



誰でも楽しめる運動・スポーツ



あけとみ陸上クラブ

あけとみ陸上クラブについて

◆クラブ設立の経緯

守山市北西部に小学生陸上クラブの設立要望があったことから、2017年11月「あけとみ陸上クラブ」の名称にて開設する。運動の基本である“走る・跳ぶ・投げる”を通して、陸上競技や運動の楽しさを味わうと共に体力向上および健全育成を図る。

◆**本年度会員** 50名（6小学校より）

◆**指導者** 5名

JAAF公認ジュニアコーチ、日本幼児体育学会公認指導員、日本リズムダンス連盟公認指導員、障がい者スポーツ指導員等多数の資格を持つ元実業団選手、元中高保健体育科教諭、小学校教諭、特別支援学校教諭、学童支援員、卒部生等、国体、インカレ、インターハイ、全国大会、全日本実業団、箱根駅伝、パラ世界選手権出場他実績のあるコーチ陣がわかりやすく指導している。

◆クラブの方針

- 陸上競技を通して挨拶や礼儀また意欲的に取り組む姿勢を大切にする。
- 「心・技・体」を育成することで地域貢献・社会貢献を目指す。
- 「走・跳・投」を基本に様々な運動動作を身につける。

人間性の向上 = 競技力の向上

小学生期に必要な、多種多様な運動動作や複数競技体験が望ましいため、あけとみ陸上クラブでは、小学校1年生から入部を受け入れ、運動・スポーツを楽しく実践できるよう工夫した内容で、子ども達の将来を見据えた指導を行っている。



あけとみ陸上クラブ

運動の基本「走る」「跳ぶ」「投げる」などを仲間と一緒に楽しく学べます！
■募集部員 小学1年生から6年生（3年生以下は原則保護者付添い必要）
■練習日時 原則土曜日の9時から11時（冬季・夏季は変更あり）
■練習場所 美崎グラウンド（美崎自治会館付近）、競技場、体育館 その他

【クラブ紹介】
2017年11月、守山市北西部側に発足した陸上競技クラブです。
現在、男女50名程度の選手児童で活動しており、各種大会で優勝者・入賞者も出ています。
選手児童は、主に連野小学校、中平小学校に在籍しています。
コーチ陣には国体・インカレ・全国大会・箱根駅伝・全日本実業団駅伝等で活躍した指導者もあり、楽しい陸上競技実践を目指して活動しています。
陸上競技を通して「心・技・体」を育成し、挨拶や礼儀また自ら意欲的に取り組む姿勢を大切にしています。

合言葉は
“絶対調”!!

AKETOMI ATHLETE CLUB

※体験活動、見学等、随時受付中！

【お問い合わせ】
あけとみ陸上クラブ 代表 金子
080-1421-3944

あけとみ陸上 検索

SDGsの取組みについて

◆取組を行った理由

体力低下が深刻な問題となる昨今、毎年小学5年生と中学2年生男女を対象にスポーツ庁では「全国体力・運動能力・運動習慣等調査」が行われている。滋賀県の県教育委員会や学校現場でも体力向上に向けた様々な取組みが行われているが、令和4年度の体力合計得点は、小中男女ともに昨年度よりも下回る得点となった。また、滋賀県の平均寿命・健康寿命は男性・女性とも全国トップレベルにあるにも関わらず、健康寿命での主観的指標で女性は「自分が不健康な状態にあると思っている人が多い」という県からの調査結果を得た。

このことから、子供から大人、高齢者や障がいを抱える方も一緒に参加できる練習プログラムや、地域に開かれたイベントを開催することでスポーツの楽しさや大切さを広め、将来的には体力向上や平均寿命・健康寿命延伸につながると考えたため、この取組を行った。

◆取組の内容

- 「走・跳・投」多種多様な動きを取り入れた日常の活動
毎週土曜日練習会を開催、前半は陸上競技以外のリズムジャンプ・リズムダンス・昔の外遊びをアレンジした運動遊び・球技等を実施、後半は陸上競技を全員全種目トライできるように工夫して実施。



➤ クラブ独自の大会と保護者参加型大会の開催

- 親子レクリエーション大会
- 親子リレー大会
- 保護者対象のトレーニング講習会
- 保護者との編成チームによる駅伝大会参加
- コロナ禍におけるブログ、ZOOMでの自宅練習発信
- 縄跳びチャンピオン大会
- ステッピーチャンピオン大会



➤ 手作りの跳躍ピット作成

いつでも・誰にでも利用できるように手作りで跳躍ピットを作成



➤ クラブから地域へ。活動の拡大

クラブの活動が認知され2022年に地域スポーツ実行委員会より『地域住民のスポーツ交流会』の実施依頼を受ける。年齢に応じた楽しい種目を企画、道具を提供して開催した。老若男女100名以上の参加者が集い、盛況のうちに終えた。好評を受け今年度も実施。



