

# 学 習 日 誌

11月 10日 (金)	講 師	—	
出席者数	80名	記 録 者	7年 5班 水谷 淳三
講 座 名	健康生活講座 1「あすなろ大学運動会」		
プログラム担当者	健康生活講座グループ		
時 間・場 所	13時30分～15時40分、スカイアリーナ座間にて		

## 【学習内容】

### ◆運動会経過

前準備 (健康生活グループ)	12:15～13:30
あすなろ運動会時間	13:30～15:40
1) 開会セレモニーとラジオ体操	13:30～13:50
2) 各競技に分かれてローカルルール詳細説明	13:50～14:00
3) 競技時間	14:00～15:25
4) 結果発表と閉会セレモニー	15:25～15:30
5) 後片付けと清掃	15:30～15:40

### ◆競技内容

競技種目は、カローリングとポッチャで、各班からカローリング3名、ポッチャ3名が参加

#### ① カローリング

3m×13mの6コートで、各コート3人/班で2班の対抗競技 (6試合同時)

各班が1イニング3回投げ、5イニングまでか、競技時間25分上限で得点を集計、3試合を対戦

#### ② ポッチャ

6m×12.5mの4コートで、各コート3人/班で2班の対抗競技 (4試合同時)

各班が1イニング2回投げ、8イニングまでか、競技時間25分上限で得点を集計、2試合を対戦

上記2種類競技を同時に行い、勝者10点・敗者5点・引き分け7点とし、各班の成績を集計

### ◆競技結果

9班が全ての対戦で勝利し1位。2位は同点で1班と8班、4位も同点で3班と6班であった



## 【感想】

昨年と同じ種目であったため、審判は外部に頼らず、自分たちで自律してできる成果が確認できた。また一部競技内容を見直し、昨年はポッチャが6イニングまでの実施で早く終わったため、今回はイニング数を8としたが、一部の試合で時間切れが発生した。一方カローリングは、全体的に短時間で投げる傾向があり、制限時間前にイニングが終了する試合が多数であった。体に大きな負荷となるような競技では無かったので、ケガも無く、楽しく健康であることを実感して実施できた講座であった。