

Let's Newspo いいだ

2018.10.9 発行 / 飯田市スポーツ推進委員協議会 飯田市大久保町 2534 TEL.0265-22-4511(代) 編集 / 飯田市スポーツ推進委員協議会総務委員会

スポ推の活動記録 vol.7 ～スポーツ推進委員の活躍を紹介します～

平成30年8月25日

～ニュースポーツ講習会～



▶ ボッチャ

飯田市スポーツ推進委員協議会の普及委員会主催により「ニュースポーツ講習会」が新規に購入したニュースポーツのお披露目と併せて行われました。今回の講習会はニュースポーツのルール・遊び方を覚えていただき、地区の行事などで利用していただく、先駆けとして開催されました。

今回企画をした普及委員会の鈴木委員長からは「参加人数は少なかったものの、初めて体験するニュースポーツを楽しみながら遊び方を覚えて頂くことができました。また、教える側のスポーツ推進委員も、教え方や細かなルールなどが勉強でき、有意義な講習会となりました」と実施しての感想をいただきました。

ニュースポーツは年齢に関係なく幅広い世代で一緒に楽しむ事が出来る用具が数多くあります。公民館での行事や親子レク、ニュースポーツ講習会を行いたいと思ったときなど、ぜひ各地区のスポーツ推進委員へお声を掛けてください。



◀ ラダーゲッター

講習会にて行われた種目

- ラダーゲッター
- デッキ・スティック・ゲーム
- キャッチングザスティック
- スポーツガラッキー
- ★ボッチャ
- ★スラックライン

山形県 山形市スポーツ推進委員協議会

ニュースポーツ講習会

8/25(土)
9:00~12:00
8:30~受付

会場：飯田教育第一体育館
場 所：9:00~12:00
持ち物：室内シューズ、運動服、タオル
日 時：ラダーゲッター、デッキ・スティック・ゲーム、キャッチングザスティック、スポーツガラッキー

ラダーゲッターとスポーツガラッキーは
段々と各地区の行事で利用されるよう
なってきました！



▶ スポーツガラッキー

裏面にて紹介☆
ぜひご覧ください☆



カーリングに似た種目だよ
ぜひ体験してみてね♪



▲ デッキ・スティック・ゲーム

スラックライン

スラックラインって？

スラックラインとは、2点間に張り渡した専用ライン（幅2.5～5cm程度の帯）の上を綱渡りのように歩いたり、ジャンプやポーズなどの技を競い合ったりするスポーツです。ワールドカップが開催されるなど、注目度の高いスポーツです。最近では、トレーニングにスラックラインが利用されることも増えてきています。遊び感覚でトレーニングになるので、楽しく鍛えることができますよ。

遊び方

遊び方は、木と木やバレーボールの支柱などの2点の間に器具を使って強くラインを張ります。強く張ったラインの上を歩くことによって、ラインは縦に揺れたり横に揺れたりします。初めは、その場に立つことが難しく、揺れに慣れてくると段々に歩けるようになります。ラインの上に乗る回数が増えるほど自然とバランス感覚がとれ、歩けるようになります。初めのラインの長さは5～8mくらいで張る事で、揺れが小さく感覚がつかみやすいですよ。ポイントは、足元を見ないで、視線は前、手は頭の上で大きく動かしバランスをとるのがポイントです。



ポッチャ

ポッチャって？

見た目は室内ペタンクによく似ています。（ボールが少し軽く、誰もが持ちやすく・投げやすい形になっています）赤・青のそれぞれ6球ずつのボールを投げたり、転がしたり、他のボールに当てたりして、目標球（白い球）にいかにか近づけるかを競います。パラリンピックの正式種目です。

遊び方

決められたコート内で赤チームと青チームがボールを目標球に向かって投げます。コイントスで先行（赤ボール）・後攻（青ボール）を決めます。赤の1番手が目標球を投げ、続けて赤ボールを投げます。次に後攻の青チームが投げ、次からは目標球に遠いチームから投げていきます。全て投げ終わったところで、得点を数えます。得点は、目標球に近い方の勝ち。そして、敵ボールよりも何個近づけられたか。その個数が得点となります。



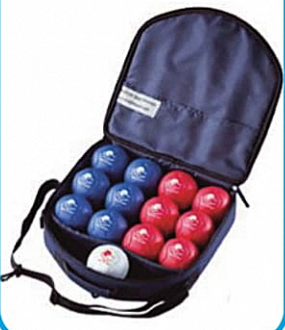
安全に使用するためにラインの下にマットを敷くことをオススメします！



スラックラインの道具



ポッチャの道具



今回新しく仲間に加わった2種目（スラックライン2セット、ポッチャ2セット）は貸出OKです！

用具を借りたい場合は①飯田市総合運動場（0265-23-0002）に電話し、借りたい日時・ニュースポーツ名・数量を伝えて仮予約を行います。借用期間は最大1週間。貸出料は無料です。②借用する日に総合運動場へ行き、その場で借用書を書いて用具を借ります。③返却日までに総合運動場へ返却します。

☆話題の2種目を使って、交流会・親子レクなど行ってください。

☆ニュースポーツ講習等の相談は、スポーツ推進委員までお問い合わせください！