

2019年度JAAFアスリート発掘育成プロジェクト
U13アスリートクリニック高知会場要項



[趣 旨] スポーツの基本となる「走」「跳」「投」の運動を小学生に楽しく体験しながら学んでもらうと同時に、小学生陸上競技指導者に正しく学んでもらうために、日本陸上競技連盟が講師を派遣して実施する。

[主 催] 日本陸上競技連盟

[主 管] NPO 法人高知陸上競技協会

[協 賛] アシックスジャパン株式会社 デンカ株式会社

[講 師] 日本陸上競技連盟派遣講師

[日 程] 2019年12月15日(日)

受付開始：午前8時40分 プログラム実施：午前9時～午後3時45分

[会 場] 春野総合運動公園陸上競技場 *理論/栄養講習(会議室)

[参加者] 県内小学生(5・6年生)およびその指導者・保護者を対象とする

[定 員] 60名

[内 容] 理論講習：発育発達・栄養 実技：基本の運動・動きづくり(種目別基本の動きを含む)

予定時間		実施内容
09:00～09:15	開講式	挨拶、講師紹介、諸連絡
09:15～10:00	理論講習	発育発達
10:00～12:15	実技	ウォーミングアップおよび走・跳・投の基本の運動 100m計測 ※全員参加
12:15～12:45	お昼休み	昼食 ※参加者は各自お弁当を持参してください
12:45～13:30	理論講習	栄養講習(45分※予備時間15分)
13:30～15:30	実技	混成競技(走高跳・走幅跳・ジャベボール)
15:30～15:45	閉講式	※集合写真撮影

*理論講習：小学生、指導者・保護者とも参加。 実技：小学生が受講し、指導者・保護者は見学。

[参加者募集方法]

- ① 学校単位、クラブ単位、個人単位とする。
- ② 小学生は保護者の承諾を得ること。
- ③ 参加者はスポーツ安全保険等に加入すること。
- ④ 主催者は、事故については応急処置のみを行い、それ以外の責任は一切負いません。

[参加料] 無料

[申し込み] 別紙申し込み用紙に必要事項を記入し、メール、FAX、もしくは郵送にて申し込むこと。

※締め切り 12月5日(木)必着

(申込先) 〒781-0311 高知市春野町芳原2485

NPO 法人高知陸上競技協会 宛

TEL/FAX :088-841-9940 メール : kaaf56@yahoo.co.jp

窓口 : 平日午前10時～午後1時

[備 考] 今回のU13アスリートクリニックは、JAAF公認指導者資格の義務研修を兼ねますので、運営を手伝ってくださる指導者で資格をお持ちの方は、指導者登録番号を受付にてお知らせください。