

1 大会の記録 中学生11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	6/12(土)、6/13(日) 名古屋地区夏季競技会		自己ベスト記録									
				走幅跳(新)	走幅跳	400m(新)	※通信県大会の2種目は 何がいいか、1年100m以外 をどの種目にするかを考 えておこう。	100m	145m	200m	400m	800m	1500m	走幅跳 シバ	400mR
	1年	材ノ 世奈	川名	走幅跳(新) 4m82(+1.1)	走幅跳 4m99(+2.7)	400m(新) 62"29		12"77	19"11	27"58	62"29			4m82	54"16
	1年	ヤマカ ノル 山中ノエル	大江	145m DNS	*すべて来週のため出場 を見合わせた。県通信の 標準記録14"30、突破を 目指して走ろう。			14"36	22"18						
	1年	ペイ ミリ ペイ愛美梨	津賀田					14"97					3m81		57"75
	1年	オム カイイ 大村 海檜	千種					12"65	19"26	27"46				4m20	49"83
	1年	ミノ カキ 水野 和生	津賀田	145m 19"73(-1.8)	走幅跳 DNS	*「練習は嘘をつかない」 今の自分に何が必要 なのかを考えて、これか らの練習に取り組もう。		13"19	19"73				4m00		57"75
	1年	モリ コウキ 森 光輝	桜田	145m 20"96(-1.7)	400m 65"84	*目標は1500mで5分を切 ること。そのためには、短 い距離でスプリント能力 を養っていきこう。		14"38	20"96	29"35	65"84	2'33"57	5'05"57	3m42	54"16
	2年	ヨヤマ サカ 横山 清花	桜山	145m(新,7位) 20"00(-1.0)	*記録は小さな進歩の繰 り返し。「1"01の差」で あっても、積み重ねを疎 かにしない。			13"47	20"13						52"75
	3年	ライ サカ 新井 沙也加	滝の水	走幅跳(3位) 5m48(+3.2)	*非公認でも記録を突破 できた自信は大切にしま う。できないをできるに する努力を続けよう。			13"08	19"20	27"31			5m37		52"42
	3年	ミヤ ユ 宮田 愛結	植田	145m(新,1位) 18"73(-1.7)	*目標は超えるためにあ る。その向こうにある記 録を、常に達成し続ける 人になろう。			12"55	18"80	26"65					52"42
	3年	キマ ナガム 木股 和夢	川名	145m DNS	*通信は、今もてる力を 出し切れるように、体と 相談しながら、最善の準 備をしよう。			12"62		25"87			3m26	15m48	
	3年	ツバ タミ 津田 拓実	神丘	145m(新) 17"85(-1.2)	*走ることは重心移動の 繰り返し。スムーズに体 が運べれば、記録は伸ば すことができる。			12"16	17"85	(26"57)			4m31	50m93	46"08

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	6月5日	1年100m	大野 世奈	12秒77	*従来の記録は12"79(長谷川愛樹さん)
②	6月5日	3年走幅跳	新井沙也加	5m37	*従来の記録は5m35(武井葉夏さん)
③					
④					
⑤					

3 OB、OG、元クラブ員の活躍(今回は記録の記載はありません)

○今大会では、高校3年生の田原佳悟君(110mH、400mH、4\*100mR)はじめ、2年生の高橋大地君(200m、4\*100mR)、清水 翔君(三段跳、走高跳、4\*100mR、4\*400mR)1年生の武井葉夏さん(走幅跳)、山口 翔君(走高跳)が出場しました。高校進学を機会に山内 梨聖さんがまた陸上部に戻ってきました。今回は400mに出場しました。  
○中学生も、木下和奏(145m、4\*100mR)、余語柚奈(145m、4\*100mR)が出場するなど、多くのOB、OG選手が活躍しています。

○6/12(土)、6/13(日) 名古屋地区夏季競技会

先週は梅雨の中休みだったが、これからの6月は雨が多くなり、そのうえ期末テストもあって、あつという間に7月を迎えることになる。その合間を縫うようにして、週末には競技会が続く。来週はいよいよ通信陸上の名古屋支部予選が2日目と3日目を迎える。勉強する時間と練習できるチャンスをうまく折り合いを付けて、個々が競技力を高めていき、ぜひ7月の県大会には、1人でも多くの子が「応援される側」に立ってほしいと思う。

今週は総体と通信の谷間の競技会だったが、いろいろな参加の仕方が考えられた。まず総体の疲れを取るために競技会に出ず、休養と総体の反省を生かした技術チェックに充てた子もいた。試合と調整のリズムを崩さないために敢えて競技会に参加し、競技会に出ることで調整をした人もいた。確かに体を動かしてみると、いろいろなことが分かってくる。次の大会に向けての練習のポイントも見えてくる。メンテナンスの必要を感じた子は、保護者の方と相談して、今週のどこかのスケジュールも入れておくとういだろう。こうやって考えると毎日がとても忙しくなる。いや充実してくるというべきか。大会や定期テストまでの期間をどのように過ごすかを工夫する力も、陸上選手として必要な資質だと思う。

## 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年ジャベリックスロー 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。