

## 2019年10月19日（土） 愛知県武道館

○ 愛知県バレーボール協会から講師を招き、バレーボールを体験しました。



いろいろな動き作りを楽しく実施しました。

うまくボールが繋げることができるようになったかな？

## 2019年10月26日（土） 愛知県武道館

○ 先週に続き、愛知県バレーボール協会から講師を招き、バレーボールを体験しました。



前半は、バレーボールにつながるコーディネーショントレーニングを実施しました。

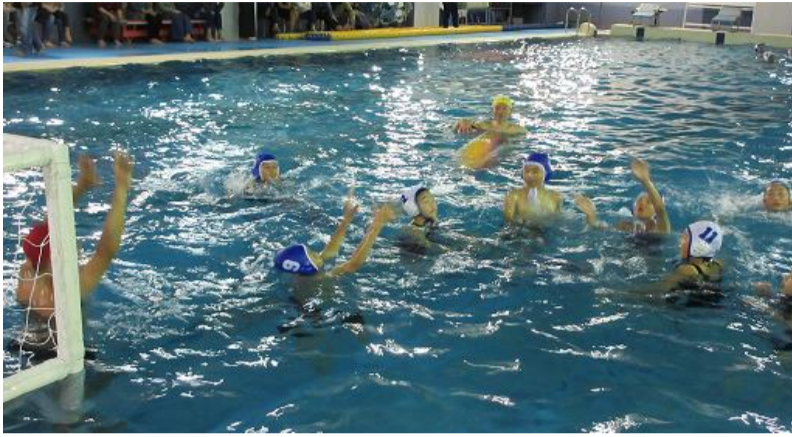
後半は、ボールを使ったトレーニングを実施しました。



## 2019年11月2日（土） 愛知県武道館、東邦スイミングクラブ

○ 2グループに分かれての競技体験プログラムを実施しました。

（一社）愛知水泳連盟から講師を招き水球を体験しました。泳ぎ方の練習から最後はゲームまで行いました。



もう1グループは、スポーツ課主査山下浩城氏による基礎の身体能力プログラム①を行いました。



## 2019年11月9日（土） 愛知県総合射撃場

○ 4年生は、愛知県総合射撃場で愛知県ライフル射撃協会から講師を招き、ライフル射撃の競技体験プログラムを行いました。



初めて見るビームライフルに興味津々。操作方法や射場内のルールをしっかりと学びました。



実射と記録係に分かれて実施しました。思ったより、ピストルが重くて明日は筋肉痛かも。



## 2019年11月23日（土） 愛知県総合射撃場

○ 5年生のソフトテニス選択者は、愛知県総合射撃場で愛知県ライフル射撃協会から講師を招き、ライフル射撃の競技体験プログラムを行いました。



操作方法や射場内のルールをしっかりと学び、ライフル・ピストルを体験。記録も取りながら実施しました。



## 2019年11月30日（土） 日本ガイシアリーナ

○ 日本ガイシアリーナで開催された、2019/2020 ISUワールドカップショートトラック名古屋大会を観戦しました。



事前にルール説明などを受けてから、観戦しました。

世界のトップ選手の滑りを間近に観て、その迫力に驚きました。



## 2019年12月7日（土） 名古屋市千種スポーツセンター

○ 愛知県ラグビーフットボール協会から講師を招き、ラグビーを体験しました。



楕円形のボールを投げるのは、なかなか難しかったようです。



ラインアウトも体験しました。



最後は、ゲームを行いました。



最後は、みんなで記念撮影。「One Team」になれました。

## 2019年12月14日（土） 日本ガイシスポーツプラザ第2競技場

○ 愛知県ラグビーフットボール協会から講師を招き、ラグビーを体験しました。



先週の復習から始まりました。  
ゲームの間にチームミーティング。  
自分たちで色々話し合いができました。



タグを取ったら、大きな声で「タグー！！」  
今回は、たくさんゲームをしました。  
ルールもだんだん増えていきましたが、みんなで楽しめました。



## 2019年12月21日（土） 東邦スイミング、名古屋市東スポーツセンター

○ 2グループに分かれてプログラムを実施しました。

（一社）愛知水泳連盟から講師を招き、アーティスティックスイミングを体験しました。



最初に説明を受けた後、プールでの実技です。  
スカーリングなど基本的なことを中心に教えていただきました。

もう1グループは、スポーツ課主査安藤孝氏による、基礎の身体能力プログラム②を実施しました。



判断力を問われるメニューなどを実施しました。



いろいろな動き作りを、協力しながら実施しました。

## 2020年1月11日（土） 名古屋市露橋スポーツセンター

○ 至学館大学健康科学部健康スポーツ科学科准教授高橋淳一郎先生を招き、身体能力プログラムを実施しました。



体幹の使い方や肩関節の動かし方を学びました。2つ以上の動作を同時に組み合わせたり、



## 2020年1月18日（土） 名古屋工業高校レスリング場

○ 女子は、愛知県レスリング協会から講師を招き、レスリングを体験しました。



現役の小学生チャンピオンも指導に加わってもらい、レスリングを体験しました。  
初めての体験でしたが、レスリングのルールへの解説もあり、いろいろな技も覚えることが出来ました。



## 2020年1月25日（土） 名古屋工業高校レスリング場

○ 男子は、愛知県レスリング協会から講師を招き、レスリングを体験しました。



刈谷レスリングクラブの生徒にも指導に加わってもらい、レスリングを体験しました。

## 2020年2月1日（土） 愛知産業大学アーチェリー場

○ 4年生は、愛知県アーチェリー協会から講師を招き、アーチェリーを体験しました。



安全講習と、大学生のデモンストレーションのあと、実射を行いました。

## 2020年2月8日（土） 愛知産業大学アーチェリー場

○ 5年生は、愛知県アーチェリー協会から講師を招き、アーチェリーを体験しました。



U-17日本代表選手のデモンストレーション、弓具の説明・安全講習のあと、グループに分かれて実射を行いました。愛知産業大学の学生・愛知産業大学三河高校の生徒にも指導をしていただきました。



## 2020年2月15日（土） 名古屋市中村スポーツセンター

○ 愛知県レクリエーション協会から講師を招いてスポーツコミュニケーションを、また大塚製薬から講師を招いてスポーツと栄養についての講義を実施しました。



1時間目は、チームで協力して一つの事を成し遂げることを目的とした「キャッチング・ザ・スティック」を行いました。作戦タイムで意見を出しあったり、声をかけあったりチームごとに工夫が見られました。

2時間目は、色々な種目で身体を動かした方が良くことや、栄養摂取と休養のタイミング、5大栄養素、バランスのとれた食事メニューや、コンデショニングの話を中心に講義を受けました。



## 2020年2月22日（土） 名古屋市中村スポーツセンター

○ 5年生は、愛知県ホッケー協会から講師を招き、競技体験プログラムを実施しました。



永井東一元日本代表監督を始め、表示灯フラーテルの現役選手にも指導に来てもらい、ストロークやレシーブ、ドリブル、パス等の基本中心に練習をしました。

最後は、各チームに講師の先生が加わりゲームを実施しました。時間の関係で、総当たりは出来ませんでしたが、大変盛り上がりしました。

