

記事を読んで、問いに答えましょう。

2022年3月29日朝刊中部版

## 元五輪選手 走るコツ伝授

高瀬さん  
(陸上男子  
短距離)



参加者と一緒に走る高瀬さん(中央)＝静岡市駿河区

### 歩幅や姿勢、丁寧に 駿河区

陸上男子短距離でロンドン、リオデジャネイロ五輪に連続出場し、昨年現役を引退した高瀬慧さん(33)＝静岡市出身＝による陸上教室が28日、同市駿河区の具草雑総合運動場陸上競技場で行われた。小学生から45歳まで約100人が参加し、トップアスリートから速く走るコツを学んだ。

同運動場の指定管理 同事業体が県内のスポーツ者、東京ドーム・東急コーツ振興を目的に主催し、コミュニティー・静鉄共催。小学生の部では高

水区の大石隆太さん(12)は「憧れの選手はオーラが違った。とても参考になった」と語った。静岡市駿河区の東新田ひばりこども園でも同日、高瀬さんとJ3藤枝MYFCの女子チーム、ルクレMYFCの成島梓選手(26)との交流会が開かれた。年長園児約40人は、高瀬さんらと一緒に鬼ごっこやしっぽ取りで触れ合い、身体を動かす楽しさを学んだ。前田桃花ちゃん(6)は「高瀬選手はジャンプ力もあって走るのも速かった。しっぽ取りは最後まで残ってうれしかった」と笑顔で話した。

(社会部・崎山美穂)

高瀬さんが歩幅と姿勢の大切さを指導し、参加者と一緒に50mを走った。中学生以上の部では、体重を足に乗せることや、腰の動きの重要性などを丁寧に伝えた。同市清

①記事の陸上教室では、トップアスリートから何の「コツ」を学びましたか。( )

②トップアスリートから学んだ「コツ」の中で、特にあなた自身の参考になりそうな内容を1つ書きましょう。

③トップアスリートから学ぶことには、どんな良さがあると思いますか。記事を参考に30字以内にまとめて書きましょう(句読点を含みます)。


年 組 名前

記事を読んで、問いに答えましょう。

**解答例**

2022年3月29日朝刊中部版

## 元五輪選手 走るこつ伝授

高瀬さん  
(陸上男子  
短距離)



参加者と一緒に走る高瀬さん(中央)＝静岡市駿河区

### 歩幅や姿勢、丁寧に 駿河区

陸上男子短距離でロンドン、リオデジャネイロ五輪に連続出場し、昨年現役を引退した高瀬慧さん(33)＝静岡市出身＝による陸上教室が28日、同市駿河区の具草雅総合運動場陸上競技場で行われた。小学生から45歳まで約100人が参加し、トップアスリートから速く走るこつを学んだ。

同運動場の指定管理 同事業体が県内のスポンサー、東京ドーム・東急コーポレーションを目的に主催し、コミュニティー・静鉄共催。小学生の部では高瀬さんが指導し、参加者と一緒に50mを走った。中学生以上の部では、体重を足に乗せることや、腰の動きの重要性などを丁寧に伝えた。同市清水区の大石隆太さん(12)は「憧れの選手はオーラが違った。とても参考になった」と語った。

静岡市駿河区の東新田ひばりこども園でも同日、高瀬さんとJ3藤枝MYFCの女子チーム、ルクレMYFCの成島梓選手(26)との交流会が開かれた。年長園児約40人は、高瀬さんらと一緒に鬼ごっこやしっぽ取りで触れ合い、身体を動かす楽しさを学んだ。前田桃花ちゃん(6)は「高瀬選手はジャンプ力もあって走るのも速かった。しっぽ取りは最後まで残ってうれしかった」と笑顔で話した。

(社会部・崎山美穂)

①記事の陸上教室では、トップアスリートから何の「こつ」を学びましたか。( **速く走るこつ** )

②トップアスリートから学んだ「こつ」の中で、特にあなた自身の参考になりそうな内容を1つ書きましょう。

(走るときの)歩幅と姿勢が大切であること。  
(走るとき、)体重を足に乗せること。  
(走るとき、)腰の動きが重要であること。  
(走ることなど)体を動かすことは楽しいこと。 など

③トップアスリートから学ぶことには、どんな良さがあると思いますか。記事を参考に30字以内にまとめて書きましょう(句読点を含みます)。

(例)憧れの選手の持つオーラで、夢中になって学ぶことができる。(28字)  
トップアスリートの言うことはとても説得力がある。(24字)  
自然に技術が身に付き、スポーツの楽しさを感じることができる。(30字) など

年 組 名前