
- 【場 所】 滝野川会館
東京都北区西ヶ原1丁目23-3
- 【参加対象】 空手道(寸止め)に励んでいる、聞こえない・聞こえにくい選手
(中学1～3年と高校1～3年)とその保護者。
※強化選手を目指している大学生・社会人の方も参加可(応相談)。
- 【募集人数】 選手20名まで(先着順。定員超えた場合はJDKF.会員優先となります。)
- 【参加費】 JDKF.会員:3,000円 その他:6,000円
- 【その他】
- 情報保障として手話通訳および文字通訳を用意致します。
 - コロナ感染対策を強化した上で、対面型で受講いただきます。
ただし、コロナ感染状況によっては、オンラインへ変更となる場合があります。
 - 旅費交通費の一部(宿泊費含む対象経費の2分の1又は2万5千円のいずれか低い額)を助成致します。助成条件として、全コマ出席(遅刻や早退は認められない)していること、公共交通機関を利用すること、宿泊費は片道100km以上であること、助成交付申請に必要な書類(領収書等)を提出すること等があげられます。

育成プログラムについて

主催



協力

S&C(映像による手話&字幕サービス)
手話通訳派遣サービス会社

支援

公益財団法人

ノエビアグリーン財団
NOEVIR GREEN FOUNDATION

ノエビアグリーン財団の助成事業により実施。

※タイムテーブルは次頁を参照ください。

タイムテーブル(予定) 多少の変更がある場合もあります。

9:00		10月9日(土)	10月10日(日)
10:00			
11:00			10:00~11:30 コミュニケーション能力 301・302集会室
12:00			
	12:30 受付		12:00~13:00 昼食(各自フリータイム)
13:00			
14:00	13:00~14:15 オープニング 小ホール		13:30~15:30 スポーツ栄養学 ※保護者の参加必須 小ホール
15:00	14:30~16:30 メンタルトレーニング 小ホール		15:30~15:45 休憩
16:00			15:45~17:45 フィジカルトレーニング 小ホール
17:00			
18:00	17:00~18:00 フリートーク 和室		17:45~18:15 クロージング
19:00	18:30~20:00 武道とスポーツ医学 301・302集会室		
20:00			