

令和 6 年度 宮城県中学校体育連盟陸上競技専門部強化事業

(宮城県中体連陸上専門部 陸上教室) 実施要項

- 1 目的 ・「スポーツ宮城」の実現と本県スポーツの飛躍的な発展をめざし、その中心となる宮城県の中学生選手の育成を図る。
・陸上競技を通し、心身の鍛練と健全な人格形成を図る。
・陸上競技各種目の練習方法の指導を行う。
- 2 主催 宮城県中学校体育連盟陸上競技専門部
- 3 主管 宮城県中学校体育連盟陸上競技専門部（強化部）
- 4 期日 令和6年12月1日（日）
- 5 会場 大和町陸上競技場 〒981-3624 宮城県黒川郡大和町宮床松倉92 TEL 022-346-2178
- 6 日程 9：00～ 受付【競技場器具庫前】
9：15～ 顧問打ち合わせ（競技場器具庫前） ・ 9：30～ 開講式
9：45～ 各ブロック練習開始
11：45 ブロック毎練習終了
11：45～ 閉講式（ブロックごと） ※12：00解散
- 7 内容 短距離、中長距離、ハードル、跳躍（棒高跳、走高跳、走幅跳）、投擲（砲丸投）の基本的な練習方法の指導。
冬期など、短い練習時間で効果的な練習（特に専門的体力・技術）の向上を目的とした指導。
- 8 対象 宮城県内に所属する中学生（誰でも参加可能）、および強化指定選手
- 9 指導者 宮城県中体連陸上専門部強化スタッフ
- 10 参加者が持参する物 (1)試合、練習用具一式(2)筆記用具 (3)その他各自の必需品
(4)棒高跳びは各自のポール、走り幅跳びは縄跳び、投擲はメーシンボールと砲丸
- 11 参加料 (1)受講料として一人500円（1回目陸上教室の資料代、競技場使用料の一部として）を当日受講生徒分を受付にて徴収させていただきます。（ただし強化指定選手は無料）
- 12 参加方法 (1)申し込みは宮城県中体連陸上専門部のホームページよりエクセルファイル申し込み用紙をダウンロードして、必要事項を明記しEメールにて申し込み願います。参加条件として、指導内容と所属校における練習を結びつける目的のため、できる限り顧問（学校担当者）にも来場をお願いします。また、顧問の先生は各ブロックの練習にサポートして参加していただきます。申し込みシートに当日引率される責任者名を必ずお書きください。ファイル名は【〇〇中.xlsx】でお願いします。顧問引率がどうしても難しい場合は、顧問の先生から下記のメールアドレスへお問い合わせ、御相談ください。なお保護者からの問い合わせはできません。

申込先アドレス：saisen0108@sendai-c.ed.jp

- (2) 申し込み後、返信メールにて受付完了としますので、返信がない場合は寺岡中齋藤踐太まで問い合わせください。連絡はメールもしくはFAXをお願いします。
- (3) 申し込み期日 令和6年11月21日（木） 17：00まで
- 13 その他 (1) 主催者側で保険はかけません。けが等が発生した際は各学校もしくは各家庭で加入している保険での対応をお願いします。
(2) 小雨程度であれば実施いたしますが、それ以上の天候悪化や自然災害時は中止します。実施の有無は宮城県中体連陸上専門部ホームページで御確認ください。
(3) 駐車場は第1・2駐車場（第1駐車場250台・第2駐車場180台）をご利用ください。
(4) 問い合わせ先 仙台市立寺岡中学校 齋藤 踐太 FAX.022-377-9654