

## スポーツ教養プログラム【キッズ】活動報告

### 1 日時

2025 年 11 月 8 日（土） 18 時 25 分から 20 時 30 分まで

### 2 会場

ウィルあいち（愛知県女性総合センター） 大会議室

### 3 プログラム名

デュアルキャリアプログラム

### 4 講師（敬称略）

周南公立大学 准教授 岡井 理香

### 5 活動内容

テーマを「トップアスリートに必要なライフスキルを学び、将来について考えよう！」として講義が進められました。

始めに、デュアルキャリアとは、『人』としての人生を歩みながら、『アスリート』としての人生を歩むことであると学び、これまでの経験や実績を先輩トップアスリートのライフイベントや競技人生を参考にして、図に表しました。

その後、スポーツを通して身につけた力やアカデミー活動で学んだことを振り返り、日常で活かすことができているか、今後どんな力をつけていきたいかを考えました。

講義は、グループワークが中心で、一人一人が積極的に自分の意見を発表し、仲間の意見に共感したり、異なる意見を新しい発見や学びにつなげたりして、活発な意見交換ができました。今後、講義で学んだことを活かし、自分がどんな人生を送ってみたいか具体的な目標を立て、それを達成するために努力を続けてほしいと思います。



講師の岡井先生



アイスブレイクの様子



グループワークの様子



グループの意見を発表