

令和3年度 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「陸上競技教室(小学生の部)」の参加者を募集します。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。

しかし、新型コロナウイルス感染症に関して、感染拡大には予断を許しません。そのような中ではありますが、流行状況を見極めながら実施する予定です。皆様には大変ご心配をおかけしますが、主旨をご理解の上、ご協力をお願い致します。

- 1 目的 陸上競技を通じて、少しでも速く走りたい、運動能力をアップさせたい。
- 2 練習日 毎月第2、第4土曜日(基本) [令和3年4月17日(土)開校式の予定]
午前9時～11時15分
(雨天中止: 決定7:30～8:00の間に 陸上教室ブログ、メールにて)
☆ 西条市陸上競技協会 HP <http://www.saijo-rikujo.jp/index.htm>
☆ 事務局からのメール saijo.hiuchi.tfclub@gmail.com
- 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(来年度の5・6年生)
- 5 服装・準備物 運動のできる服装、マスク、帽子、走りやすい靴、タオル、水筒等
- 6 主な活動
(1) 基礎練習、記録測定、種目別練習
(2) 大会参加・・・全国小学生陸上愛媛大会 一次選考会・最終選考会(裏面へ)
- 7 指導者 青野洋士(西条高校陸上部監督)、山之内知弘(神拝小)、吉岡健二(多賀小)、村上智計(氷見小)、高橋俊光(橘小)、月岡俊(県教委)、白石一史(玉津小)、村上徳恭(楠河小)、和泉章弘(大町小)、槇雄太(西条小)、越智達哉(飯岡小)、西川純平(橘小)、森本雄大(壬生川) 他
- 8 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PTA連合会 |
| 問い合わせ先 | : ひうち陸上競技教室事務局 村上智計(氷見小学校内) |
| 所在地 | : 〒793-0072 西条市氷見乙1143-2 |
| 電 話 | : 0897-57-9844 FAX 0897-57-6233 (FAXでの直接申込も可能です) |

9 その他

○ 新型コロナウイルス対応

検温や消毒、密を回避しながらの活動を行います。しかし、西条市にコロナウイルスの罹患者が発生し、学校が臨時休校になった場合は、西条市教育委員会の措置に準じて、開校式や活動の延期・中止します。

○ 体調管理、傷害保険について

児童の健康管理は、保護者の皆様で十分気を付けていただきますようお願い致します。その際、体調面に関して不安のある場合は、事前にコーチに相談し、無理をしないようにして下さい。また、緊急時には連絡がつくようにしておいて下さい。

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。

開講式当日に1000円（保険料800円 + 諸費用）をご持参ください。

10 申し込み

ひうち陸上教室連絡メールの登録により、申し込みを行ってください。

① 宛先に、下記のアドレスを入力してください。

ひうち陸上教室連絡メール saijo.hiuchi.tfclub@gmail.com

② 本文に、下記の内容を入力し、上記のアドレスへ送信してください。

「学校名・学年（令和3年度の）・名前（ふりがな）・性別
・保護者名・緊急連絡先（2つ・続柄）」

令和3年3月30日（火）まで

※ 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。年度末には、削除します。昨年度、登録された方もお手数ですが、再度登録してください。

※ 緊急連絡先は、できるだけ2つお書き下さい。体調不良やケガなどにより、急なお迎えをお願いすることがあります。

※ 4月9日（金）と14日（水）頃にテストメールを送付します。パソコンからのメールか上記のアドレスが受信できるような設定にしておいてください。

全国小学生陸上競技交流大会（愛媛県大会）の申し込みについて

2021 年度開催の大会案内です。内容を確認し、参加希望のある方のみ 記入して提出してください。詳細は、参加者へ後日に配布いたします。

- 1 日 時 1次選考会…令和3年5月9日(日) 最終選考会…令和3年6月27日(日)
- ※ 全国小学生陸上競技交流大会（9月18～20日）に向けて、愛媛県での選考会です。新型コロナウイルスの影響により、大会の日程が変更・中止になる場合があります。ご理解・ご協力をよろしくお願い致します。
- 2 場 所 愛媛県総合運動公園陸上競技場（ニンジニアスタジアム）
- ※ 現地集合、現地解散
- 3 競技種目 6年100m、5年100m、コンバインドA（80mH・走高跳び）、コンバインドB（走り幅跳び・ジャベボール投）、男女混合4×100mR
- ※ リレーについては、1チーム出場し、両方の選考会に参加できる児童の中からタイム等を考慮して決めます。
- ※ コンバインドA、B（上記の2種目で順位決定）の出場に関しましては、十分な練習ができません。経験のある児童のみの参加で、お願いします。
- ※ 個人の出場種目は、一人1種目です。（リレーは他の種目と兼ねて出場することができます。）
- 4 参加費 500円 ※ 4月17日（土）の開校式後の説明時に徴収します。
- 5 その他
- 参加希望者は、全員出場することができます。
 - 大会出場は、「5月の大会だけ」、「6月の大会だけ」、「両方の大会」の3つのパターンで出場選択してください。ただし、全国への出場資格は、両方の大会に同じ種目で出場しておかなければなりません。

令和3年4月17日（土）締め切り（各校か練習日に提出）

<切り取り線>

第37回全国小学生陸上競技交流大会（愛媛県大会）参加申込書

※ 希望者のみ記入

- 1次選考会 5月9日(日)へ参加します…() 参加種目()
- 最終選考会 6月27日(日)へ参加します…() 参加種目()
- ※ 男女混合4×100mリレーは、両日ともに参加できる児童の中で、選考していきます。

() 小学校 () 年 男・女

令和3年4月からの学年を記入します。

フリガナ ()

児童氏名 ()

保護者氏名 ()

印

スタートリスト、プログラムに記載されません。正確にお書きください。

※中止等連絡先…続柄() 携帯番号() 必須

通常練習日の活動計画

| 月日 | 内 容 | 月日 | 内 容 |
|------------------|--|----------------|---|
| 4 / 17 | 受付 8:30～8:50 開講式 9:00～ <u>(保険料 1,000 円持参)</u> 100m 走タイム測定 (写真判定機で測定) | 7 / 10 | <基礎練習> ・歩から走へ ・いろいろなもも上げ ・スタートの仕方 ・ミニハードル走、快調走、100 走 |
| | | 7 / 24 | |
| 8 / 14 | | | |
| 4 / 24 | <基礎練習> ・歩から走へ ・いろいろなもも上げ ・スタートの仕方 ・快調走、100 走 | 8 / 28 | <基礎練習・種目練習> ・各種目記録測定 ・100m 走 ・走り幅跳び ・ハードル走 ・走り高跳び ・ソフトボール投げ (ジャバリックスロー) |
| | | 9 / 11 | |
| | | 9 / 18 | |
| | | 10 / 27 | |
| | | 10 / 23 | |
| 5 / 8 | <臨時練習> (大会出場者のみ) 出場種目練習 ※ 5 / 9 一次選考会 | 12 / 4 | <体力づくり> ・外周 (2km 走)、ミニ駅伝 ・体力を高める運動 ・ボール運動 |
| | | 1 / 15 | |
| 5 / 22 6 / 12 | <基礎練習> ・歩から走へ ・いろいろなもも上げ ・スタートの仕方 ・ミニハードル走、快調走、100 走 | 1 / 22 | 基礎練習/100m 走 |
| | | 2 / 12 | |
| | | 2 / 26 | |
| 6 / 19 6 / 26 | <臨時練習> (大会出場者のみ) 出場種目練習 ※ 6 / 27 最終選考会 | 3 / 12 (未定) | 9:00～基礎練習 10:30～100m 走タイム測定 閉講式 11:00～ (努力賞、記念バッジ等授与) |

※ 天候、競技場事情などによって変更になることがあります。

※ 全体練習ができない土曜日でも、事務室で「陸上教室の参加者です」と伝えると自主練習をすることができます。(大会などが実施されている場合は除く。)

※ 新型コロナウイルスへの対策のため、なるべく複数のグループに分けて活動をします。