

佐倉市部活動地域指導事業業務

SPORTS DATA BANK
Sports Data Bank Group

地域クラブ活動 — 活動報告 —

スポーツデータバンク株式会社

地域クラブ活動_練習

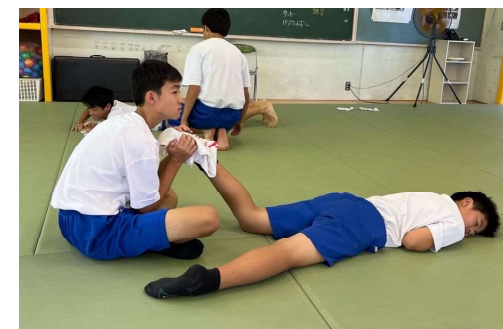
| | |
|-------|---------------------------------|
| 活動日 | 令和5年9月2日(土)、18日(月) |
| 活動時間 | 8時30分～11時30分 |
| 活動場所 | 佐倉市立臼井中学校 |
| 活動内容 | 練習 |
| 担当指導者 | 金箱コーチ・今野コーチ *18日はメインの金箱コーチのみ |
| 参加生徒数 | 11名(9/2(土)) / 8名(9/18(月)) |

(9/2(土) 練習内容)

- ・ジョグ、体操、ストレッチ
- ・ハードルドリル
- ・ながし
- ・テンポ走
- ・動的アップ
- ・走ドリル
- ・坂ダッシュ
- ・マッサージ

(9/18(月) 練習内容)

- ・大会後のため、自重トレーニングとストレッチやマッサージなどのケア系を実施



地域クラブ活動_大会

| | |
|-------|-----------------------|
| 活動日 | 令和5年9月16(土) |
| 活動時間 | 6時15分～16時15分 |
| 活動場所 | 岩名総合運動公園(小出義雄記念陸上競技場) |
| 活動内容 | 印旛郡新人大会 |
| 担当指導者 | 金箱コーチ・今野コーチ |
| 参加生徒数 | 10名 |

(9/16(土)活動内容)

今年度の県新人出場権獲得者が8名出ました。

(1年男子100m)
 (2年女子100m)
 (2年男子100m、共通男子4×100mR)
 (共通男子400m、共通男子4×100mR)
 (共通男子110mH、共通男子4×100mR)
 (共通男子4×100mR)
 (共通男子4×100mR)
 (共通男子4×100mR)



地域クラブ活動における生徒からの声

- ・新しい種目に挑戦できた
- ・専門的な指導が受けられるようになり、楽しくなった
- ・メニューがしっかりしてやりがいを感じる
- ・にぎやかになった（雰囲気も明るくなった）
- ・指導が分かりやすい
- ・指導を受けたことでタイムが上がり、楽しくなった

今後の活動計画

| | | | | | |
|--------|---|------------|----|-----------------------|-------|
| 10月7日 | 土 | 8:30~11:30 | 練習 | 岩名総合運動公園（小出義雄記念陸上競技場） | 金箱・今野 |
| 10月9日 | 月 | 8:30~11:30 | 練習 | 岩名総合運動公園（小出義雄記念陸上競技場） | 金箱・今野 |
| 10月14日 | 土 | 8:30~11:30 | 練習 | 岩名総合運動公園（小出義雄記念陸上競技場） | 金箱・今野 |
| 10月21日 | 土 | 8:30~11:30 | 練習 | 岩名総合運動公園（小出義雄記念陸上競技場） | 金箱・今野 |
| 10月29日 | 日 | 8:30~11:30 | 練習 | 岩名総合運動公園（小出義雄記念陸上競技場） | 金箱・今野 |
| 11月3日 | 金 | 8:30~11:30 | 練習 | 岩名総合運動公園（小出義雄記念陸上競技場） | 金箱・今野 |
| 11月5日 | 日 | 8:30~11:30 | 練習 | 岩名総合運動公園（小出義雄記念陸上競技場） | 金箱・今野 |
| 11月11日 | 土 | 8:30~11:30 | 練習 | 岩名総合運動公園（小出義雄記念陸上競技場） | 金箱・今野 |
| 11月18日 | 土 | 8:30~11:30 | 練習 | 岩名総合運動公園（小出義雄記念陸上競技場） | 金箱・今野 |
| 11月23日 | 木 | 8:30~11:30 | 練習 | 岩名総合運動公園（小出義雄記念陸上競技場） | 金箱・今野 |
| 11月25日 | 土 | 8:30~11:30 | 練習 | 岩名総合運動公園（小出義雄記念陸上競技場） | 金箱・今野 |
| 12月2日 | 土 | 8:30~11:30 | 練習 | 岩名総合運動公園（小出義雄記念陸上競技場） | 金箱・今野 |
| 12月9日 | 土 | 8:30~11:30 | 練習 | 岩名総合運動公園（小出義雄記念陸上競技場） | 金箱・今野 |
| 12月16日 | 土 | 8:30~11:30 | 練習 | 岩名総合運動公園（小出義雄記念陸上競技場） | 金箱・今野 |
| 12月23日 | 土 | 8:30~11:30 | 練習 | 岩名総合運動公園（小出義雄記念陸上競技場） | 金箱・今野 |



※基本的には土曜日開催とし、祝日がある場合には中1日で実施するよう計画をしている。