

清田区内の小学校（高学年）を対象とした運動会に向けた走り方教室（出前授業）のご案内です。学校の費用負担はありません。締め切りは、4月19日（金）まで。調整の上、実施校を決定します。（4月22日中に可否をご連絡します）



走り方教室

出前授業2024

運動会に向けて

これまで 累計400名以上が参加！
昨年度の様子は、TVでも報道されました。



今日のおかげで
運動会で2位か3位を
取れそうなので
頑張ります。

おかげで、
運動会がもっと好きに
なりました。

ある学校では 100m走
平均 約0.5秒 タイム向上！

	授業前	授業後	成果
5年生	19.89	19.32	-0.57
6年生	18.84	18.39	-0.45

詳細は裏面をご覧ください。



小学校の体育学習をサポート！

札幌国際大学（SIUスポーツクラブ）が、走り方のコツや自主練習の仕方などをお伝えします

出前授業実施可能日は、フォームでご確認ください。

事前の打ち合わせ
(会場下見)



出前授業実施(2単位時間)



運動会に向けて
主体的に取り組む子に

ご担当の先生と事前に打ち合わせをさせていただきます。

会場を下見し、当日の流れや子どもたちの集合場所、活動場所などを打ち合わせさせていただきます。

【事前】50m 走(もしくは100m 走)のタイムを事前に測定ください

【当日】

- 1 講師紹介・けがをしないための準備運動(5分)
 - 2 プロの走りを見てみよう!(5分)
 - 3 走り方のコツ伝授(45分)
実際にやってみながら、コツをつかみます。
 - 4 今後の自主練習の仕方(10分)
(GIGA 端末の活用も含)
 - 5 タイム測定・感想シート記入(後日でも可)
- ※雨天時は屋内体育館での実施となります。

データ提供のお願い

走り方教室の効果を測定するため、前後の走力(タイム)のデータ提供をお願いします

※氏名などの個人を特定する情報は収集しません



担当講師

栗野祐弥

札幌国際大学スポーツビジネス学科 講師
札幌国際大学陸上部顧問
専門はハードル走

コツが分かると、もっと走るのが好きになります。いっぱい走って、コロナ禍での運動不足を解消できるように「走り方教室」で走る楽しさをお伝えします。

安井政樹

札幌国際大学基盤教育部 准教授
札幌市立小学校教諭を経て現職
陸上競技少年団での指導経験もあり

運動会という行事を生かし、自分で目標をもち粘り強く取り組む子を育てたいですね。そんなきっかけをつくる出前授業です。ぜひ、ご活用ください。

お申込みは、
こちらから→
締め切りは4月19日



お申込み

お問い合わせ 札幌国際大学(安井)
masaki-yasui@ts.siu.ac.jpまで