

金沢市小学生陸上教室通信

2012年
4月14日号

ホームページ <http://www9.plala.or.jp/track-and-field/>

ID: track パスワード: 2010kiroku

キャプテン・リーダーよろしく!

例年なら満開の桜の下の第1回練習会ですが、たいへん肌寒い中のスタートとなりました。

まずは、10班に分かれてリーダーを決めました。下の表の通りです。班の中心となって、整列・準備運動などを進めてくださいね。その班に分かれての準備運動は特別練習の成果もあって、上手にできていました。

そして、男子キャプテンは笠松広輔くん、女子キャプテンは寒河江香野子さんと決定しました。キャプテンを中心にまとまった行動や活動をすることによって、チーム全体の団結力や緊張感を高めていきましょう。笠松くん、寒河江さん、よろしくお願ひします。



男子キャプテン	笠松 広輔	女子キャプテン	寒河江 香野子
1班リーダー	岡本 太一	2班リーダー	海田 悠
3班リーダー	甘利 悠一郎	4班リーダー	西永 宇志
5班リーダー	織田 航平	6班リーダー	狩野 亮太郎
7班リーダー	谷廣 隼	8班リーダー	笠松 広輔
9班リーダー	本嶋 李果子	10班リーダー	安藤 万夕花

第1回小中高記録会日程について

4月15日(日)は第1回小中高記録会です。高校生も参加します。

集合完了は8時30分です。ウォーミングアップをして、男子100mのスタートは10時10分、女子は10時45分です。全員が終わってからクーリングダウンをして、解散は11時30分です。

陸上教室目標記録の設定

これまで「自分の目標を持って練習しよう」と言ってきましたが、「13秒台を出したい」とか、「全国大会へ行きたい」とか、具体的な目標が描ければいいのですが、「何秒を目標にすればいいのか、よく分からない」という子も多いと思います。

そこで、陸上教室独自の目標記録を裏面のように設定しました。基準は「北國スポーツ記録賞」です。この記録は「県学童記録」に近いので、全員がめざす目標とはならないですね。その北國スポーツ記録賞を基に、区切りのよいところで切って、設定してみました。

これだと、6年生のS標準は県大会入賞ライン、A標準は市大会入賞ラインということになると思います。(その年によって違いますが)

「S標準を突破した子は表彰する」というものではありませんが、最後の記録証には書き入れたいと思っています。また、学年別・種目別に分かれて練習する他にも、標準記録別に分かれて練習するという事もあるかもしれません。

なお、この目標記録は金沢市陸上教室独自のものなので、他のクラブと相談して変更となるかもしれないので、とりあえず今年度試行ということになります。

連絡メールについて

・一応、全員、メール登録できたようですが、届いていない方もいらっしゃるかもしれません。「陸上教室メール配信4月13日号」というタイトルのメールが届いていない方は、野村の携帯アドレス「nomuy56@softbank.ne.jp」へ連絡ください。