

# スポーツ選手になりたい！

## ～自ら考える 夢・栄光への道～ (サッカー・野球編)

in 茨城県立中央青年の家

将来「スポーツ選手」になりたい！この大きな夢を題材にして、夢や目標を実現するために自ら課題を設定しその解決に向けて行動できる児童・生徒の育成を目指す、全3回のプログラムを開催します。

**日程：**1回目 令和5年12月23日(土)・24日(日) 1泊2日  
2回目 令和6年1月27日(土)・28日(日) 1泊2日  
3回目 令和6年2月10日(土)・11日(日) 1泊2日

日程・内容の詳細は裏面に記載

**開催地：**茨城県立中央青年の家(土浦市永井987)他 視察訪問先等

**対象：**茨城県内在学の小学5年生～6年生・中学校1年生～2年生

※原則全3回の全日程に参加できること

※大会等により参加できない日が事前にわかる場合は、申込時にお知らせください

**定員：**15名 ※応募多数の場合は選考を行います

**参加費：**2,400円/回 全3回合計7,200円

※参加費に含まれるもの 食事代、宿泊費、寝具代、活動費、保険料

**申込方法：**まずは、①氏名、②学年、③電話番号を明記の上、メールで

〆切12/15(金) 中央青年の家にお申込みください。お申込みいただいた方に別途ご案内いたします。

お申込みメールはこちらから⇒



### ★特別プログラム 選手・監督・スタッフの方に話を聞こう！ワークショップ



○サッカー 筑波大学蹴球部 小井土 正亮 監督に聞く

数々のJリーガーを輩出する名門・筑波大学蹴球部の監督として、「三苫薫選手」を筑波大学在学中に指導。世界で活躍する三苫選手の学生時代のエピソードや、サッカーに向き合う姿勢、夢や目標を実現するために大切なことを聞いて、自分の課題を考えよう。



○野球 茨城アストロプラネッツ 選手・スタッフに聞く

今年のプロ野球ドラフト会議2023で、2名の所属選手が「中日ドラゴンズ」から指名を受け『NPBプロ野球』という大きな夢の舞台に活躍の場を広げています。そのようなチームの選手やサポートするスタッフの方から話を聞いて、自分の課題を考えよう。

その他にも、世界で活躍する有名男子プロテニス選手のツアーに帯同経験がある管理栄養士による「ジュニアアスリート向けの食事」スポーツ栄養学講座、野外炊飯など各種体験活動も予定

主催：茨城県立中央青年の家

〒300-4101 土浦市永井987

☎ 029-862-3500 FAX 029-862-3412

✉ entry@c-seinen.gakusyu.ibk.ed.jp

HP <https://c-seinen.net/>



詳細はwebサイトにて！

## プログラムの日程・内容

■日程 ※全3回のプログラムとなります

### 1回目 日程 12月23日(土)・24日(日) 1泊2日 『課題設定』

夢や目標を実現するための課題を考えよう。県内スポーツチームの方を招いてワークショップを開催。直接色々な話を聞いたり質問をしたりして、自分なりの課題を設定します。

#### ★スペシャルゲスト★



#### サッカー：筑波大学蹴球部 小井土 正亮 監督（筑波大学体育系助教）

127年の歴史を持ち、数々のJリーガーを輩出する名門・筑波大学蹴球部。2015年から監督を務められ、自身もプロ選手としての活動やJリーグのコーチなど様々な経験をもつ。2020年に同部を卒業した『三笠薫選手』を指導し、三笠選手の学生時代のエピソードを交えながら、夢や目標を実現するために大切なことをお話いただきます。



#### 野球：茨城アストロプラネッツ 選手・スタッフ

茨城アストロプラネッツは、BCリーグに所属する茨城県で唯一のプロ野球チーム。今年のプロ野球ドラフト会議2023では、2名の所属選手が「中日ドラゴンズ」から指名を受け『NPB プロ野球』という大きな夢の舞台に活躍の場を広げています。そのようなチームの選手や選手をサポートするスタッフの方から話を聞いて、自分の課題を考えよう。

### 2回目 日程 令和6年1月27日(土)・28日(日) 1泊2日 『フィールドワーク』

自分の課題を解決するために必要なことについて、自分で何をどのように学びたいかを考え、自ら考えた方法によるフィールドワーク（訪問調査・職場体験等）を通じ、課題に対する考察を深めます。

例）筑波大学蹴球部の練習に参加したり、プロ選手やプロを目指す大学生等にインタビューしたり など

### 3回目 日程 令和6年2月10日(土)・11日(日) 1泊2日 『成果発表・プレゼンテーション』

ご家族や関係者を招いて活動報告会を開催。課題を解決するための「自分の考え」をしっかりと伝えるために、発表資料の作成・プレゼンテーションの練習をします。

また、世界で活躍する有名男子プロテニス選手のツアーに帯同経験がある管理栄養士による「ジュニアアスリート向けの食事」スポーツ栄養学講座を開催。選手にとって重要な栄養について学びます。

#### 【スケジュール予定（主な活動プログラム）】

行程	1回目		2回目		3回目	
	12/23(土)	12/24(日)	1/27(土)	1/28(日)	2/10(土)	2/11(日)
朝食		食堂		食堂		食堂
午前	9:00 集合 オリエンテーション	研修(課題設定)	9:00 集合 フィールドワーク(訪問調査・職場体験等)	研修(課題考察)		研修(資料作成・プレゼンテーション練習)
昼食	食堂	食堂	外食	野外炊飯		食堂
午後	★選手・監督・スタッフの方に話を聞こう！ワークショップ	13:00 解散	フィールドワーク(訪問調査・職場体験等)	14:00 解散	13時集合 ★スポーツ栄養学講座	活動報告会(学びの成果・報告) 16:00 解散
夕食	食堂		食堂		食堂	
夜	レクリエーション		レクリエーション		研修(資料作成)	

※スケジュールは、変更になる場合がございます。

※大会等により参加できない日が事前にわかる場合は、申込時にお知らせください。