

## フィールドキッズ マラソン・駅伝チームの結成について

特定非営利活動法人ならスポーツネットワーク  
理事長 丹羽敦巳

日頃より、フィールドキッズの活動にご参加いただき誠にありがとうございます。この度はフィールドキッズ内におきまして、マラソンや駅伝の大会に向けたチームを結成することに致しましたのでご連絡いたします。

秋以降、各小学校や地域ではマラソン大会や駅伝大会などが順次開催され、それに向けた練習会なども行われ、長距離を走る機会が増えていくことと思います。フィールドキッズとしましても例年、10月に開催される全国小学生クロスカントリーリレー大会県予選や、1月に開催される少年少女長距離競走大会などに参加しております。そこで、今年度はマラソン大会や駅伝大会が多く開催される期間（9月中旬から翌3月上旬ごろまで）に、フィールドキッズ内にマラソン・駅伝チームを設けて活動していきたいと考えています。具体的な内容につきましては下記の通りといたします。

### <目的>

マラソン大会や駅伝大会を通じて体力の向上を図る。また、仲間とともに練習に取り組むことにより、交流を深めながら、走ることの楽しさや運動を継続することの大切さを感じることを目的とする。

※フィールドキッズの他の活動も同様ですが、勝つことや良い記録を出すことを一番の目標とはしません。仲間とともに楽しみながら継続して取り組んだ『結果』として、大会で上位に入ることができたり、記録を伸ばしていくことができればと考えています。

### <活動日時>

夜の陸上教室の第1部の時間帯（月・木・金の19:20~20:00、ただし、火曜日のみ20:30~20:50）

※火曜日の夜の陸上教室は第1部（19:20~20:00）から第2部（20:10~）の始めにかけて、100mや走幅跳の記録計測日に行いますので、火曜日はまずそちらへご参加いただきます。その後、20:30ごろから、800mや1500mの記録計測を行います。

※月・木・金の第2部（20:10~20:50）はフィールドキッズの通常の活動に合流し、リレーや鬼ごっこ（主にタグ鬼ごっこ=しっぽ取りのゲーム）などをします。第1部終了後に帰宅していただいても結構ですが、小学生の時期は多様な運動に取り組むことが大切であると考えていますので、可能であれば第2部まで残って活動にご参加ください。

### <対象>

フィールドキッズに所属している5年生と6年生を主な対象とします。1年生~4年生でも、以下のタイムを上回っている場合は参加対象とします。

◎男子・・・800m=3分15秒以内、1500m=6分45秒以内、750m（鴻ノ池の外周1周）=3分05秒以内

◎女子・・・800m=3分25秒以内、1500m=7分00秒以内、750m（鴻ノ池の外周1周）=3分15秒以内

※5年生と6年生に関しては、タイム制限は設けません。たとえタイムが速くなくとも、最後まで継続するという意思があれば、マラソン・駅伝チームにご登録いただけることとします。ただしコーチの人員数（1名~2名程度）には限りがあるため、1年生~4年生には上記のタイムを設定し、参加数のある程度制限させていただきたいと思っております。

※毎週、火曜日の20:30ごろからと、金曜日の第1部の時間帯（19:20~20:00）は800mや1500m（金曜日は外周1周=750mの場合もあり）などの記録を計測します。1年生~4年生で、マラソン・駅伝チームに登録したいという人は記録の計測に参加して、上記のタイムを目指してください。記録の計測を行う日の活動開始までにコーチまで申し出ておいてください。

※マラソン・駅伝チームへの登録に関しまして、追加の月会費等はございません。マラソン大会等に参加する際の参加費等は別途徴収いたします。

### <備考>

①マラソン・駅伝チームへの登録は、必ず走る本人の意思で決めてください。走ることを強制されたり、義務に感じたりしながら走ることは、小学生には不要であると考えています。

- ②天候の悪い日やコーチの人員が揃わないときは、マラソン・駅伝チームの活動ができない日も出てくる場合があります。その場合は、通常の夜の陸上教室の方へご参加いただきます。
- ③長距離走という種目の特性上、継続することが最も大切であると考えています。マラソン・駅伝チームに登録する場合は、3月上旬ごろまで、もしくは、目標とする大会まで（例えば、11月に学校でマラソン大会があるので、それまで長距離走の練習をがんばりたい、など）は積極的に練習に参加するように心がけてください。ただし、ご家庭の事情により特定の曜日にしか参加できない場合などもありますので、可能な範囲内での積極的なご参加をお願いします。
- ④体調の悪い日は無理して走らないようにしてください。脚などに痛みがある場合はコーチと相談をするようにしてください。場合によっては別メニューで練習することもあります。
- ⑤マラソン・駅伝チームとして活動するのは夜の陸上教室の時間帯のみですが、例年どおり、秋以降は各教室におきましても、長距離走に取り組む時間などを設けますので、マラソン・駅伝チームに入らなければ長距離走の練習ができないということではありません。夜の陸上教室では、木曜日の第1部の時間帯に各種目(短距離や走幅跳、ハードルなど)に分かれて練習をしています。秋以降は木曜日に長距離のグループも作りますので、マラソン・駅伝チームに入らない場合はそちらにご参加ください。

<2017年度に参加予定の大会>

- ①10月15日(日) 全国小学生クロスカントリーリレー大会県予選(鴻ノ池陸上競技場および外周路)  
5・6年生対象 男女各3名 計6名での駅伝形式 1人約1530m
- ②11月26日(日) 5府県交流小学生陸上大会(鴻ノ池陸上競技場)  
800m 1~6年生 ただし、3年生以下は4年生の部での出場となります。
- ③12月10日(日) 全国小学生クロスカントリーリレー大会 一般参加タイムトライアル(万博公園)  
5・6年生対象の個人マラソン 約1500m ただし、人数制限あり(約200名)
- ④1月14日(日) 奈良少年少女長距離競走大会(鴻ノ池陸上競技場および外周路)  
男女別駅伝(1区~5区 1区間の距離は約1530m) ※1~3年生も参加可  
4・5・6年生男女別個人マラソン 約1530m ※1~3年生は4年生の部で参加
- ⑤3月11日(日) 奈良少年少女陸上大会(鴻ノ池陸上競技場)  
4・5・6年生 1500m ※1~3年生は出場できません。

※それぞれの大会が近づいてきましたら、申込用紙を配布します。参加費が必要な大会は別途徴収させていただきます。上記大会以外にも各地域で開催されるマラソン大会等に参加する場合があります。

※マラソン・駅伝チームの登録者以外にも、上記の大会の申込用紙は配布しますので、マラソン・駅伝チームに登録をしていなくても大会へはご参加いただけます。ただし、駅伝など出場メンバーが限られている大会は、選考会を行ったり各自の自己記録等を考慮してコーチ側でメンバーを選出します。原則としてマラソン・駅伝チームの登録者の中から選出しますが、ご家庭の事情などによりマラソン・駅伝チームの活動時間帯である夜間は参加が難しいけれども、大会には参加したい場合はコーチへご相談ください。それぞれ所属の各教室内で別途タイム計測などを行い、選考の判断材料とさせていただきます。

<活動開始の時期>

9月1日(金)から2週間を体験期間とし、体験期間終了後に本格的に開始します。登録希望者は体験期間の終わる9月15日(金)までに下記の登録書をコーチまで提出してください。その後も、随時登録を受け付けますが、10月15日(日)には全国小学生クロスカントリーリレー大会県予選が開催されます。そのメンバーを9月下旬までに選出しておかなければなりません(ただし、男女とも3名以上の参加希望者がいなければ不参加となります)。大会への参加を希望される場合はお早めに登録書の提出をお願いします。マラソン・駅伝チームに登録後、チームの登録をやめる場合は随時コーチまでお知らせください。

【マラソン・駅伝チーム登録書】 記入日 平成 年 月 日

氏名 \_\_\_\_\_ 学年 \_\_\_\_\_ 年生 性別 男 ・ 女 \_\_\_\_\_

※1年生~4年生は上記の記録計測日で設定タイムをクリアしてからご登録をお願いします。

※マラソン・駅伝チームの活動は3月上旬ごろまでの予定ですが、各自の目標の大会までの登録である場合は、その大会と時期をご記入ください⇒ ( )