

50メートル走記録伸ばせた

倉敷JCなどイベント

小学生200人陸上楽しむ

子どもたちに陸上競技の楽しさを伝え、体力づくりを習慣付けてもらおうと倉敷青年会議所は1日、川崎学園総合グラウンド(倉敷

「大股で跳びはねるように」などと助言を受ける子どもたち



市松島)で、川崎医療福祉大(同所)と連携したイベントを開いた。小学生約200人が参加し、スポーツの魅力を味わった。3部構成で行われ、1部では、50メートル走、フットボール投げ、立ち

幅跳びの3種目に分かれ、子どもたちが記録を伸ばすためのポイントを同大の学生から教わった。50メートル走では「大股で跳びはねるように」「足は爪先から下ろして手を振って」などの助言を受け、実際に体を動かした。2部では、サイコロを投げて出た目の数で走る距離が変わる「サイコロリレー」などのゲームを楽しみ、3部ではネットをくぐったり、平均台を渡ったりする障害物リレーをグループに分かれて競った。老松小5年伊藤眺希君(10)は「教わった走り方を実践したら0・4秒早く走れるようになった。一緒のグループの子とも仲良くなれて楽しかった」と話していた。

に動画

さんアジ

(中原由華)