

広島市小学生体育連盟陸上教室

広島市小学生体育連盟陸上教室
運営委員長 小林 富夫

広島市小学生体育連盟

- サッカー教室 (市内各小学校)
- バレーボール教室 (市内各小学校)
- バスケットボール教室 (市内各小学校)
- 陸上教室 (本川小・可部小・五日市小・附属東雲小・市立大)
- 体操教室 (八木小・毘沙門台小)
- 卓球教室 (中区スポーツセンター・戸坂城山小)
- 水泳教室 (川内小・舟入小)

* 7種目のスポーツ教室 (教室会場)

広島市小学生体育連盟陸上教室

発足年 昭和46年(1971年)

陸上教室の目的

- ① 陸上運動を通して望ましい人格形成を図る。
- ② 走, 跳, 投の基本的な指導を通して, 調和のとれた体力づくりと技能の向上を図る。



広島市内5会場 (市立大・五日市・可部・本川・附属東雲) 年間9回実施。

1 開催日程＜年9回＞（原則として、第1・第3土曜日）

| 開催日程 | | | | | |
|------|-----------|------------------|------------------|------------------|------------------|
| | 市立大 | 五日市 | 可部 | 本川 | 附属東雲 |
| ① | 5月19日(土) | 5月19日(土) | <u>5月12日(土)</u> | 5月19日(土) | 5月19日(土) |
| ② | 6月 2日(土) | 6月 2日(土) | <u>6月 9日(土)</u> | <u>6月16日(土)</u> | 6月 2日(土) |
| ③ | 7月 7日(土) | 7月 7日(土) | 7月 7日(土) | 7月 7日(土) | 7月 7日(土) |
| ④ | 9月 1日(土) | 9月 1日(土) | <u>9月 8日(土)</u> | 9月 1日(土) | 9月 1日(土) |
| ⑤ | 10月 6日(土) | 10月 6日(土) | <u>9月29日(土)</u> | 10月 6日(土) | 10月 6日(土) |
| ⑥ | 10月27日(土) | <u>10月20日(土)</u> | 10月27日(土) | 10月27日(土) | <u>11月10日(土)</u> |
| ⑦ | 12月 1日(土) | 12月 1日(土) | <u>12月 8日(土)</u> | <u>12月 8日(土)</u> | <u>12月 8日(土)</u> |
| ⑧ | 2月 2日(土) | 2月 2日(土) | <u>1月12日(土)</u> | 2月 2日(土) | 2月 2日(土) |
| ⑨ | 2月16日(土) | 2月16日(土) | <u>2月 2日(土)</u> | 2月16日(土) | <u>2月23日(土)</u> |

※ 陸上教室記録会 11月17日(土)

広島市内の小学校4年生～6年生を対象
平成24年度は約250名が参加。

会場ごとの参加人数

| | | | |
|-------|--------|--------|--------|
| 本川会場 | 男子39名 | 女子25名 | 計64名 |
| 東雲会場 | 男子25名 | 女子36名 | 計61名 |
| 市立大会場 | 男子33名 | 女子19名 | 計52名 |
| 可部会場 | 男子20名 | 女子14名 | 計34名 |
| 五日市会場 | 男子21名 | 女子10名 | 計31名 |
| <hr/> | | | |
| | 男子138名 | 女子104名 | 合計242名 |

東雲会場

ミニハードルでの練習



ボルテックスを使っての投擲練習



走り幅跳び



五日市会場

ウォーミングアップ



ストレッチ



ボール投げ



本川会場

ハードル練習(1)



ハードル練習(2)



リレー(グループの作戦会議)



市立大会場



100m走



走り幅跳び練習



可部会場

*ウォーミングアップ



* ハードル



指導者(23年度陸上教室記録会)



学生ボランティアも参加(市立大学陸上部・安田女子大学・比治山大学)

年1回 陸上教室記録会を実施

本年度の記録会

期日 平成24年11月17日(土)

場所 広島ビッグアーチ

種目 3種競技

〔100m 走幅跳 ボール投げ〕

※ 雨天の場合はビッグアーチ屋内
練習場での陸上教室の予定



【ロータリークラブへ】

記録会の案内を出し、
当日紹介をさせていただく。

陸上教室の現状における課題

① 指導者の育成

名簿搭載者85名だが、実質的指導者数は約40～50名。

そのうち陸上経験者が約20名。指導方法の研修をしながら、指導技術を高めていくように努めている。

② 指導補助具の充実

より効果的に指導を進めていくために必要な物品

- ミニハードル
- ビブス
- ナンバーカード
- ラダー(動きづくり)
- ソフトボール
- ボルテックス(投擲補助具) 等

※ その他の道具は会場校のものをお借りしている。