

H29西条ひうち陸上競技教室 (小学生の部)開催のお知らせ

西条市陸上競技協会

陸上競技の「走る」「跳ぶ」「投げる」といった技能は、すべての運動の基礎となるものであり、他のスポーツにも通じる動きです。小学生の間に、これらの技能を正しく学ぶことは、生涯スポーツの土台作りにもつながります。そこで、今年度も西条ひうち陸上競技場で「陸上競技教室(小学生の部)」を開き、参加者を募集します。月2回の活動ですが、陸上競技を通して少しでも速く走れるようになりたい、基礎的な運動技能をアップさせたいと願う小学生のみなさんは、ぜひ教室に申し込んでください。

- 1 目的 本教室は、陸上競技の基本的な練習を通して、子どもたちに陸上競技の楽しさを体感させるとともに、陸上競技の基礎技能の習得を図る。
- 2 練習日 毎月第2、第4土曜日 [平成29年5月13日(土)より]・・・全17回
午前9時～11時15分 (雨天中止：決定7:30までに陸上教室ブログにて)
※大会参加者のための臨時練習会は随時開催、別途案内します。
- 3 場所 西条ひうち陸上競技場
- 4 対象 西条市内の小学5・6年生
- 5 主な活動
(1) 基礎練習、記録測定、種目別練習
(2) 大会参加・・・全国小学生陸上一次選考会・最終選考会への希望参加・・・詳細別途案内します。

全国小学生陸上一次選考会・最終選考会出場者募集 6月24日(土)、7月17日(月)

砥部ニンジニアスタジアム、現地集合8:00・・・「ひうち陸上クラブ」として希望者全員出場可!
(協会ユニフォーム貸与) 100m走、幅跳び、高跳び、ボール投げ、400mリレーなど

- 6 指導者 青野洋士(西条高校陸上部監督・日本陸上競技連盟公認コーチ)、山之内知弘(壬生川小・西条市陸協)、吉岡健二(玉津小・西条市陸協)、高橋俊光(橘小・西条市陸協)、月岡俊(西条小・西条市陸協)
- 7 服装・準備物 運動のできる服装、帽子、走りやすい靴、タオル、水筒等
- 8 申し込み 下の申込書に必要事項をご記入のうえ、各校体育主任の先生までご提出ください。

平成29年4月24日(月)締め切り(校内提出)

- 9 その他 万一の事故に備えてスポーツ傷害保険に加入していただきます。事務手続は、西条市陸上競技協会で行います。また、すでに臨時練習会に参加している人も本用紙を提出ください。

開講式当日に1000円(保険料800円+諸費用)をご持参ください。

※陸上教室の雨天中止の場合、中止案内は、「ひうち陸上競技教室」ブログで、当日7:30までに決定し、お知らせします。

陸上教室が実施される場合は、原則お知らせの掲載はありません。

※下記、協会HPの陸上教室ページからもリンクしています。
西条市陸上競技協会HP <http://www.saijo-rikujo.jp/index.htm>

11 通常練習日の活動計画・・・天候、競技場事情によって活動日や内容が変更になることがあります。

月日	内 容	月日	内 容
5/13	受付 8:30～8:50 開講式 9:00～(保険料 1000 円持参) タイム測定 (写真判定機で測定)		
5/20 6/10・24 7/1・15	<基礎練習> ・歩から走へ ・ももあげいろいろ ・スタートの仕方 ・ミニハードル走等 ※全国陸上予選 6/24(土)、7/16(日) 希望参加	10/21 11/4・18	<種目練習 2> ・記録測定をしよう ・走り幅跳び ・ハードル走 ・走り高跳び
9/9 10/14	<基礎練習> ・運動会で速く走るコツ <種目練習 1> ・走り幅跳び ・ハードル走 ・走り高跳び等 ※西条市市民大会希望参加	12/2 1/20・27 2/10	<体力づくり> ・外を走ってみよう ・駅伝をしよう ・体力を高める運動をしよう ・ボール運動
		2/24	基礎練習/100m 走
		3/17	9:00～アップ、10:10～記録会 閉講式 10:50 頃～ (写真判定機で測定)

12 主催等

主 催 西条市陸上競技協会
 共 催 西条市教育委員会 西条市体育協会
 後 援 西条市小学校体育連盟 西条市 P T A 連合会
 問い合わせ先 ひうち陸上教室事務局 月岡 俊(西条小学校)
 所在地 〒793-0021 愛媛県西条市神拝乙112
 電話 0897-56-3117 FAX 0897-56-3070 (FAXによる直接申込も随時可能です)

----- <切り取り線> -----

H29 西条ひうち陸上競技教室 申込書

児童氏名等	学校名 () 小学校 学 年 () 年 () 歳 男・女 ふりがな 氏 名 () ※ふりがな
保護者氏名	氏 名 () 印
住 所 緊急連絡先	住 所 () 緊急連絡先 ① () 続柄 () 緊急連絡先 ② () 続柄 () ※参加希望調査:全国陸上一次選考会 ()、最終選考会 ()

※個人情報の取り扱いには十分注意し、目的以外の使用は致しません。緊急連絡先はできるだけ2つお書き下さい。※全国陸上一次選考会・最終選考会出場希望の方は○をおつけ下さい。(後から正式に申し込みをしていただきます。)