

令和8年度いわてスーパーキッズ発掘・育成事業 U15（小学生）年間計画表

R8.4.1版

| 月 | 日 | 中1 (2025U15) | | 中2 (2024U15) | | 中3 (2023U15) | | |
|----|----|---|---|------------------------------------|---|------------------------------------|---|---|
| | | 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 | 5 | 15:35~18:45 富士大学 | U15プログラム① ◇令和7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 | 16:35~18:45 富士大学 | U15プログラム① ◇令和7年度事業説明 フィジカル：体操① | 16:35~18:45 富士大学 | U15プログラム① ◇令和7年度事業説明 フィジカル：体操① | |
| 4 | 26 | 12:50~16:30 富士大学 | U15特別プログラム ・インテグリティ講話 ・運動機能チェック | 12:50~16:30 富士大学 | U15特別プログラム ・インテグリティ講話 ・運動機能チェック | 12:50~16:30 富士大学 | U15特別プログラム ・インテグリティ講話 ・運動機能チェック | |
| 5 | 6 | 9:30~15:30 花巻市総合体育館 第3アリーナ | U15プログラム② フィジカル：体力測定+岩手大学測定① | 9:30~15:30 花巻市総合体育館 第3アリーナ | U15プログラム② フィジカル：体力測定+岩手大学測定① | 9:30~15:30 花巻市総合体育館 第3アリーナ | U15プログラム② フィジカル：体力測定+岩手大学測定① | |
| 6 | 7 | 17:00~18:30 岩手県立大学 | U15プログラム③ フィジカル：運動機能チェック | 16:00~18:30 岩手県立大学 | 知識：スポーツ栄養Ⅱ① (保護者も聴講) フィジカル：運動機能チェック | 17:00~18:30 岩手県立大学 | U15プログラム③ フィジカル：運動機能チェック | |
| 7 | 19 | 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 | 知識：メンタルトレーニング② (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) | |
| 8 | 2 | 16:50~18:00 (オンライン①) | U15プログラム⑤ フィジカル：エアロビクストレーニング | 16:50~18:00 (オンライン①) | U15プログラム⑤ フィジカル：エアロビクストレーニング | 15:50~18:00 (オンライン①) | 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：エアロビクストレーニング | |
| 9 | 13 | 10:00~16:00 岩手県営武道館 | U15プログラム⑥ 知識：トップ選手講話(保護者も聴講) フィジカル：トップ選手交流 | 10:00~17:00 岩手県営武道館 | 知識：トップ選手講話 知識：メンタルトレーニング① (保護者も聴講) フィジカル：トップ選手交流 | 10:00~16:00 岩手県営武道館 | U15プログラム⑥ 知識：トップ選手講話(保護者も聴講) フィジカル：トップ選手交流 | |
| 10 | 18 | 15:00~18:00 二戸市総合スポーツセンター | 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 | 16:00~18:00 二戸市総合スポーツセンター | U15プログラム⑦ フィジカル：総合トレーニング② | 16:00~18:00 二戸市総合スポーツセンター | U15プログラム⑦ フィジカル：総合トレーニング② | |
| 11 | 7 | 16:00~18:30 盛岡工業高校 | U15プログラム⑧ 知識：スポーツ学科(保護者も聴講) フィジカル：ウエイトトレーニング基礎 | | | 15:00~16:30 盛岡工業高校 | U15プログラム⑧ フィジカル：ウエイトトレーニング基礎 | |
| 11 | 15 | | | 16:00~17:30 盛岡工業高校 | U15プログラム⑧ フィジカル：ウエイトトレーニング基礎 | | | |
| 12 | 6 | 17:00~18:00 (オンライン②) | 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 | 17:00~18:00 (オンライン②) | 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 | 16:00~18:00 (オンライン②) | U15プログラム⑨ 知識：アンチ・ドーピング (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 | |
| 12 | 12 | 東京都内 | ナショナルトレーニングセンター研修 | | | | | |
| 1 | 12 | 17:00~18:30 (オンライン③) | U15プログラム⑩ フィジカル：コア・トレーニング* | 16:00~18:30 (オンライン③) | 知識：スポーツ栄養Ⅱ② (保護者も聴講) フィジカル：コア・トレーニング* | 17:00~18:30 (オンライン③) | U15プログラム⑩ フィジカル：コア・トレーニング* | |
| 2 | 7 | 13:30~15:00 岩手県立大学 | U15プログラム⑪ フィジカル：ランニングスキル(ｽﾎｰﾄﾞ)+岩手大学測定② | 13:30~16:20 岩手県立大学 | 知識：トレーニング理論 (保護者も聴講) フィジカル：ランニングスキル(ｽﾎｰﾄﾞ)+岩手大学測定② | 13:30~15:00 岩手県立大学 | U15プログラム⑪ フィジカル：ランニングスキル(ｽﾎｰﾄﾞ)+岩手大学測定② | |
| 2 | 28 | 10:00~12:45 大船渡市民体育館 シーバル大船渡 | 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：体操② | 10:00~11:45 大船渡市民体育館 シーバル大船渡 | U15プログラム⑫ フィジカル：体操② | 10:00~11:45 大船渡市民体育館 シーバル大船渡 | U15プログラム⑫ フィジカル：体操② | |
| 3 | 20 | 13:00~16:30 キャラホール | 修了式・開始式 | 13:00~16:30 キャラホール | 修了式・開始式 | 13:00~16:30 キャラホール | 修了式 | |
| ※ | | 【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5回※3年生は4回) ◆U15特別プログラム1回 ◆修了式・開始式1回 【保護者】計6回 ◆知識プログラム5回(キッズと一緒に聴講※3年生は4回) ◆修了式・開始式1回 | | | | | |  |

プログラム毎の要項、時間/会場等変更が生じる際はホームページでのお知らせとなります。常に確認いただきますようお願いいたします。