



## キッズかけっこ塾

「フィールドへ降りてくださーい」とアナウンスが響くと、スタンドで待機していた子どもたちが、つれしさと緊張が混じった面持ちで、フィールドへ駆け出していきます。

開会式で、高野氏は、「熊本は、今、日本で一番足が速い人、末續慎吾選手が生まれたところです。一緒に練習をしているのですが、そこで、彼が日本一になったいろいろな方法、走り方を今日は教えてみたいと思って来ました。最後に50mのタイムトライアルがありますが、ぜひ、自分の記録を更新して欲しい。今日の走り方は、オリンピックと同じ方法でタイムを計ります。このタイムを基準として、将来に向かって縮めていくか楽しみがなければほしい。子どもたちに語られました。

末續慎吾選手も練習した  
いろいろな方法、走り方を体験！

準備体操のあと、さっそく、講習が始まりました。まず、4本足になって、歩くことから始めました。普段、4本足で動くことがないので、子どもたちは戸惑いながら手と足を動かして

いましたが、慣れてくると、スピードを速めて動くことができました。次に、立ち上がりから、いろいろな腕振りをして走ってみました。どのように腕を振ると速く走ることが出来るのか、体験を通じて学ぶようになっていきます。

きちんと腕を振ると、速く走れるよ！

正しい腕振りを身につけた子どもたちは、みるみるうちに、走り方が変わり、速くなってきたようでした。タイムトライアルに向けて、スタートの動きを練習しました。

最高気温が14度を超え、体を動かして暑くなってきたのか、子どもたちは次々に上着を脱いでいました。中には、半そでになっている元気な子どももいました。休憩時間もフィールドを駆け回っていて、走ることが楽しくなったと感じてくれたと思います。



水前寺競技場・末續慎吾選手、応援プロジェクト くまもとアスレティクス・アカデミー

# 「キッズかけっこ塾&タイムトライアル」

日時：平成20年1月6日(日) 13時～  
会場：水前寺競技場

IN くまもと レポート



東海大学体育学部准教授(アスレティクス・ジャパン代表)高野 進氏の協力のもと九州で初めて開催された、くまもとアスレティクス・アカデミー『キッズかけっこ塾&タイムトライアル』INくまもとは、熊本市内の小学校に通う1年生から3年生、応募総数646通の中から抽選で選ばれた105名が参加しました。元気に走った子どもたちの様子などをレポートします。



## タイムトライアル

気分は末續選手？  
いよいよタイムトライアル！

50mタイムトライアルでは、名前がコールされてからスタートラインに立ちました。名前を呼ばれると、大きな声で「はい！」と手を上げ、スプリンター気分です。そして、もう一度、スタートの動きを復習してからスタートです。

「位置について」「用意」と、習った動きでピストルを待ちます。1年生には、「用意」で静止して待つことが少し難しかったようで、「用意」で何度かやり直しがありません。

閉会式の後、学年ごとに記念撮影を行い、撮影終了後に記録証が渡されました。それぞれ、がんばったー！という満足感と嬉しい表情でした。



▲ 1年生



▲ 2年生



▲ 3年生

がんばって走ったよー！

ピストルがなると、一斉にゴールへ向けて駆け出していきます。習ったばかりの腕振りを実践して、全力で走っていました。

転んでしまったり子どももなく、全員が無事に50mを完走できました。

コース脇で、保護者の皆さんは、盛んに声援を送り、わが子の姿をカメラに収めていました。



# 講師の先生方から 熊本の子どもたちへ

「かけっこ塾&タイムトライアル」の終了後、今回ご指導いただきました講師の先生方に熊本の子どもたちへメッセージをいただきました。

## 高野 進 先生

熊本で初めて「かけっこ塾」を開催しました。

もともと九州学院さんのお付き合いが長いので、よく「水前寺競技場」には足を運んでいました。フットボールコートは、未練は来てやっていたのだと思いますが、僕が来るのは初めてなので、気を付けてきました。

——子どもの走り方を心配をわけて保護者のかたへ

走り方を教えるというところはありそいでないんです。走りは、箸の持ち方と一緒に、自分のペースに合わせた簡単なにはなならないのよというくらいと、かわいわと変えていかなければいけません。スポーツ活動の中、子ども何かに意識を向けるのは、環境におおきく関係があると思います。



▲写真左から高野進先生、比留間修吾先生(1年生指導)、吉田香織先生(2年生指導)、渋谷聡先生(3年生指導)

——走ることを好きになるよつな秘訣はありますか？

環境ですよね。本来、走ることは子どもたちは「走るな」といっても走りますから嫌いじゃないんです。走るというのは明らかに優秀が順番でつくので、だんだんいやになってきたり、成長してくると体重が重くなると走るのがきつくなってくるので、他の人より遅くなるとそれが「フットレス」になってきたり。そういう環境が問題なのかと思います。

——熊本の子どもたちへエールを

僕のイメージとしては、熊本の子どもたちはみんな未練みたいになんか大人になってほしいという願いがあります。人を楽しませる、明るい元気な子どもたちを応援しています。

## 比留間 修吾 先生

走高跳 自己最高記録2m21cm  
2006年日本陸上競技選手権大会第5位

熊本の子どもはとても元気で、「肥後もっす」とい言葉が似合っているか、いろいろな子どもたちに当てはまるんだなと印象に残りました。

第一の未練さんがあの中からは生まれることを期待しています。

## 吉田 香織 先生

100m 自己最高記録11秒99(日本歴代2位)  
2004年日本陸上競技選手権大会優勝

熊本のお子さんはとても元気で、私も非常に楽しかったです。かけっこもみんな速いなと思って見えました。ありがとうございました。

## 渋谷 聡 先生

100mハードル 自己最高記録14秒50  
日本陸上競技選手権大会国民体育大会出場

3年生を指導しましたが、非常におとなしいというか、しっかりお話を聞ける人が多くて、こちらもちやややすかったです。動きがだんだんよくなってきたのが目に見えてわかりましたので、やっていくうちにとても非常に楽しくて、満足する部分も多かったです。

「楽しさ」というものを忘れずに続けていただければ、また速くなっていくのとはなると思っています。ぜひ、継続して楽しんでほしいなと思います。

## 指導者講習会 「子どもの運動能力育成概論」



「かけっこ塾」に先がけて、午前中に行われた、指導者講習会「子どもの運動能力育成概論」には、陸上関係者や大学生、熊本市内の小中学校の教諭を中心に参加しました。

挨拶の中で、高野先生は、「1991年の東京で行われた世界陸上の後に、ある番組の収録で、谷口浩美さんと2人で1000mの対決をしたのが、水前寺競技場で、それ以来17年ぶりということ」を、その当時のこと

を思い出した」というエピソードを披露してくださいました。参加者は、高野氏と水前寺競技場との思わぬ接点に驚いていました。

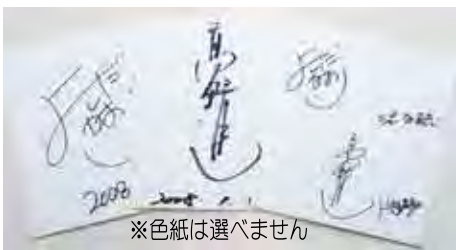
講義では、高野氏が競技者として、指導者としての生活の中で経験し、培ってこられたことから得られたさまざまなことを中心に、人間の走り方について実際に練習をしている動画を交えてながらわかりやすく話されました。

参加者は、今後の競技や指導に生かせるようにと、熱心に耳を傾け、盛んにメモをとっていました。



▲ 終了後に記念撮影を行いました

## 抽選でサイン色紙をプレゼント!



※色紙は選べません

このページの下にある「応募券」をハガキに貼ってご応募ください。応募券はコピー・ダウンロードしたものは対象外となります。当選者の発表は発送をもってかえさせていただきます。

<p>〒862-0941 熊本市出水2-7-1 (財)熊本市社会教育 振興事業団 総務課 スポーツライフくまもと 3月号プレゼント係</p>	<p><b>応募券</b> 広報誌の感想 住所 氏名 年齢 年齢 電話番号 電話番号</p>
--	--

しめきり: 平成20年3月31日(月)必着