



SCATTO の活動報告

新年あけましておめでとうございます。2019年も宜しくお願ひします。現在、一般社団法人 SCATTO の会員数は①陸上教室が56名(羽曳野 RC 小学生陸上クラブが53名、中高生3名)②マラソン教室(月1回の教室)が10名 ③ゴールデンエイジかけっこ教室(火曜日)1クール3名、2クール4名、3クール6名 ④ふるなんスポーツの集い(日曜夜のスポーツ教室:指導者/東原龍一)が2名。また、派遣事業として、大阪狭山 SC の陸上教室と中学校サッカーのフィジカルコーチを担当し、陸上、サッカー選手の個人レッスン、大阪府総合型スポーツフェスタの陸上教室指導を実施しました。

羽曳野 RC について

11月に大阪府小学生陸上競技大会では走り幅跳びで優勝、ジャベリック投げで2位を筆頭に多くの選手が自己ベストを更新しました。ご父兄による会場への送迎や現地でのご協力ありがとうございました。また、羽曳野市民マラソンでも、小学生男子で1-4位と9位、女子では1、4、7、10位を多くの入賞者ができました。日頃頑張っているみんなの成果がでてとても嬉しく思います。また、試合では保護者の皆さんのお蔭で子供たちが楽しく事故なく参加できています。心から感謝いたします。今後ともご協力のほど宜しくお願ひします。

日本陸上競技連盟の競技者育成指針

昨年の11月に種々の情報を分析した結果、生涯を見通し長期的展望に立った競技者育成の方向性を具体的に示すものとして本指針が策定されました。その中から小学生、中学生の方針を抽出しました。私たちもこの指針のもと、指導を進めています。ご一読下さい。<https://www.jaaf.or.jp/development/model/>

小学校期(6~12歳) 楽しく陸上競技の基礎をつくる(※身体リテラシーの継続的な育成)

学校体育(クラブ活動)や地域スポーツクラブ等での活動を通して、引き続き、運動遊びやスポーツ活動に親しみ、楽しさを味わうことを重視する。/陸上競技の走跳投種目を導入しながら、スポーツスキルと体力のバランスのよい発達を促すことにより、身体リテラシーの育成を継続する。/発育発達の個人差の影響が最も大きい時期であることから、他者との比較のみに偏ることなく、自己の記録に挑戦する「楽しさ」を通して運動有能感や自己効力感を養うことにより、その後の陸上競技の継続へとつなげる。/より多くの子どもたちに陸上競技に接する機会を提供するために、種目設定や演出を工夫し、誰もが気軽に参加できる競技会を開催する。/過度な競争や強化が助長され、子ども達への負担が高まることを避けるため、専門的なトレーニング方法や競技会への準備は避けるとともに、地元・地域(都道府県)レベル以下の競技会参加を推奨する。

中学校期(12歳~15歳) 陸上競技を始める・競技会に参加する

学校部活動や地域スポーツクラブでの活動を通して、身体リテラシーの育成に配慮し、陸上競技の複数種目や他のスポーツを楽しむことを継続する。/陸上競技に必要な技術や体力の発達を促すために、走跳投種目全般にわたるトレーニングを段階的に開始する。/陸上競技のルールやマナー、トレーニング方法や競技会への準備などの基礎を学び始める。/引き続き、発育発達の個人差は大きく、男女差も大きくなる時期であることから、それらが競技パフォーマンスに及ぼす影響を十分に理解し、バーンアウトやドロップアウトを起こさせないように注意する。/オリンピック(シニア)種目にこだわらない種目(負荷)設定による競技会を開催する。/地元・地域(都道府県)レベル以下の競技会参加を中心とし、個人の発育発達に応じたトレーニングや適正な競技会の出場回数を検討しながら、オーバートレーニングや競技会過多にならないように留意する。

※身体リテラシー さまざまな身体活動、リズム活動(ダンス)、スポーツ活動などを、自信をもって行うことができる基礎的な運動スキルおよび基礎的なスポーツスキルのこと。身体リテラシーには、運動を楽しく、有能感(Competence)をもって、意欲的に行えるといった心理的な側面、あるいは仲間と協調したりコミュニケーションしたりできる社会的側面も含まれる。この身体リテラシーが身につくことによって、生涯を通して健康的で活発なライフスタイルを送ることが期待できる。