

### 小学生が体験 トップアスリートの「オンライン運動プログラム」 ～慶應義塾、港北区の連携事業～

慶應義塾大学大学院システムデザイン・マネジメント研究科と港北区は、連携協定<sup>※1</sup>に基づき横浜市立日吉台小学校の児童を対象に「オンライン運動プログラム」を実施します。

本プログラムは、一般社団法人慶應ラグビー倶楽部の全面的な協力のもと、慶應義塾体育会蹴球部（ラグビー部）のコーチも参画し、慶應キッズパフォーマンスアカデミー<sup>※2</sup>で開発されたトレーニング方法を用います。

オンライン指導では、アンケートや動画による検証も行うことで、運動不足の解消だけでなく、運動能力の習得・向上を目指します。また、ウェブアプリケーションを活用し、日々の睡眠時間や体調を入力・振り返ることで生活リズムの乱れの改善を図ります。

取組を通じて、ラグビーワールドカップ2019<sup>TM</sup>のレガシー醸成と東京2020オリンピック・パラリンピックの開催機運醸成につなげます。

#### 【概要】

- 対象者 日吉台小学校の児童 90名 ※ZOOMでのオンライン参加が可能な方  
上記のうち、キッズクラス 30名（低学年（小学1～2年生））  
ミドルクラス 30名（中学年（小学3～4年生））  
チャレンジクラス 30名（高学年（小学5～6年生））

#### ・開催スケジュール

- 体験会：6月7日（日）
- 第1回：6月14日（日）
- 第2回：6月21日（日）
- 第3回：6月28日（日）
- 第4回：7月5日（日）



#### ・開催時間（各日同じ）

- キッズクラス 15:30-16:15
- ミドルクラス 16:30-17:15
- チャレンジクラス 17:30-18:15



#### ・参加費

無料（通信費は参加者負担となります。）

#### 【オンライン運動 プログラムイメージ】

※1 平成29年6月1日、慶應義塾大学大学院システムデザイン・マネジメント研究科と港北区は、スポーツに関する取組やデータの活用検討等を通じて、相互のさらなる発展に寄与することを目的として、連携協定を締結しています

※2 慶應義塾大学大学院システムデザイン・マネジメント研究科と一般社団法人慶應ラグビー倶楽部が、小学生を対象とし、多様な運動を通じて体と心に関する能力の成長をサポートするアカデミー

#### お問合せ先

（取組全般について）

港北区 区政推進課長 田中 郁雄 Tel 045-540-2220 Fax 045-540-2209

（オンライン運動プログラムについて）

慶應義塾大学大学院システムデザイン・マネジメント研究科 教授 神武 直彦

E-mail [sdm@info.keio.ac.jp](mailto:sdm@info.keio.ac.jp)