

ベルマーク新聞 8月号

発行 公益財団法人ベルマーク教育助成財団 東京都墨田区両国3-25-5 JEI両国ビル9階 〒130-0026 電話 03-5638-2320(代表)
郵便振替口座 00100-7-56035 ホームページ <https://www.bellmark.or.jp/>

3つのコツでスピードアップ!

 秋田市立中通小でミズノ「走り方教室」

①速く走れると楽しいね ②瞬発力のチェック。コーチに言われたことにすぐ反応できるかな? ③正しいフォームを身に付けると、スピードが上がります ④教室に戻る前に、コーチとハイタッチ。よく頑張りました!

秋田市立中通小学校(佐藤牧子校長、児童184人)で7月14日、「走り方教室」が開かれました。走り方教室は、ベルマーク財団が実施しているソフト事業、教育応援隊のプログラムのひとつで、協力会社ミズノとの共催です。

10時20分、校庭に集まったのは1~3年生の105人。コーチはミズノスポーツサービスの保科康信さん、柴田凌さん、飯尾日向子さんです。

「今日調子良い人? 悪い人? じゃあ、おなかすいた人?」

保科さんの問いかけから、教室は始まりました。初めて会う子どもたちとの距離を縮めるのと同時に、体調の確認です。

次に、瞬発力のチェック。体の場所を

言われたら、素早く反応して両手で触ります。「あたま! おへそ! みみ! め! あたま! もっと速く!」と、保科さんがスピードを上げると、ワハハハと笑いが起こりました。ユーモアたっぷりの保科さんに子どもたちは引き込まれていきます。

今日習う走り方のコツは3つ。スタートの姿勢、腕の振り方、足の使い方です。まずはスタートの姿勢から。「気を付け」で姿勢を正し、「位置について」でひざに両手を置きます。「よーい」で片方の足を後ろに引きます。この時、手と足が一緒にならないことがコツです。

二つめは腕の振り方。手は、鼻の高さまで持ってきて、自分のズボンをスッと擦るように動かします。三つめは

足の使い方。つま先だけを使い、足音をバタバタさせないように走ります。

練習を重ねると、自分の走りが改善されていくのを実感できたようです。最後の1本を走ったあと、保科さんが「これから走るときは3つのポイントに気を付けてください」と話すと、「はい!」ととても元気な声が返ってきました。

11時20分から45分間、走り方を学んだのは4~6年生の77人。ポイントは低学年と同様に3つで、スタートダッシュ、手の振り方、足の使い方です。高学年は、走ってきた経験がたくさんあるため、より細かいアドバイスを受けました。「合図のピッより早く出すぎているから、しっかり音を聞いてスタートしよ

う」「ひじは後ろに伸ばさず、曲げながら走ろう」などと、指導がありました。

終わりの会では、6年生の代表児童がコーチに「秋に行われる陸上競技場での記録会では、今日学んだことを生かして頑張ります」と話しました。教室を申し込んでくれたPTAにも「記録会で生かせる企画をしてくださり、ありがとうございました」とお礼を伝えました。

とてもきれいな
フォームになったね!!



52年連続でベルマーク財団に助成

 ミズノスポーツ振興財団

公益財団法人ミズノスポーツ振興財団(水野明人会長)は7月14日、ベルマーク財団に100万円を助成しました。1971年から52年連続の助成で、累計額は9350万円にもなります。

ミズノスポーツ振興財団はスポーツの普及・振興を目的として設立された団体です。毎年、国民体育大会、国内で開催される世界選手権大会、スポーツに関する研究などへの助成をしています。1970年の設立以来、助成額の累計は約83億円です。

振興財団の尾崎徹也・専務理事、澤井文彦・事務局次長がベルマーク財団を訪れ、尾崎専務理事がベルマーク財団の小野高道・常務理事に目録を手渡しました。コロナ禍への配慮から、対面での贈呈は2019年以来です。

尾崎専務理事は、振興財団の役割について「楽しくスポーツに親しんで、生涯楽しんでいただけるような環境を社会に提供できるようにしていきたい」と話しました。

助成金は、ベルマーク財団のソフト事業「教育応援隊」の「ミズノ・スポーツ教室」実施費用に活用されます。



目録を手にする尾崎徹也・ミズノスポーツ振興財団専務理事(左)と、小野高道・ベルマーク財団常務理事