

1 大会の記録 中学生12人

*HPをリニューアルしています。上が新しいURLです。時々覗いていただいて、気付かれたことがあれば教えてください。

ゼッケン	学年	氏名	学校	4/17(土) 国体選手選考春季選抜競技会		コーチコメント	自己ベスト記録											
							100m	200m	400m	800m	1500m	走幅跳	走高跳	ｼﾞｬｯﾊﾟ	400mR			
	1年	伊原 ナミ 市原 奈実	東星					16"45						3m41				64"57
	1年	材ノ 七 大野 世奈	川名			第1回名古屋地区ジュニア記録会 *参加種目 200m、走幅跳 *助走ｽﾚｯﾄﾞを上げ、14歩～16歩で踏み切れる練習をしましょう。		13"20	27"93					4m18				54"16
	1年	ヤマカ ノエル 山中ノエル	大江			第1回名古屋地区ジュニア記録会 *参加種目 100m *デビュー戦です。コートまで、競技までの動きを周囲のスタッフが声を掛けてください。												
	1年	ﾊﾞｲﾝ ﾈﾐﾘ ﾊﾞｲﾝ愛美梨	津賀田			第1回名古屋地区ジュニア記録会 *参加種目 走幅跳 *小学生の競技会とは雰囲気ひとつと味違えます。まずは周囲を観察してみましょう。		14"97						3m80				57"75
	1年	材ノ 七 大村 海檜	千種			第1回名古屋地区ジュニア記録会 *参加種目 100m、200m *停滞を打ち破れ。力強さとかテンポとか、次のテーマを決めて練習しよう。		13"12	27"46					3m85				54"16
	1年	ｽﾞﾉ 加ｷ 水野 和生	津賀田			第1回名古屋地区ジュニア記録会 *参加種目 100m、走幅跳 *100mほどの段階でどう走るかをきちんと組み立てて最後まで走り続ける準備をしよう。		13"38						3m73				57"75
	1年	モﾘ ｺﾀ 森 光輝	桜田			第1回名古屋地区ジュニア記録会 *参加種目 800m *新しい挑戦、自分のよさがより生かされる種目を見付けていこう。		14"38	29"35					3m42				54"16
	2年	ｺｺﾔ ﾏｶ 横山 清花	桜山			第1回名古屋地区ジュニア記録会 *参加種目 100m、200m *けが明けなのでﾌｯﾌﾞを丁寧に。総体に向けて成長の感じられる大会にしよう。		13"60										52"75
	3年	ﾌﾗｲ ﾏｶ 新井 沙也加	滝の水			第1回名古屋地区ジュニア記録会 *参加種目 走幅跳 *しっかり走って踏み切る。空間での動きを作れるかを注目しています。		13"08	27"31					5m20	1m10			52"42
	3年	ﾐﾀﾞ ﾄﾞ 宮田 愛結	植田	少年B100m予 12"90(+0.0)	少年B100m決(4位) 12"90(-0.5)	雨天のレースの難しさは体温維持にある。なかなか体の芯まで温まらないので、アップの本数は増えてしまう。見極めが難しい。今回経験値が一つ上がった。次に生かしていこう。		12"58	26"90									52"42
	3年	ｷﾞﾀ ﾊﾂﾑ 木股 和夢	川名			第1回名古屋地区ジュニア記録会 *参加種目 100m *ハートを引きちぎれ。スタートからの鋭い加速に集中しよう。		12"62	29"15					3m26	1m00	15m48		
	3年	ﾀﾞ ﾏｸﾞ 津田 拓実	神丘			第1回名古屋地区ジュニア記録会 *参加種目 100m、ｼﾞｬｯﾊﾟｰ *自分のすべきことが分かり、競技に対する姿勢が変われば結果は付いてくる。		12"53	(26"57)					4m31		48m89		48"90

2 クラブ新記録 (今年は何人できるかな? 楽しみだ。)

達成日	種目	選手氏名	記録
①			
②			
③			
④			
⑤			

3 OB、OG、元クラブ員の活躍 (記載の記録は一部です)

4 コーチのひとりごと

○4/17(土) 国体選手選考春季選抜競技会

新井さんが欠場し、参加は宮田さんが一人の寂しい大会でした。私は宮田さんに注目しつつ、OBを中心に、ワラック上の周囲の社会人、大学生、高校生の走りや跳躍に注目して見せていただきました。宮田さんは雨天でもさすがの走りを見せ、決勝でも4位になりました。まだ課題はいくつかあるものの、それをどのように捉え、どう改善していくか、長所を伸ばすことに目を向けるか、改善点を明らかにして走りより完成形に近づけていくか、いずれにしても、「0.1秒を削り出す」そういう心構えをもって取り組んでほしいと思います。何となく願うだけでは叶わない願いだと自覚しましょう。

主に3年生に向けて話しましたが、1、2年生は、それぞれ自分の技術を磨き、競技力アップと共に3年生の背中を追って、人としても成長していきましょう。

なごや陸上クラブのあらまし

令和2年12月まとめ

団体名・なごや陸上クラブ

歴史・平成15年 「JACなごや」→「なごや陸上クラブ」にクラブ名を変更しました。「力いっぱい走りたい。大会に出たい。」と願う小中学生の願いに応じて、その保護者が集まって発足しました。

運営・父母・元父母の会で運営しています。保護者の手で、係・役・当番・コーチを分担しています。クラブは、運営に関わる全ての人の協力で成り立っています。

目的・一人でも多くの小中学生に

ア 陸上競技というスポーツにふれあう機会をもたせたい。

イ 単純だけど、「走る」「跳ぶ」「投げる」ことの楽しさを知ってもらいたい。

ウ 一枚の賞状を手にすることで、一つのことに打ち込むことの値打ちに気づいてもらいたい。

ですから、「大きな声で叱る」「練習を無理強いする」コーチはだれもいません。みんなで「支え合い」「励まし合って」練習をしています。

クラブ費・年額25,500円（小学2～中学3年更新者は、25,300円）

クラブ運営費の他に、保険代、ウェア代・登録費、大会参加費などが必要になります。

目標・全てのクラブ員が、それぞれの目標を実現させるためのお手伝いをしています。

（例）小中学校の運動会で活躍したい。

・多くのクラブ員に「楽しく参加できた」と聞いています。

（例）競技会や記録会で自己新記録を出したい。賞状がほしい。

・競技会では、たくさんのクラブ員が賞状をいただいています。
・記録会では、記録賞がいただけます。
・みんなで、仲間を精一杯応援します。

（例）県大会に出場したい。入賞したい。

・愛知県小学生別-競走大会（4年生以上）24名出場（令和元年度、2年度は中止）
・愛知県小学生陸上競技選手権大会（同）31名出場（令和2年度実績）
・令和2年度は混合別-（6年優勝、5年2位）、個人で8名が入賞。
・東海小学生交流大会にも出場しています（令和元年度、2年度は中止）
・平成30年度1名出場、入賞。
・令和元年度3名出場。うち1名優勝。

中学生も活躍しています。

・令和元年度東海総体2名出場（2名入賞）*2年度は中止
・令和2年度新人戦県大会（100m、走幅跳、入賞2名、走幅跳は優勝）

あこがれの全国大会・クラブ員、元クラブ員も含めて、延べ23名が全国小学校交流大会へ出場しました。優勝者が4人います（令和2年度は中止）

・平成29年度 6年女子走幅跳3位（名古屋市優秀選手表彰）
6年女子走高跳3位

・平成30年度 5年男子100m3位（名古屋市優秀選手表彰）

・令和元年度 5年男子100m出場

延べ39人が全日本中学校選手権大会、全国JOC大会に出場しました。優勝者も4人います。

・平成29年度JOC 3年ジャベリックロー 準優勝

・令和元年度全中、JOC 男子200m出場

学年・小学1年～中学3年（令和2年度は68名のクラブ員が所属しました）

活動日・毎週土曜日午後（午後1時45分～4時30分）

日没や競技会の関係で時間は前後します。夏季（7月、8月）は暑さを避け、2時45分開始になります。雨天は中止または自由参加にする場合があります。練習は保護者同伴が原則です。お子さんの間近で練習する姿が見ていただけます。

年間の活動回数・練習と大会とで40回くらい活動しています。もちろん家庭の都合優先でよいです。

活動の場・瑞穂区内の小中学校をお借りして練習しています。瑞穂の広場、瑞穂北陸上競技場など有料の施設を利用する場合があります。

表彰・クラブだよりで自己新記録、クラブ新記録、1000mm合格級を紹介しています。東海大会、全国大会に出場したクラブ員には記念品を贈呈しています。

コーチ・父母コーチ、OB、OGコーチ、協力コーチが、練習をきめ細かくサポートしています。また、実績あるコーチが走ること、跳ぶこと、投げることについて、アドバイスをします。

体験参加・ぜひ2～3回体験してから、入部を検討してください。

お子様のやる気を確かめていただき、ご納得いただいてからの入会をお勧めします。

小中学生のみなさん、一緒に陸上をやりましょう。

現在は、新型コロナウイルス感染に配慮して、練習前の検温、手洗い、手指消毒をお願いしています。少しでも体調に異常を感じた場合は、練習を遠慮していただいております。また父母会におきまして、練習後に使用した器具は消毒を実施しています。練習につきましては、雨天はもちろん社会の情勢に配慮して、中止または自粛させていただく場合がございます。ご理解をお願いします。