

清流の国ジュニアアスリート育成プロジェクト
開始式・共通プログラム(運動能力測定)【全学年】

本プロジェクトに参加する、第2・3・4期生131人の開始式を行い、本年度のプログラムがスタートしました。開始式後、6つの種目の運動能力測定を行いました。岐阜県スポーツ科学センター(GSSC)の最新の機材を使った測定に全力で取り組みました。

日時 : 平成30年5月5日(土・祝) 18:00~20:00

会場 : 山県市総合体育館
山県市高木1675

測定員 : 岐阜大学 教育学部教授 春日 晃章 氏
岐阜聖徳学園大学 教育学部准教授 小栗 和雄 氏
岐阜県スポーツ科学センター(GSSC)職員
岐阜大学、岐阜聖徳学園大学の大学院生・大学生

目的 : 運動能力測定を定期的実施し、現在の運動能力を記録・蓄積するとともに、過去のデータと照合して体力分析を行い、個々の体力的課題を明確にする。

測定種目 : ①20m走【走力】 ②立位ステップング【敏捷性】
③立ち3段跳び【跳躍力】 ④メディシンボール投げ【投力・体幹パワー】
⑤プロアジリティテスト【敏捷性】 ⑥全身反応【反射神経】
○身体計測(身長・体重)

