

# 少年少女のための陸上競技

《岩手県小学校体育研究会 陸上指導者講習会》

～受講者募集要項～

主催 岩手大学スポーツユニオン  
共催 岩手県小学校体育研究会  
後援 盛岡市・盛岡市教育委員会（申請中）

## 1. 開講にあたって

現代生活の中におけるスポーツは心身の健康や生きがいのため、あるいは余暇活動や観戦の楽しみなど様々な面で重要な位置を占めています。とりわけ、生涯スポーツの観点からその意義はさらに高くなってきています。しかしながら、現実には、スポーツの専門の指導者に手軽に指導を受けたり、スポーツの指導方法を学んだりする機会は、極めて少ないのが現状です。そのため本講座では、陸上競技を愛し、学びたい少年・少女に対して、冬季トレーニングの実施などについて、レベル・目的に応じたプログラムとエリアとヒトを提供し、資質の向上を目指し開講します。

なお、講座の対象者には、学校やクラブ団体の組織の枠をこえ広く参加を歓迎いたします。

また今回は、岩手県小学校体育研究会の陸上指導者の講習会を兼ねた講座となっております。

## 2. 会 場 岩手大学第一体育館（裏面案内図を参照）

## 3. 対 象 陸上競技を愛好する小学生中高学年（4年～6年）児童 100名

※指導者の見学も歓迎します。ふるってご参加下さい。



## 4. 日 時 令和2年2月1日（土）、2月8日（土）、2月15日（土）全3回（詳細は裏面に記載）

## 5. 受講料 無 料（傷害保険が必要な方は各自でご加入ください）

## 6. 持ち物 運動ができる服装、体育館シューズ、ビニール袋（外用シューズ入れ）、防寒着、飲料

## 7. 締 切 日 令和2年1月27日（月）まで（但し、先着順にて定員に達し次第締め切ります。）

## 8. 申込手続 電話またはメール、QRコードの専用受付フォームにてお申込みください。

岩手大学三陸復興・地域創生推進機構 生涯学習部門

TEL 019-621-6492 E-mail renkei@iwate-u.ac.jp

※ E-mailでお申込みいただく際は件名に『公開講座「少年少女陸上」申込み』とご記入ください。

※ メール受信後3営業日以内にご連絡致します。返信が無い場合はお手数ですがご連絡下さいませ  
ようお願い致します。

（12月28日～1月5日まで年末年始休業となりますので、予めご了承ください）



## R1少年少女のための陸上競技 受講申込票

ふりがな		性別	生年月日
氏名		男・女	平成 年 月 日
ご住所	〒 -	学校名	小学校（年）
保護者氏名		電話番号	※講座当日にご連絡のつくお電話番号をご記入ください

※ お申込みにあたっての個人情報とは当講座の運営、行事の案内以外の目的には使用いたしません。

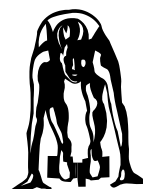
# 少年少女のための陸上競技 日程・講師等

## <講義日程、内容>

- |       |          |            |   |
|-------|----------|------------|---|
| (第1回) | 2月1日(土)  | 9:00~9:30  | 受付  |
|       |          | 9:30~12:00 | 陸上運動に親しむための体ほぐしの運動Ⅰ<br>短距離走の基本的な動きづくり<br>跳運動と走り幅跳びの基本的な動きづくり                            |
| (第2回) | 2月8日(土)  | 9:30~12:00 | 陸上運動に親しむための体ほぐしの運動Ⅱ<br>障害走の基本的な動きづくり<br>走力を高めるための体づくり運動                                 |
| (第3回) | 2月15日(土) | 9:30~12:00 | 陸上運動に親しむための体ほぐしの運動Ⅲ<br>投動作の基本的な動きづくり<br>用具を使った走動作のための動きづくり<br><u>※内容は一部変更する場合があります。</u> |

## <講師・デモンストレーター>

- |    |     |     |                    |
|----|-----|-----|--------------------|
| 講師 | 多田  | 敢   | (山田町立大沢小学校 校長)     |
| 講師 | 山内  | 弘文  | (盛岡市立城北小学校 副校長)    |
| 講師 | 根木  | 地淳  | (盛岡市立仙北小学校 主幹教諭)   |
| 講師 | 福島  | 淳   | (北上市立江釣子小学校 教諭)    |
| 講師 | 藤原  | 哲   | (盛岡市立桜城小学校 教諭)     |
| 講師 | 田中  | 奈穂子 | (盛岡市立北厨川小学校 教諭)    |
| 講師 | 八重樫 | 元亨  | (盛岡市立北厨川小学校 教諭)    |
| 講師 | 赤石  | 光宏  | (盛岡市立山岸小学校 教諭)     |
| 講師 | 阿部  | 里美  | (盛岡市立津志田小学校 教諭)    |
| 講師 | 小山  | 哲朗  | (盛岡市立緑が丘小学校 教諭)    |
| 講師 | 長谷部 | 雅彦  | (盛岡市立緑が丘小学校 教諭)    |
| 講師 | 紺野  | 昇   | (盛岡市立仁王小学校 教諭)     |
| 講師 | 水谷  | 亜希  | (盛岡市立津志田小学校 教諭)    |
| 講師 | 宮坂  | 枝央理 | (盛岡市立北厨川小学校 教諭)    |
| 講師 | 菅原  | 純也  | (岩手大学教育学部附属小学校 教諭) |
| 講師 | 遠藤  | 勇太  | (岩手大学教育学部附属小学校 教諭) |
| 講師 | 清水  | 茂幸  | (岩手大学 教授)          |
| 講師 | 上濱  | 龍也  | (岩手大学 教授)          |



## <岩手大学案内図>

