令和４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　　R4.5.26版

月	日	曜	中１（2022Ｕ15）		中２（2021Ｕ15）		中３（2020Ｕ15）	
			時間 会場	プログラム	時間 会場	プログラム	時間 会場	プログラム
4	10	日	15:45～18:45 富士大学	Ｕ15プログラム① ◇令和４年度事業説明 知識：目標設定 （保護者も聴講） フィジカル：体操①	16:45～18:45 富士大学	Ｕ15プログラム① ◇令和４年度事業説明 フィジカル：体操①	16:45～18:45 富士大学	Ｕ15プログラム① ◇令和４年度事業説明 フィジカル：体操①
5	3	火祝	13:00～14:15 (9:30～15:30の中で他学年の割当時間に参加可) 富士大学スポーツセンター	Ｕ15プログラム② フィジカル：体力測定	13:00～14:15 (9:30～15:30の中で他学年の割当時間に参加可) 富士大学スポーツセンター	Ｕ15プログラム② フィジカル：体力測定	14:15～15:30 (9:30～14:15の中で他学年の割当時間参加可) 富士大学スポーツセンター	Ｕ15プログラム② フィジカル：体力測定
6	12	日	17:00～18:00 オンライン プログラム	Ｕ15プログラム③ フィジカル： コーディネーション トレーニング	16:00～18:00 オンライン プログラム	Ｕ15プログラム③ 知識：スポーツ栄養Ⅱ① （保護者も聴講） フィジカル： コーディネーション トレーニング	17:00～18:00 オンライン プログラム	Ｕ15プログラム③ フィジカル： コーディネーション トレーニング
7	10	日	13:45～15:30 盛岡市立高校	Ｕ15プログラム④ フィジカル： 総合トレーニング① （バドミントン）	16:00～17:45 盛岡市立高校	Ｕ15プログラム④ フィジカル： 総合トレーニング① （バスケットボール）	15:00～17:45 盛岡市立高校	Ｕ15プログラム④ 知識：アンチ・ドーピング （保護者も聴講） フィジカル： 総合トレーニング① （バスケットボール）
7	31	日	17:00～18:00 オンライン プログラム	Ｕ15プログラム⑤ フィジカル：エアロビック	17:00～18:00 オンライン プログラム	Ｕ15プログラム⑤ フィジカル：エアロビック	16:00～18:00 オンライン プログラム	Ｕ15プログラム⑤ 知識：スポーツ栄養Ⅲ （保護者も聴講） フィジカル：エアロビック
9	19	月祝	17:00～18:30 県営武道館	Ｕ15プログラム⑥ フィジカル：体操②	16:00～18:30 県営武道館	Ｕ15プログラム⑥ 知識：メンタルトレーニング ①（保護者も聴講） フィジカル：体操②	17:00～18:30 県営武道館	Ｕ15プログラム⑥ フィジカル：体操②
10	23	日	16:00～18:45 岩手県立大学	Ｕ15プログラム⑦ 知識：スポーツ栄養Ⅰ① （保護者も聴講） フィジカル： 総合トレーニング② （バレーボール）	17:00～18:45 岩手県立大学	Ｕ15プログラム⑦ フィジカル： 総合トレーニング② （バレーボール）	17:00～18:45 岩手県立大学	Ｕ15プログラム⑦ フィジカル： 総合トレーニング② （バレーボール）
11	23	水祝			15:30～17:00 盛岡工業高校	Ｕ15プログラム⑧ フィジカル： 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 フィジカル： ウェイトトレーニング基礎
11	26	土	14:30～17:10 盛岡工業高校	Ｕ15プログラム⑧ 知識：スポーツ歯科 （保護者も聴講） フィジカル： ウェイトトレーニング基礎				
12	18	日	17:00～18:45 富士大学	Ｕ15プログラム⑨ フィジカル： 身体を機能的に動かす トレーニング	17:00～18:45 富士大学	Ｕ15プログラム⑨ フィジカル： 身体を機能的に動かす トレーニング	16:00～18:45 富士大学	Ｕ15プログラム⑨ 知識：メンタルトレーニング ②（保護者も聴講） フィジカル： 身体を機能的に動かす トレーニング
1	8	日	16:20～17:50 岩手県立大学	Ｕ15プログラム⑩ フィジカル： ランニングスキル （アジリティ①）	16:20～18:50 岩手県立大学	Ｕ15プログラム⑩ 知識：スポーツ栄養Ⅱ② （保護者も聴講） フィジカル： ランニングスキル （アジリティ①）	16:20～17:50 岩手県立大学	Ｕ15プログラム⑩ フィジカル： ランニングスキル （アジリティ①）
2	12	日	16:00～17:45 県営武道館	Ｕ15プログラム⑪ フィジカル： ランニングスキル （アジリティ②）	15:00～17:45 県営武道館	Ｕ15プログラム⑪ 知識：トレーニング概論 （保護者も聴講） フィジカル： ランニングスキル （アジリティ②）	16:00～17:45 県営武道館	Ｕ15プログラム⑪ フィジカル： ランニングスキル （アジリティ②）
3	5	日	10:00～12:45 大船渡市民 体育館 シーパル 大船渡	Ｕ15プログラム⑫ 知識：スポーツ栄養Ⅰ② （保護者も聴講） フィジカル： ランニングスキル （スピード）	10:00～11:45 大船渡市民 体育館	Ｕ15プログラム⑫ フィジカル： ランニングスキル （スピード）	10:00～11:45 大船渡市民 体育館	Ｕ15プログラム⑫ フィジカル： ランニングスキル （スピード）
	21	火祝	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	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、知識プログラム中１・中２：４回・中３：３回） ◆修了式・開始式　１回 〔保護者〕計５回 ◆知識プログラム　４回（中１・中２：キッズと一緒に聴講）　３回（中３：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