片山小６年生　陸上大会しおり　　組　名前

日　程　　１０月２１日（月）

登　校　　赤白帽子、ゼッケンのついた体操服、上着
　　リュックサック
持ち物　　お弁当、筆記用具、タオル、水筒、防寒具、雨具（傘・カッパ両方）、
　　連絡袋（陸上大会カード）陸上大会しおり
　　※雨の場合、授業の用意とお弁当を持ってきましょう。
　　★午後からスタンドがかげになり気温が下がります。
　　天気予報の気温を確認して用意しましょう。
当日の朝　７：３０分登校

時　程

７：４０	下足前集合	※トイレをすませておく
７：５０	発　→　阪	急：8:３２ 豊津駅～ 8:４１ 山田駅
		モノレール：８：５９ 山田駅～ 9:０５公園東口駅
９：１５	到　着	※トイレ
	注意事項の確認	
９：４０	開会式（あいさつ　児童宣誓　諸注意）※スタンドにて	
９：５０	走の時間	
１１：２５	昼食・説明（午後の種目）	
１２：１０	跳の時間	
１４：１０	閉会式　※スタンドにて	
１４：３０	解　散　→　モノレール：公園東口～山田駅	
	阪　急：山田駅～豊津駅	

解散場所　　片山小学校

プログラム

１．開会式（スタンドにて）
２．走の時間・・・１００走、５０mハードル走
３．昼　　食
４．跳の運動・・・走り幅跳び（練習１回、本番１回）、
　　走り高跳び（練習なし、実測３回）
５．閉会式（スタンドにて）

走の時間　**（１００m走・５０mハードル走）**　９：５０～

ハードルはインターバル（　5.5　・　6.0　・　6.5　・7.0　）mなので、

（ 100m　・　５０mハードル ）→（ 100m　・　５０mハードル）→見学席に戻るの順で競技する。

（前　・　後 半）に競技をする。帽子の色は（ 白　・　赤 ）

１・２組…６レーン　３・４組…７レーン　５組…８レーン

（１００m：メインスタンド側　ハードル：バックスタンド側）

前半	６m	白帽子	ハードル走→１００m走→見学席にもどる
	６．５m	赤帽子	１００m走→ハードル走→見学席にもどる
後半	５・５m	赤帽子	１００m走→ハードル走→見学席にもどる
	７m	白帽子	ハードル走→１００m走→見学席にもどる

跳の時間　**（走り高跳び・走り幅跳び）**　１２：１０～

高跳びは（　　～　　）ｃmの間　からスタートなので、

（ 走り幅跳び　・　走り高跳び ）→（ 走り幅跳び　・走り高跳び ）→見学席に戻るの順で競技する。

（ 前　・　後 半）に競技をする。帽子の色は（ 白　・　赤 ）

前半	70～100ｃｍ	赤帽子	走り幅跳び→走り高跳び→見学席にもどる
	90～125ｃｍ	白帽子	走り高跳び→走り幅跳び→見学席にもどる
後半	60～90ｃｍ	赤帽子	走り幅跳び→走り高跳び→見学席にもどる
	80～110ｃｍ	白帽子	走り高跳び→走り幅跳び→見学席にもどる

＊記録を言われたら、**必ず復唱**し**目を見てお礼**も言う。

「〇〇ですね。ありがとうございました。」

＊開会式や閉会式などの時間は、静かに過ごしましょう。

＊お手伝いを頼まれたらすすんで手を挙げて手伝いましょう。

＊競技を終え、スタンドにもどったら、記録を陸上大会カードに記入しましょう。