

# 平成29年度 くさなぎ寺子屋 (学習・運動)

平成29年度4月現在

## 日程と場所・内容

|       |        |       |                 |
|-------|--------|-------|-----------------|
| 【第1期】 | 5月、6月  | 【第2期】 | 7月、8月           |
| 【第3期】 | 9月、10月 | 【第4期】 | 11月、12月         |
| 【第5期】 | 1月、2月  |       | 【毎週主に火曜日、木曜日実施】 |

- ※学習タイム 16:00～17:30 (15:30～ 教室を開放しています。)
- 静岡県体育協会2階会議室 ※草薙総合運動場陸上競技場本部室
- ・学校の宿題 (課題解決指導等)
  - ・国語 (読み・漢字・読書) プリント、算数 (計算) プリント
  - ・英語活動 ・メンタルトレーニング等
- ※運動タイム 17:40～19:00 各草薙運動場各施設
- (水泳のみ18:00～19:00)
- ・スポーツ種目体験、基本技術習得
  - ・運動能力診断 (文科省)、運動適性診断 (日体協) 泳力他
- (注)・天候を含め施設の状況で運動実施場所、種目の変更があります。  
・運動実施場所の変更についてはメールにて連絡します。

| 【第1期】 |    |         | 場所     | 内容                 |
|-------|----|---------|--------|--------------------|
| 1     | 5月 | 2日 (火)  | 陸上競技場  | 新体力テスト (文科省)       |
| 2     |    | 9日 (火)  | 陸上競技場  | 走の運動、ハードル走         |
| 3     |    | 11日 (木) | ※陸上競技場 | 走の運動、跳躍種目 (走幅・高跳)  |
| 4     |    | 16日 (火) | 屋内運動場  | 野球、ボール投げ           |
| 5     |    | 18日 (木) | 屋内運動場  | 短距離走、サッカー          |
| 6     |    | 23日 (火) | 屋内運動場  | 短距離走、ラグビー          |
| 7     |    | 25日 (木) | 体育館M   | ボール運動、バレーボール       |
| 8     |    | 30日 (火) | 体育館M   | バスケットボール、ハンドボール    |
| 9     | 6月 | 1日 (木)  | 体育館S   | バウンドテニス            |
| 10    |    | 6日 (火)  | 体育館S   | スポーツチャンバラ          |
| 11    |    | 8日 (木)  | 屋内運動場  | 縄跳び、アーチェリー         |
| 12    |    | 13日 (火) | 体育館S   | ダンス、器械体操 (マット、跳び箱) |
| 13    |    | 15日 (木) | 体育館S   | 剣道、フェンシング          |
| 14    |    | 20日 (火) | 体育館M   | 卓球、バドミントン          |
| 15    |    | 22日 (木) | 屋内運動場  | ホッケー               |
| 16    |    | 27日 (火) | 陸上競技場  | スポーツ適性運動能力診断 (日体協) |

| 【第2期】 |    |         | 場所    | 内容                 |
|-------|----|---------|-------|--------------------|
| 1     | 7月 | 4日 (火)  | 陸上競技場 | 新体力テスト (文科省)       |
| 2     |    | 6日 (木)  | 水泳場   | 水泳 (クロール、平泳ぎ)      |
| 3     |    | 11日 (火) | 水泳場   | 水泳 (クロール、平泳ぎ)      |
| 4     |    | 14日 (金) | テニス場  | テニス                |
| 5     |    | 18日 (火) | 水泳場   | 水泳 (背泳ぎ、バタフライ)     |
| 6     |    | 20日 (木) | 水泳場   | 水泳 (背泳ぎ、バタフライ)     |
| 7     |    | 25日 (火) | 陸上競技場 | 短距離走、跳躍種目 (走幅・高跳)  |
| 8     |    | 27日 (木) | 屋内運動場 | 野球、ボール投げ           |
| 9     | 8月 | 1日 (火)  | 球技場   | サッカー、ラグビー          |
| 10    |    | 3日 (木)  | 屋内運動場 | 縄跳び、アーチェリー         |
| 11    |    | 8日 (火)  | 屋内運動場 | ホッケー               |
| 12    |    | 10日 (木) | 体育館S  | ダンス、器械体操 (マット、跳び箱) |
| 13    |    | 17日 (木) | 体育館S  | 柔道、フェンシング          |
| 14    |    | 22日 (火) | 体育館S  | バスケットボール、ハンドボール    |
| 15    |    | 24日 (木) | 屋内運動場 | スポーツチャンバラ          |
| 16    |    | 29日 (火) | 陸上競技場 | スポーツ適性運動能力診断 (日体協) |

| 【第3期】 |     |     |     | 場所    | 内容                 |
|-------|-----|-----|-----|-------|--------------------|
| 1     | 9月  | 5日  | (火) | 陸上競技場 | 新体力テスト (文科省)       |
| 2     |     | 7日  | (木) | 水泳場   | 4泳法                |
| 3     |     | 12日 | (火) | 水泳場   | 4泳法                |
| 4     |     | 14日 | (木) | 水泳場   | 4泳法                |
| 5     |     | 19日 | (火) | 陸上競技M | 短距離走、ハードル走         |
| 6     |     | 21日 | (木) | 陸上競技M | 短距離走、跳躍種目 (走幅・高跳)  |
| 7     |     | 26日 | (火) | 屋内運動場 | ダンス、縄跳び            |
| 8     |     | 28日 | (木) | 屋内運動場 | バウンドテニス            |
| 9     | 10月 | 3日  | (火) | 屋内運動場 | サッカー、ラグビー          |
| 10    |     | 5日  | (木) | 体育館M  | バスケットボール、ハンドボール    |
| 11    |     | 10日 | (火) | 体育館M  | バドミントン、卓球          |
| 12    |     | 12日 | (木) | 体育館S  | 新体操、器械体操 (マット、跳び箱) |
| 13    |     | 17日 | (火) | 体育館S  | 空手道、フェンシング、        |
| 14    |     | 19日 | (木) | 屋内運動場 | 野球、ボール投げ           |
| 15    |     | 24日 | (火) | 屋内運動場 | ホッケー               |
| 16    |     | 26日 | (木) | 屋内運動場 | スポーツ適性運動能力診断 (日体協) |

| 【第4期】 |     |     |     | 場所    | 内容                 |
|-------|-----|-----|-----|-------|--------------------|
| 1     | 11月 | 2日  | (木) | 屋内運動場 | バウンドテニス            |
| 2     |     | 7日  | (火) | 水泳場   | 4泳法                |
| 3     |     | 9日  | (木) | 水泳場   | 4泳法                |
| 4     |     | 14日 | (火) | 屋内運動場 | 運動ゲーム、体づくり運動       |
| 5     |     | 16日 | (木) | 体育館M  | 柔道、空手道、剣道、フェンシング   |
| 6     |     | 21日 | (火) | 屋内運動場 | 短距離走、跳躍種目 (走高跳)    |
| 7     |     | 24日 | (金) | 屋内運動場 | サッカー、ラグビー          |
| 8     |     | 28日 | (火) | 屋内運動場 | ホッケー               |
| 9     |     | 30日 | (木) | 屋内運動場 | 野球、ボール投げ           |
| 10    | 12月 | 5日  | (火) | 体育館S  | スポーツチャンバラ          |
| 11    |     | 7日  | (木) | 体育館S  | 新体操、器械体操 (マット、跳び箱) |
| 12    |     | 12日 | (火) | 体育館M  | バスケットボール・ハンドボール    |
| 13    |     | 14日 | (木) | 体育館S  | ボール運動、バレーボール       |
| 14    |     | 19日 | (火) | 体育館S  | 卓球、バドミントン          |
| 15    |     | 21日 | (木) | 屋内運動場 | 新体力テスト (文科省)       |
| 16    |     | 26日 | (火) | 屋内運動場 | ダンス、縄跳び            |

| 【第5期】 |    |     |     | 場所    | 内容                 |
|-------|----|-----|-----|-------|--------------------|
| 1     | 1月 | 9日  | (火) | 屋内運動場 | 走の運動、体づくり運動        |
| 2     |    | 11日 | (木) | 屋内運動場 | 短距離走、ハードル走、        |
| 3     |    | 16日 | (火) | 屋内運動場 | 短距離走、跳躍種目 (走高跳)、   |
| 4     |    | 17日 | (水) | 体育館M  | 柔道、空手道、剣道、フェンシング   |
| 5     |    | 23日 | (火) | 屋内運動場 | 野球、ボール投げ           |
| 6     |    | 25日 | (木) | 水泳場   | 水泳 (4泳法)           |
| 7     |    | 29日 | (月) | 屋内運動場 | サッカー、ラグビー          |
| 8     | 2月 | 5日  | (月) | 屋内運動場 | ホッケー               |
| 9     |    | 6日  | (火) | 体育館M  | バスケットボール・ハンドボール    |
| 10    |    | 8日  | (木) | 体育館S  | バウンドテニス            |
| 11    |    | 13日 | (火) | 体育館S  | 新体操、器械体操 (マット、跳び箱) |
| 12    |    | 15日 | (木) | 体育館S  | 卓球、バドミントン          |
| 13    |    | 20日 | (火) | 体育館S  | ダンス、縄跳び            |
| 14    |    | 22日 | (木) | 水泳場   | 泳力診断 (県体協)         |
| 15    |    | 27日 | (火) | 屋内運動場 | スポーツ適性運動能力診断 (日体協) |
| 16    |    | 28日 | (水) | 屋内運動場 | 運動ゲーム              |

※「寺子屋特別授業」として、その他競技種目を体験する予定です。  
 平成28年度体験したその他の種目 (シンクロ、飛込、水球、トランポリン)  
 平成29年度体験予定 (ボウリング、ボルダリング、スケートボード他)