

令和8年度 第2回プラチナキッズ育成プログラム

令和8年6月21日（日）に、今年度2回目となる育成プログラムが駿河台大学（飯能市）で開催されました。SUN（埼玉県スポーツ・ウエルネス系大学）の加盟大学である駿河台大学、駿河台大学カヌー部、そして埼玉県カヌー協会との共催プログラムとなりました。

今回のテーマは「夢に向けたロードマップづくり～道筋とところの持ち方を考える～」。プラチナキッズがアスリートとしての目標達成に向けた行動を考え、スポーツ医・科学の知識を実践的に学ぶプログラムを実施しました。

○「PDCA 2nd stage ～アスリートライフスタイル～」

～アスリートとしての生活習慣を考え、チームでPDCAサイクルを実践！～
アスリートにとって大切な生活習慣について学んだあと、
グループでマシュマロタワー作成に挑戦！仲間と試行錯誤する中で
「計画→実行→振り返り→改善」のPDCAサイクルを実践的に学びました。



○「コンディショニングの実践」

～メディカルチェック結果を活用し、自分の身体と向き合う！～
柔軟性のチェック方法やストレッチ方法を学び、親子でコンディショニングに取り組みました。



○「KSC（キッズ・スポーツ・チャレンジ）カヌー」

～大学の特色を生かし、新たなスポーツに挑戦！～
埼玉県カヌー協会および駿河台大学カヌー部の指導のもと、
駿河台大学内のカヌー池でカヌー体験を実施しました。

