

第1期生 募集要項

1年ごとのプログラムを2年間経験し、理解を深めることを原則とします。

事業目的	<ul style="list-style-type: none"> ・砺波市内の小学校4～5年生を対象に、未来を担うスポーツ大好きな子どもたちを育てます。 ・運動神経系の発達がほぼ完成に近づき、動きの巧みさを身につけるのに最も適する年代のメリットを活かし、発育段階に応じた育成プログラムを楽しみながら、スポーツに必要な運動神経を養い、どのようなスポーツにも通用する運動能力の基礎を身につけられるよう子どもたちを支援します。
募集期間	令和6年12月23日(月)～令和7年2月7日(金) (令和7年1月25日(土)PM2:00～保護者説明会、体験会)
スポーツ測定	令和7年2月15日(土)PM2:00～【会場】砺波体育センター
応募方法	<ul style="list-style-type: none"> ・一般公募 ・競技協会推薦 ★申込フォーム及び申込用紙にて応募する
受講者の決定	応募のあった児童全員の応募動機等及び簡単なスポーツ測定を参考に、決定します。
参加料	5,800円/年(保険料、Tシャツ代等)※受講決定後にお支払いいただきます。 ◎原則、お支払いいただいた参加料は返金いたしません。

応募からプログラム開始までの流れ

① 応募

令和6年12月23日(月)～
令和7年2月7日(金)

- ・一般公募
- ・競技協会推薦



② 説明会

令和7年1月25日(土)
PM2:00～
【会場：砺波体育センター】

- ・保護者説明会
- ・体験会



③ スポーツ測定

令和7年2月15日(土)
PM2:00～
【会場：砺波体育センター】



④ 受講者決定

令和7年3月上旬



⑤ 開講式

令和7年4月26日(土)
PM2:00～
【会場：砺波体育センター】



⑥ プログラム開始

令和7年5月～
【会場：砺波体育センター】

- ・年間12回
(月1回
土曜日午後)



活動内容

各分野で活躍されている指導者による発育段階に応じたプログラムを月1回(年12回)2～3時間実施します。



① 身体能力開発プログラム

コーディネーショントレーニング

- ・体の動きや力の加減を調整する「運動神経」を鍛えるトレーニング

コンディショニングトレーニング

- ・競技で最上のパフォーマンスを行うために調子を整えるトレーニング

コアトレーニング

- ・身体のコア(核)となる脊柱(体幹)に近い部分から意識的、優先的に鍛えるトレーニング

ビジョントレーニング

- ・ものを目で捉える力を高め、見たものを正しく認識したり、体を自分のイメージ通りに動かしたりする機能を高めるトレーニング



② 知的能力開発プログラム

パフォーマンスを高める目標設定

- ・適切な目標設定をすることで、子どものモチベーションを高く継続させ、パフォーマンスを高めることにつなげる

コミュニケーション能力

- ・コミュニケーションを身につけることでスポーツ選手としてだけでなく子どもの成長も促す

メンタルトレーニング

- ・自分の目標に対して、最大限のパフォーマンスを発揮するため、やる気を高める・気持ちを切り替えるなどの方法を学ぶ

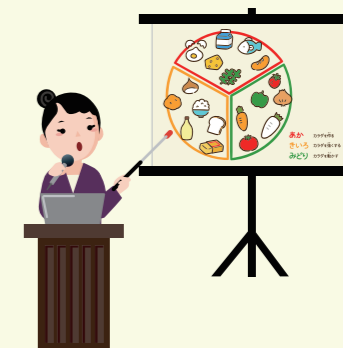
栄養学・栄養指導

スポーツ傷害(外傷・傷害)予防

- ・スポーツ選手の食事や摂り方を学び、自身の生活のパフォーマンスを上げることに繋げる

③ トップアスリート講話(年1回)

④ 保護者サポート(年3回程度)



令和7年度 ゴールデンエイジステップアップ事業 申込用紙

事業の趣旨に同意し、以下のとおり申し込みます。

ふりがな				生年月日	
児童氏名		平成	年	月	日
保護者氏名				(続柄)	
住所	〒				
学校名・学年	小学校	年生			
連絡先①	自宅・保護者携帯				
連絡先②	自宅・保護者携帯				

※連絡先は必ず1つ記入してください。↑

好きなスポーツ			
所属する スポーツクラブ名	(競技名:)		
所属する スポーツ少年団名	(競技名:)		
現在の身長	現在の体重	小数点以下を 切り捨てて記入	
cm	kg		

◎応募動機

本事業でがんばりたいことを記入してください。

ホームページ、報道等への活動写真、氏名、学校名の掲載について 承諾する ・ 承諾しない

- 申込期間** 令和6年12月23日(月)～令和7年2月7日(金)
 - 応募対象** 砺波市内の小学校3年生及び4年生(令和7年度4年生及び5年生)
 - 申込方法** 申込用紙に必要事項をご記入の上、砺波体育センターへ直接持参ください。また、申込フォームでもお申し込みできます。
※郵送、FAX、メール不可
 - 申込先** 砺波体育センター 〒939-1366 砺波市表町18番6号
 - 問合せ** 公益財団法人砺波市スポーツ協会 ☎0763-32-5240
- ※申込用紙に記載された個人情報等は、本事業以外の目的には使用しません。



申込フォーム



問合せフォーム

集まれ!!
スポーツ大好きな子どもたち

ゴールデンエイジ ステップアップ事業



対象

砺波市内
令和7年度
新小学4年生及び5年生
60名程度



ゴールデンエイジとは？

9歳～12歳までの運動能力が急速に発達するこの時期を、ゴールデンエイジと言います。

可能性を高めることができるこの時期は、運動能力を高める大きなチャンスです。スポーツを楽しみ、関心を高め、そして好きになり、目標をもって続けていくための土台づくりをしましょう!!

主催 公益財団法人砺波市スポーツ協会