

子どもの体力向上推進事業

特定非営利活動法人 かわさきスポーツドリーマーズ



2023年10月 発行

〒211-0051

川崎市中原区宮内4-1-2

TEL 044-733-4408

FAX 044-733-4411

<https://www.kawasaki-sports-dreamers.com>

K. S. D. ニュース 10月号

運動神経をきたえれば…

「大人は今日できないことは明日もできないけれど、子どもは今日できなくても明日はできる」という言葉は、子どもの可能性を信じた言葉です。

子どもの可能性を伸ばすためには、私は「つなぎめの神経回路をきたえる」ことだと思っています。

例えば、ももあげ走とダッシュ走をする時、「と」に着目し、つなぎめの「と」に視覚（マーカーコーン）、聴覚（音・合図）、姿勢（強く強く腕をふる）などを鍛えることことが運動神経をつなげていくことになると思います。

神経回路をきたえるためにいろいろな運動のつなぎめを意識させ、運動神経がよくなれば今までできなかった動きができるようになります。子どもたちはできる喜びがふえればふえるほど陸上競技に楽しく参加することができます。

陸上競技では、少しでも速く走り、タイムを縮めることを目的としています。そのためには運動神経をきたえれば、腕を力強く、脚力がつき地面を強くけることができ、走るタイムを縮めることができます。

多くの子どもたちから「コーチ、タイムが縮まったよ」といわれることを期待しています。

かわさきスポーツドリーマーズ 陸上教室 講師 品田 雅夫



川崎市陸上競技選手権に参加しました！

9月2日(土)等々力陸上競技場で、川崎市陸上競技選手権が開催されました。K.S.D.から男子25名、女子12名が出場し、下記のような優秀な成績をおさめました。

男子100m	角館 結翔(古川小6年) 13秒03 (1位)
女子100m	柿沼 和(鷺沼小6年) 15秒19
男子800m	吉田 悠真(今井小4年) 2分48秒21(1位)
女子800m	山田 夢理(片平小5年) 2分49秒25
4×100mR	男子(加藤,角館,石関,齋藤) 55秒17(1位)
	女子(岡本,田口,柿沼,森貞) 59秒85

K.S.D.の卒業生も8月24日に開催された全日本中学校陸上競技選手権大会に参加し、活躍しました。

男子100m	大津 康太(有馬中2年) 11秒05
	国本 暉史(白鳥中3年) 11秒36

K.S.D.よりの連絡とお願い 会費の支払いについて！

- 年間費 2,000円(いくつ参加しても2,000円)
- 参加費 後期支払い12,000円
- 年間費, 参加費のお支払いは、振込みまたは、後期最初の教室の時にお支払いください。

メール配信のお願い！

メール登録をしてください。すでに加入している方は、そのまま継続できます。

docomo,au,softbank,gmail 以外のアドレスは登録できません。紙面のQRコード、もしくは空メールの場合 m-0447398844@padomo.jp でアクセスして登録してください。

☆スポーツ教室の活動中、体調不良や怪我などで保護者の方に連絡をする場合があります。お届けいただいている緊急連絡先に連絡しても繋がらない場合があります。お子さんが参加している時間帯には連絡がとれるようお願いいたします。また、お子さんにも保護者の方の連絡先が分かるようにしておいてください。

2023. 10

- ◆ご家庭で必ずお子さんの健康観察を行い、無理なく参加させてください。
- ◆教室の行き帰りの安全確保について、ご家庭でも指導してください。
- ◆雨天中止については、メール配信で連絡します。

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
	後期事務処理のため教室はお休みします。	教室はお休みです。	教室はお休みです。	子どもの教室はお休みです。 成人教室(ア) モーヨガ・骨盤	陸上教室(宮前) (稲田)(下沼) (中野)(片平) サッカー教室 (東住)	選手コース (県大会)
8	9	10	11	12	13	14
	スポーツの日 教室はお休みです	陸上教室(中原)(東菅) (今井)(鷺沼)(向丘) バレーボール教室(橘) スペシャル教室(午前) 成人教室(火曜日)は 17日より開始します	陸上教室(富士) (下平間)(宮内) (南生)(百合) (王グ) ミニバス教室(登戸)	陸上教室(藤グ) (下作)(西生) サッカー教室 (宮崎台) 成人教室(ア) モーヨガ・骨盤	陸上教室(宮前) (稲田)(下沼) (中野)(片平) サッカー教室 (東住・休み)	選手コース (宮内) スペシャル教室
15	16	17	18	19	20	21
	陸上教室(高津) (久地)(栗木) (麻生)(大師) ミニバス教室(中体) 体操教室(藤体)	陸上教室(中原)(東菅) (今井)(鷺沼)(向丘) 成人教室(ア) ピラ・ジャイロ ボクシング・リフヨガ バレーボール教室(橘)	陸上教室(富士) (下平間)(宮内) (南生)(百合) (王グ) ミニバス教室(登戸)	陸上教室(藤グ) (下作)(西生) サッカー教室 (宮崎台) 成人教室(ア) モーヨガ・骨盤	陸上教室(宮前) (稲田)(下沼) (中野)(片平) サッカー教室 (東住・休み)	選手コース (宮内)
22	23	24	25	26	27	28
	陸上教室(高津) (久地)(栗木) (麻生)(大師) ミニバス教室(中体) 体操教室(藤体)	陸上教室(中原)(東菅) (今井)(鷺沼)(向丘) 成人教室(ア) ピラ・ジャイロ ボクシング・リフヨガ バレーボール教室(橘)	陸上教室(富士) (下平間)(宮内) (南生)(百合) (王グ) ミニバス教室(登戸)	陸上教室(藤グ) (下作)(西生) サッカー教室 (宮崎台) 成人教室(ア) モーヨガ・骨盤	陸上教室(宮前・休み) (稲田)(下沼) (中野)(片平) サッカー教室 (東住・休み)	秋季市民大会
29	30	31	※サッカー教室(東住吉小)は地域の行事のため校庭が使用できませんので、13日・20日・27日は教室を中止になります。 ※27日(宮前小の陸上教室は運動会前日準備のため中止) ※今年も10月10日(火)「地域と家庭の日」と14日(土)にスペシャル教室を実施する予定です。詳細については、配付しましたプリントをご覧ください。			
	陸上教室(高津) (久地)(栗木) (麻生)(大師) ミニバス教室(中体) 体操教室(藤体)	陸上教室(中原)(東菅) (今井)(鷺沼)(向丘) 成人教室(ア) ピラ・ジャイロ ボクシング・リフヨガ バレーボール教室(橘)				

藤崎小グランド→藤グ 藤崎小体育館→藤体 宮前小→宮前 大師小→大師 下平間小→下平間 等々力競技場(メイン)→メイン 等々力競技場(サブ)→サブ 中原小グランド→中原 中原小体育館→中体 東住吉小→東住
 今井小→今井 宮内小グランド→宮内 下沼部小→下沼 高津小→高津 久地小→久地 下作延小→下作
 富士見台小→富士 宮崎台小→宮崎台 鷺沼小→鷺沼 稲田小→稲田 東菅小→東菅 登戸小→登戸
 中野島小→中野 王禅寺中央小→王グ 南生田小→南生 栗木台小→栗木 麻生小→麻生 百合丘小→百合
 西生田→西生 片平小→片平 向丘小→向丘 橘高校→橘 宮内小体育館→宮体
 ピラティス→ピラ ジャイロキネシス→ジャイロ・シェイプアップボクシング→ボクシング リフレッシュヨガ→リフ
 ヨガ モーニングヨガ→モーヨガ・骨盤ビューティ→骨盤 とどろきアリーナ→ア