

令和8年度 「2校交流陸上競技記録会」 実施要項（案）

担当 平和中学校保健体育科
南外中学校保健体育科

1 ねらい

- ①自校や他校の生徒と一緒に運動したり、応援し合ったりすることを通してがんばりや達成感を共有し、共感的な人間関係の育成や自己有用感の醸成を図る。
- ②設備の整った陸上競技場で諸種目を体験することで、陸上競技への興味関心を深める。
- ③陸上競技における自分の記録やその伸びを知る。

2 日時 令和8年4月30日（木） 10：10～15：00

*少雨決行 雨天時は中止も視野に入れつつ臨機応変に対応する。

3 会場 秋田県営陸上競技場

4 日程	8：45（南）	学校出発
	9：00（平）	学校出発
	9：45	競技場着→準備
	10：10	開会式
	10：20～10：35	準備運動

学年に分かれての記録会

	100m走	走り幅跳び	800m走
10：35～11：10	1年生	2年生	3年生
11：15～11：50	2年生	3年生	1年生
11：55～12：30	3年生	1年生	2年生

12：30～13：10	昼食
13：15～13：45	障害物競走
13：50～14：00	学級代表リレー
14：00～14：10	片付け
14：10～14：20	閉会式
14：25～14：45	記念撮影
14：50	現地出発
15：50	学校到着

5 参加者	南外中学校	41名（1年生20名、2年生10名、3年生11名）
	平和中学校	86名（1年生32名、2年生24名、3年生36名）

6 移動方法 各学校で手配したバス。

7 実施種目

- 全員種目 ・100m走 走り幅跳び 800m走
- 楽しみ種目 ・障害物競走
- 代表種目 ・学級対抗リレー（4×100m）男女各2名

8 種目の運営

- 100m走について ・スタートの練習 ⇒ 全員の記録を図る。
- 走り幅跳びについて ・練習の時間をとる ⇒ 全員の記録（2回）をとる。
- 800m走について ・スタート位置の確認 ⇒ 全員の記録を図る。
- 障害物リレーについて
 - ・40m程度を次の障害を越えながら、往復してバトン（タスキ）をつなぐ。
 - 障害…①四足走り ②豆移し（5粒）③お玉&ピンポン玉
 - ④二人三脚 ⑤パン食い
 - ・平和中1年 VS 南外中1年 ⇒ 平2年 AB組 VS 南2年 ⇒ 平3年 VS 南3年
- 学級対抗リレー
 - ・1レーン…平1年 2レーン…南1年 3レーン…平3年 4レーン…南3年
 - 5レーン…平2年 A組 6レーン…南2年 7レーン…平2年 B組
 - ・男女混合1チームで出場（区間は男女の配置も含め、学級で決める。）

※それぞれの種目で全員の記録がとり終わったら、予定時刻になっていなくても次に移る。

9 その他

- ・各競技の記録上位6位までは、記録を精査したあと、後日賞状を配布する。
- ・昼食は、会議室や観客席（芝生）、スタンド裏の通路を利用する。（雨天走路は不可）
- ・荷物は、雨天走路に学校・学級ごとにまとめておく。
- ・スタブロの使い方、一日の流れ、走り幅跳びの計測の仕方など事前に各校で指導する。