



# いわき地区小学生陸上教室実施要項

## 1 目的

- ① いろいろな動きを体験することにより、陸上競技への導入・移行するための基礎づくりをする。
- ② 参加者や指導者との交流を通して陸上競技の楽しさに触れ、今後も継続していく意欲を持たせる。
- ③ 実践を通して指導者の研修の場とする。

2 主催者 いわき陸上競技協会

### 3 後 援 いわき市・いわき市教育委員会

4 日時及び対象者 第1回 2019年 5月26日(日) 9時～12時

※対象者－いわき市内の小学５・６年生の希望者

第2回 2019年 9月28日(土) 9時～12時

※対象者－いわき市内の小学４・５・６年生の希望者

第3回 2019年11月23日(土) 9時～12時

※対象者—いわき市内の小学1年生～6年生の希望者

第4回 2020年 2月15日(土) 9時～12時

※対象者－①いわき市内の小学6年生の希望者

②いわき秋季陸上競技選手権出場者（棄権者含む）

③第35回全国小学生陸上競技交流大会県大会で8位以内に入賞した選手

5 場 所 いわき陸上競技場

6 指導者 ○いわき陸上競技協会指導員

○阿部 翔太氏（青年海外協力隊所属、第2回のボール投を指導）

○菊田 明博氏

(福島大学トラッククラブコーチ、第3回の走・跳についての基本等について4・5・6年生を指導)

※第3回の1・2・3年生については、いわき陸上競技協会指導員が指導

**8 参加費 無 料**

9 練習日程 9:00～ 9:15 開講式・指導者紹介

9 : 15 ~ 10 : 15 種目別練習（第3回は種目別練習は行いません。）

10:15~10:30 休憩

10:30～11:45 種目別練習（第3回は種目別練習は行いません。）

1 1 : 4 5 ~ 1 2 : 0 0      閉講式・解散

10 その他 ・ 各自飲み物・着替え等を必要に応じて用意してください。

- ・ ケガについては、主催者側で加入したスポーツ保険で対応します。

・ 第1回については、雨天時は、中止となります。第2回、第3回、第4回については、雨天時は、室内走路で行います。

児童及び保護者のみなさんへ

いわき陸上競技協会会長 鈴木 則喜

## 2019年度 いわき地区小学生陸上教室のお知らせ

標記の件につきまして、次のように開催します。たくさんのお子さまに参加していただき、陸上競技に親しんでいただければと思います。よろしくお願いします。

1 主 催 いわき陸上競技協会

2 後 援 いわき市  
いわき市教育委員会

3 日時及び対象者 第1回 2019年 5月26日(日) 9時～12時

※対象者－いわき市内の小学5・6年生の希望者

第2回 2019年 9月28日(土) 9時～12時

※対象者－いわき市内の小学4・5・6年生の希望者

第3回 2019年11月23日(土) 9時～12時

※対象者－いわき市内の小学1年生～6年生の希望者

第4回 2020年 2月15日(土) 9時～12時

※対象者－①いわき市内の小学6年生の希望者

②いわき秋季陸上競技選手権出場者(棄権者含む)

③第35回全国小学生陸上競技交流大会県大会で8位以内に入賞した選手

4 場 所 いわき市営いわき陸上競技場

5 指導者 ○いわき陸上競技協会指導員

○阿部 翔太氏(青年海外協力隊所属、第2回のボール投を指導)

○菊田 明博氏

(福島大学トラッククラブコーチ、第3回の走・跳の基本等を指導－対象：4・5・6年生)

※第3回の1・2・3年生については、いわき陸上競技協会指導員が指導

7 実施種目・内 容 ○実施種目－①短距離②長距離③ハードル走＋走高跳、

④走幅跳＋ボール投・ジャベリックボール投

※ 第2回は走幅跳とボール投・ジャベリックボール投は別々に実施

○内容(4・5・6年生)－走・跳・投の基本練習、記録測定

※種目別練習は第1回と第2回のみで対象は5・6年生

(第2回は4年生も含む)

○内容(1～3年生)－学年ごとに発達段階に応じた『走・跳・投』練習を実施(第3回のみ)

8 服装・準備物 ○運動のできる服装 ○運動帽子 ○運動靴(またはスパイク) ○タオル

○飲み物 ○着替え ○ボール投げ希望者はグローブ(持っている人)及びタオル

9 その他 ○参加料－無料

○ けがにつきましては、応急処置はしますが、その後は保護者の責任のもとで対処くださるようお願いします。活動中は、いつでも連絡がとれるように、競技場で見学していただけるようお願いいたします。

○ 雨天時は、室内走路で行います。なお、内容の変更等があるときには、開催日当日に陸上競技協会ホームページに掲載します。[\(http://gold.jaic.org/iwaki/\)](http://gold.jaic.org/iwaki/)

○ 陸上教室に関する文書の配付につきましては、基本的には第4回を除き、今回のみとなります。なお、陸上教室の開催文書につきましては陸上競技協会ホームページにも掲載します。

※ 陸上教室の問い合わせ先 折笠 哲也(菊田小) 電話62-2915(学校)  
(15時30分～16時30分の時間帯にお願いします。)



開催日の朝、受付に提出してください。

第 1 回小学生陸上教室参加申込書

希望種目を○でかこんでください。

①短距離走    ②長距離走    ③ハードル走+走高跳    ④走幅跳+ボール投・ジャベリックボール投			
所 属	学 年 (どちらかに○)	ふりがな	
小学校	5 年    ・    6 年	名 前	

※ 受付を 8 : 4 5 までにすませてください。なお、受付場所は、陸上競技場北ゲート付近 (100m スタート側) です。

開催日の朝、受付に提出してください。

第 2 回小学生陸上教室参加申込書

希望種目を○でかこんでください。

①短距離走    ②長距離走    ③ハードル走+走高跳    ④走幅跳    ⑤ボール投・ジャベリックボール投			
所 属	学 年 (いずれかに○)	ふりがな	
小学校	4 年    ・    5 年    ・ 6 年	名 前	

※ 受付を 8 : 4 5 までにすませてください。なお、受付場所は、陸上競技場北ゲート付近 (100m スタート側) です。

開催日の朝、受付に提出してください。

第 3 回小学生陸上教室参加申込書

希望種目を○でかこんでください。

① 1・2・3年生の種目		② 4・5・6年生の種目	
所 属	学 年	ふりがな	
小学校	年	名 前	

※ 受付を 8 : 4 5 までにすませてください。なお、受付場所は、陸上競技場北ゲート付近 (100m スタート側) です。