

2017年度東京都小学生陸上競技体験教室 実施要項

- ◆目的 都内の小学生を対象に、陸上競技の楽しさを体験させ、興味・関心を高めるとともに、今後の陸上競技の競技者人口の増加を図る。また、様々な種目にチャレンジすることにより、将来、専門的に競技を続ける種目をみつけるきっかけづくりの場を設ける。
- ◆主催 (公財) 東京陸上競技協会
- ◆主管 (公財) 東京陸上競技協会 普及強化委員会普及育成部
- ◆協力(予定) 東京都中学校体育連盟陸上競技専門部 アキレス(株)「瞬足」 (株)ニシ・スポーツ

◆会場及び日程

期 日	時 間	会 場	雨天時	申込み期限
11月25日(土)	13時00分～ 15時30分	立川市立第四中学校	同校体育館	11/21(火)
12月2日(土)	13時00分～ 15時30分	多摩市立諏訪中学校	同校体育館	11/28(火)
1月13日(土)	13時00分～ 15時30分	江東区立亀戸中学校	同校体育館	1/9(火)
2月3日(土)	13時00分～ 15時30分	目黒区立第十一中学校	同校体育館	1/30(火)

- ◆対 象 都内小学生(3～6年生)で、陸上競技に興味がある方
- ◆内 容
 - 基本動作(動きづくり)
 - 講師(日本代表、国体経験選手等)による模範試技と小学生との競走や直接指導
 - 種目別練習(複数種目へのチャレンジ) ※1人2種目を選択する。
短距離、ハードル、走高跳、棒高跳、走幅跳、ヴォーテックスボール投、競歩
 - 講師(日本代表、国体経験選手等)と小学生の交流会、記念撮影
- ◆当日の流れ
 - 12:30 受付開始
 - 13:00 開講式
 - 13:10 写真撮影、ウォーミングアップ、動きづくり(全員参加)模範演技
 - 13:40 種目別実技① (*)選択
 - 14:25 休憩
 - 14:35 種目別実技② (*)選択
 - 15:20 クールダウン
 - 15:30 閉講式
- ◆参加費 200円(傷害保険代、写真代) *当日受付の際に徴収
- ◆講師(予定) オリンピック、世界選手権、国体等の経験のある選手等(毎回5人以上を予定)
東京中体連陸上競技専門部強化委員、(公財)東京陸上競技協会普及育成部員等
- ◆持ち物 運動できる服装、陸上競技に適したシューズ、スパイク、タオル、着替え、飲み物など
- ◆周 知 (公財)東京陸上競技協会ホームページ及び会場地区広報、チラシによる。
- ◆申込み 別紙により(公財)東京陸上競技協会小学生担当へメール(hukyu@tokyoctr.com)で