

スポーツアカデミー

作成者：狩俣智之
発行責任者：狩俣智之

タナベマガジン

News

8月号

〒610-0362
京都府京田辺市東鍵田73
KSCタナベスポーツアカデミー

いよいよ夏休み！だからこそ大切なこと！

いよいよ夏休みに入り、各ご家庭では、子ども達と出かける様々な計画を立てておられるのではないかと思います。今年も日中の暑さは大変厳しいものとなっておりますので、熱中症対策はくれぐれも怠らないよう注意し、体調を崩さないようにしてください。

さて、毎年夏休みになると、色々なご予定で練習を欠席される方が多くなります。是非ご家庭の行事に「家族でKSCタナベに行く！」という予定も加えてみてください。子ども達は練習をものすごく頑張っています。その頑張っている姿をお父さん・お母さんもしくはおじいちゃん・おばあちゃんが見てるともっと頑張り、その結果すごい成長へと繋がります。さらに練習後、「良く頑張っているね。」「上手になったね。」という一言をかけてあげると、次の成長を支える原動力となります。夏休みはお子様の楽しみの期間でもありますが、ご家族の方がお子様の成長をより感じて頂ける期間でもあります。今年の夏休みは今まで以上の成長を期待し、思い出が作れるよう、保護者様と一緒に力を合わせていきたいと思っております。今月もよろしくお願い致します。



所長 狩俣 智之

この夏！自分をコントロールする力を身に付けよう！

夏休みはふだんに比べると、つい朝寝坊したり、夜更かししたりしがちです。「せっかくの夏休みだからのんびりしたい」という気持ちもわかりますが、秋からの学校生活にスムーズに戻っていくためにも、ぜひ「3点固定」という生活習慣を実行し、自分をコントロールする力を身に付けましょう。



3点固定の1点目と2点目は起床時間と就寝時間です。朝起きる時間、夜寝る時間は、自分自身が「この時間にしよう！」と決めて実行できるものです。最後の3点目は勉強開始時間です。自分で決められる時間を固定し、生活を規則正しくすることは、自分自身をコントロールする力の育成につながります。自分自身をコントロールする力は、この先の人生でも欠かせない、とても重要な能力です。ふだんよりも自由な時間が多くなる夏休みだからこそ、3点固定を通じて自分をコントロールする力を身につけておくことは、この先、自分にとって大きな武器となるのです。

8月を乗り切り、パーフェクト賞・皆勤賞を狙え!!



皆さんご存知だとは思いますが、KSCタナベでは決められた曜日・時間に月4回休まず来ると「皆勤賞」をお渡ししています。3ヶ月連続（7月～8月）「皆勤賞」になると「パーフェクト賞」がもらえます。毎年夏休みのこの時期にパーフェクト賞を逃してしまう子供がたくさんいます。今年こそは規則正しい生活を送り、練習を休まず来ることによって「パーフェクト賞」「皆勤賞」を手に入れましょう！



夏の短期教室募集中!!

今年も夏休みに短期教室を行います。水泳・体操共に日頃のレッスンに加え、3日間連続で練習を行う事で、一段と技術の上達が期待できます。また、日頃水泳のみ、体操のみにお越しいただいている方は、是非この機会に別の種目にチャレンジしてみたいはいかがでしょうか？ たくさんの方のご参加をお待ちいたしております！詳細についてはフロントまでお気軽にお尋ねください！！

	日程	内容	対象	時間	参加費	定員
水泳	1期	7/24(月)~26(水)	3歳~小学生	8:00 ~9:00 (体操10分 + 授業50分)	・本科 5,500円 ・一般 6,500円	なし
	2期	7/31(月)~8/2(水)				
	3期	8/7(月)~8/9(水)				
	4期	8/21(月)~8/23(水)				

体操	1期	7/24(月)~26(水)	3歳~小学生	9:15 ~10:15	・本科 5,500円 ・一般 6,500円	各20名
	2期	7/31(月)~8/2(水)				
	3期	8/7(月)~8/9(水)				
	4期	8/21(月)~8/23(水)				

水泳・体操セット	7/24(月)~26(水)	水泳 + 体操	3歳~小学生	8:00 ~10:15	・本科 10,000円 ・一般 12,000円	各クラス に準じま す
	7/31(月)~8/2(水)					
	8/7(月)~8/9(水)					
	8/21(月)~8/23(水)					

選手コースだより

7月に行われた試合の結果です！！

会場：京都アクアリーナ ☆京都夏季選手権水泳競技大会 結果☆ 開催日 2017/7/9(日)

7月9日(日) 京都アクアリーナで夏のジュニアオリンピック(JO)の予選が行われました。KSCタナベからは 23名の選手が出場しました。

京都夏季選手権		出場種目			
1日目					
山本 航希	400Fr	4:39.34	200Fr	2:09.44	
福田 夢心	50Fr	28.97	100Fr	1:04.66	
松下 奈央	100Ba	1:15.21	50Ba	34.82	
大平 暖歩	50Fr	28.83	100Fr	1:03.16	
井上 千賀子	400Fr	4:47.72	200Fr	2:17.37	
磯貝 陽向	50Fr	29.47	100Fr	1:05.71	
加藤 ひまり	50Fr	32.09	100Ba	1:19.41	
福田 皓大	50Fr	25.95	100Fr	55.75	
中田 悠	50Fr	31.04	100Br	1:27.75	
南 薫俊	100Fr	1:07.51			
坂本 岳久	50Fr	29.61	100Fr	1:04.51	
谷村 希実	50Fr	32.64	100Fr	1:10.93	
上中 理央	50Fr	30.92	100Fly	1:14.63	
宝関 こはる	50Fr	31.75	100Ba	1:20.00	
増井 陽太	50Fr	32.76	100Fr	1:10.65	
加藤 りおん	50Br	41.84	100Fr	1:10.62	
南 結菜	50Br	42.91	100Fr	1:12.67	
長瀬 悠希	50Fr	34.80	50Fly	38.52	
佐藤 史奈	50Fr	34.88	50Ba	41.10	
木村 凜太郎	50Fr	35.39	50Ba	43.26	
井阪 修基	50Br	43.71	50Ba	42.71	
影山 結花	200Im	2:53.30	50Fr	32.10	
井上 りさ子	50Fr	35.29	50Ba	39.54	

この夏に成長を爆発させるため、昨年の冬から持久力アップ、春にはスピードアップの練習をしてきました。練習の成果もあり、今大会出場する種目のほとんどがベストタイムを更新。ただ残念ながら全国大会出場のタイムを上回ることが出来ず、ジュニアオリンピックの出場権は獲得できていません。獲得のチャンスはまだあるので、今後も練習を頑張っていきます。



選手担当
波多 和成

今月のアカデミーテーマ「自主行動」

KSCタナベでは毎月テーマを決め、成長の手助けとなる声掛けをしています。

- 1、自分の靴は自分でそろえる事が出来る。
- 2、自分の持ち物は、カバンの中にしまう事が出来る。
- 3、トイレの後は、スリッパの整頓を行う事が出来る。
- 4、服装を自分で手直りする事が出来る。



今月は【自主行動】をテーマとし、子ども達が「自分の事は自分で出来るようになる」「周りを見て行動するのではなく、先頭に立って行動が出来るようになる」ことを目指します。自分の持ち物を整理整頓する習慣をつけることは、大きくなってから物事を順序立てて考えることなどに役立ちます。また、自分の使ったものを整える事は後の人への思いやりにもつながります。こういったことが言われなくても、自然と出来る様になるかどうかは、子供の時期の教育が大きく影響します。皆さんも、周りの人が行っていないでも出来るようにしましょう！



2017年8月

日	月	火	水	木	金	土
30	31	1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

2017年9月

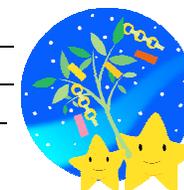
日	月	火	水	木	金	土
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30

2017年10月

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

■ ...休館 日 ☆ ...座振替日
○ ...各種手続き締切日

8月組テスト... 18日(金)~24日(木)
9月組テスト... 15日(金)~21日(木)
10月組テスト... 16日(月)~21日(土)



イベント案内

- ・短期教室3期~4期
日時：3期 8月 7日(月)~
4期 8月21日(月)~
会場：KSCタナベ
- ・京田辺市水泳記録会
日時：9月 3日(日)
会場：田辺公園プール

第14回STGスプリントグランプリ水泳競技大会開催決定！！

今年も11月26日(日)大阪府立門真スポーツセンター(ラクタブドーム：門真市)において 第14回STGスプリントグランプリを開催いたします。この大会は、本科生(30級：緑帽子以上)の子供達が参加できる大会となり、また役員(大会運営)も子供達が行うという全国でも稀に見る水泳大会となります。まだまだ先の話?ではなく申し込みはもうすぐはじまります。白帽子のお友達も申込締切日までに緑帽子になっていれば出場が可能です。成長する夏に練習を休まず出場に向けて頑張りましょう！



有料体験! 8月12日(土)まで受付中!

お休みされる時は必ずお電話ください。



0120-73-7310