

小学校4年生対象「かけっこ教室」

希望掲載時期	<input type="checkbox"/> 事前告知を希望 <input checked="" type="checkbox"/> 当日取材を希望
日時	5月11日(月) 東伊那小学校 午前11時～午後0時35分 5月12日(火) 赤穂東小学校 午前10時45分～午後0時20分 5月13日(水) 中沢小学校 午前8時35分～10時10分 5月14日(木) 赤穂南小学校 午前10時45分～午後0時20分 5月15日(金) 赤穂小学校① 午前8時55分～10時30分 5月15日(金) 赤穂小学校② 午前10時55分～午後0時30分
場所	各小学校 グラウンド予定 (※雨天時は体育館)
参加者	各小学校4年生
内容	元陸上競技オリンピック選手 青戸慎司さんによる、かけっこ教室を行います。 詳細は、別紙のとおりです。

【問い合わせ】

長野県 駒ヶ根市 教育委員会 社会教育課 スポーツ振興係

(課長) 木下 (係長・担当) 福澤

TEL : 0265-83-2111 内線 723 FAX : 0265-83-2181

E-mail : sports@city.komagane.lg.jp



駒ヶ根市PRキャラクター

「こまかっぱ」



かけっこが速くなる・楽しくなる
新しいツールとして!!

小学4年生対象かけっこ教室の実施

駒ヶ根市では、全ての運動の基本となる「走る」に着目し、身体を動かすことの「楽しさ」や「喜び（達成感）」を子ども達に感じてもらいながら体力向上を図ってきました。その中で「かけっこ検定マニュアル」を作成し、モデル校で実施を進めてきました。

令和6年度からは市内5校の「4年生」を対象に、マニュアルを使いながら、授業の一環としてのかけっこ指導実施を開始し令和8年度も継続いたします。

☆かけっこ教室とは？

- ☆元オリンピック選手の青戸慎司先生が発案した検定方式の指導方です
- ☆全ての運動の基本となる走り方のコツを、楽しく！わかりやすく！学べます
- ☆個々の能力に応じて、楽しくチャレンジできる検定です
- ☆ご家庭でできる練習もわかりやすく解説しています

● 講師 : ^{あおと}青戸 ^{しんじ}慎司 先生

元陸上競技オリンピック選手



青戸 慎司さん プロフィール

- ・陸上 100m 元日本記録保持者。ソウル、バルセロナ両五輪に陸上短距離選手代表として出場し、バルセロナ五輪の400mリレーで60年ぶりに6位入賞を果たす。
- ・100m ベスト記録 10秒28
- ・長野オリンピックボブスレー4人乗り代表 16位
★日本人男子として、初の夏・冬オリンピックへの出場を果たす
- ・現在、中京大学陸上部副部長、日本オリンピック委員会強化スタッフ、日本陸連強化委員としてご活躍中。

- 日程 : 令和8年5月11日（月）～5月15日（金）
- 対象 : 児童4年生を対象に、かけっこの基礎を指導します。
- 実施方法 : 授業の2コマの中で実施していきます。

お問い合わせ先：駒ヶ根市教育委員会 社会教育課
スポーツ振興係 担当 福澤・下平
TEL：0265-83-2111（内線：723・724）