

11月のスポーツ教室開催結果について

○第1回障害のある方の陸上競技教室

日 時：平成27年11月21日（土） 10:00～13:00

会 場：石岡市石岡運動公園 陸上競技場

参加者：知的障害，身体障害，聴覚障害のある方15名

内 容：競走・跳躍・投てき種目の体験及び記録会

初めに競走，跳躍，投てきの3班に分かれてそれぞれの種目を体験し，その後，各自興味のある種目の記録を取りました。皆さんベスト記録を目指し頑張っていました。



砲丸投げ



100m競走

○第7回障害のある方の水泳教室

日 時：平成27年11月28日（土） 9:30～15:00

会 場：笠松運動公園 サブプール

参加者：知的障害，身体障害，聴覚障害のある方

Aコース（初心者）10名 Bコース（経験者）27名

内 容：Aコース（初心者） 水慣れ，けのび，バタ足等

Bコース（経験者） フォーム確認，タイム計測等

Aコースは，参加者それぞれに合った指導を受け，アクアポールやフラフープ等の用具も取り入れ，親子で楽しみながら泳ぎを学びました。

Bコースは，技術力の向上を目指し，スタート練習やパドルを用いた練習等精力的に泳ぎました。



Aコース（初心者）



Bコース（経験者）

○第2回障害のある方のバスケットボール教室

日 時：平成27年11月28日（土） 14:00～16:30

会 場：水戸高等特別支援学校 体育館

参加者：知的障害のある方18名

内 容：パス、ドリブル、シュート練習、ミニゲーム等

初心者の方も経験のある方も真剣に練習に取り組み、ミニゲームではみんな混ざってバスケットボールを楽しみました。



ドリブル練習



ミニゲーム

○第8回障害のある方のスポーツ教室

日 時：平成27年11月29日（日） 14:30～16:30

会 場：茨城県庁 福利厚生棟

参加者：障害のある方、保護者等39名

内 容：フライングディスク、ハンドアーチェリー、卓球バレー、輪投げ

準備体操後、興味のあるコーナーから競技を体験しました。

スタンプラリーを実施し、楽しみながらも熱心に打ち込んでいました。



ハンドアーチェリー



フライングディスク