

スポーツ開発・支援センター事業報告書

事業名 公開講座 「びわスポ親子かけっこ教室」

担当 志賀 充

実施日 2014年 8月23日(土) 17:00～19:00

対象者数 15名

場 所 びわこ成蹊スポーツ大学 陸上フィールドトラック

実施形態 実技

費用 1組 1,500円 (レクリエーション保険料含む)

概要 親子で速く走ることを目的とした講座とした。今回は天候が悪く、人数が少なかったものの、参加者は大変意欲的に実施してくれた。運動会が近いということから、すぐに運動会で応用がきくような運動やトレーニングなど工夫し指導した。特にカーブでの走り方、スタートの方法などは理論的な部分を含めて時間をかけた。また親子で、ともに出来る運動を実施させることで親子のふれあいや絆の確認を意識した。参加する親子からは、親子で色々な運動を実施できて良かったという報告を受けた。次年度も参加者が増えるように、内容を充実させたいと考える。

記録(写真)

