



**Summer Training Camp 2023  
DAY2 Evening Session**

**Whirl Wind  
Athletics Club**

**Product by Masaaki.T**



1



**ワークタイム①**

**マンダラチャートを作成してみましょう**

**(今回はトレーニングです。)**



2

**陸上競技は**  
**記録系種目×個人競技**  
なので自分の中でさまざまな部分を  
解決する「問題解決能力」が高まる

陸上は自分のやるべきことを整理  
できる力を高められるスポーツでもあります  
実生活でもとても重要です。

3

**ワークタイム②**  
**陸上競技の魅力を挙げてみよう**

4



## ワークタイム③

陸上競技の残念な所を挙げてみよう



5



陸上競技の

**強みor弱み** がでてきました。



6

## SWOT分析とは



7

では次に陸上競技の

**機会&脅威** を考えてみましょう

8

みんなの好きな陸上競技  
以外(仕事など)でもこうした  
分析が必要 ……大人はよくしています。

陸上競技を通じて  
競技以外にもいろいろな体験が  
できるともっと楽しいですよ。

9

もちろん勝ち負けや記録を伸ばす  
競技面を楽しむ・うまくなる  
ことはとても大切なこと

儲かることよりも正しいこと  
楽しいことをしていきたい！  
教えることだけ  
したいのではなく  
スポーツでもっといろいろな貢献  
をしたいと考えています。

10

みんなの「陸上好き」  
をかなえられる。田子はそんな

**どこにもない陸上チーム**

…をつくりてえ。

11

陸上競技でずっと“あそべる”クラブ



12

**これからも一緒に陸上競技を  
楽しみましょう！**

お付き合いくだされば幸いです(笑)

13

**陸上競技のトレーニングは辛い部分  
も多いです…💧**

**それでもみんなの「陸上好き」  
が集まってできた陸上チームで  
合宿ができて今とても楽しいですw**

**最終日の練習も頑張りましょう！**

14



**おしまい。**



15