



ICF JUNIOR CYCLE SCHOOL 2019 (仮)

*以下略称 IJCS

世界で一番楽しい自転車教室

- 指導者の確保と人選
- レッスンフィー
- 生徒の募集方法 確保
- 開催日に関して
- 開催会場に関して
- メソッドプラン
- スクールの情報共有に関して
- スクールとしてのイベント参加



・指導者の確保と人選

・主要スタッフ

横長 勇

吉川 祐二

成田加津利

・サポートスタッフ

谷村 兼太郎

・ホストチーム

ケッヘルVC スपोर्टニク 16名

*チームフロントマネージャー 金谷 外川 西野

・特別アドバイザー

中島 隆章 (ウイラー SCHOOL 代表 ブラッキー中島)

・相談役

日高 明宏

・ご父兄の皆さん

本年より積極的に皆様にも参加いただき、一緒に学んで頂く場にしたいと考えております。

参加はご父兄だけでなく、お祖父ちゃんやお祖母ちゃん、親戚の方でも構いません。

他のスタッフも含め、子供たちと楽しみながら自転車を学ぶ場になればと考えております。

*バンク内でのLESSON時で、自転車に乗られる場合は、バンク使用料のご負担をお願いします。

差し入れ大歓迎

毎回、低学年の子供達を中心に「お楽しみ時間」を! と考えております。

LESSON終了後、お菓子を食べたり、鬼ごっこをしたりと。

いつもで無くて良いので、家であまったお菓子やジュースを持ち寄って頂ければと思います。

・レッスンプラン

他のジュニア SCHOOL の実例

・JSS 金沢駅西スイミングスクール 1年間の費用 96120円

入会金 2160円 年会費 3240円 月会費 7560円

月に4回程度のレッスン 8回の場合は+2000円 (月単位)

・糸東流空手道場 1年間の費用 58000円

入会金 10000円 月謝 4000円

月に最大8回程度のレッスン

・内灘FCジュニア 1年間の費用 51000円

年会費 3000円 月会費 4000円

月に最大16回程度のレッスン

・IJS 入会金3000円 年会費3000円 月謝2000円

月に2回程度のレッスン

ビジター 体験レッスンは 回毎 2000円 当日会場でお支払い頂きます。

*本年は指導者及び指導方針の変更により、3月より12か月間とします。

*継続の方は、入会金を免除致します。

*費用のお支払いは、前月末日までに、連盟指定口座までお振込みください。

初回のお支払いは、2月28日締め切りとなります。

*外部指導スタッフ経費、教室維持に関する原資の確保にご理解下さい。

・生徒の募集 確保

対象年齢:居住地は問わず原則小学生以上。
但し、父兄が常に引率できる場合は、その限りではない。

募集方法:募集用紙に必要事項を記載もしくは、WEBより申し込む
募集定員:30名程度

- ・既存の生徒の遺留
- ・FB 等による情報拡散
- ・現在参加いただいている皆さんにロビーストとして活動頂き、広めていただく。
- ・近隣小学校へのチラシ配布。 チラシ制作中。

・開催日

原則として、毎月第一日曜 第三日曜

バンク使用状況と、大会イベントの兼ね合いを考慮し、早めに連絡致します。

・開催場所

本年は、トレーニングプログラムをウイラーズスクールを基準に行うため、基本的に内灘町自転車競技場内で開催する。
トレーニングの進捗状況を考慮して、競技場周辺一般道も使用する。

- ・メソッドプラン
- ・トレーニングプランの参考と基盤

ウイラーズスクール <https://cyclingschool.jp/>

ブリティッシュサイクリング www.britishcycling.org.uk/

転ばない事が最重要としている事に注目

速く走れるようになる事よりも、大切な事があります。
それは、「何」であって、どうすれば学ぶことができるのか？

IJCFでは自転車を通して、その「何」を皆で学ぶ場にしていきたいと考えています。
具体的には毎回の会場準備や、あとかたづけもスタッフ、子供達、父兄、全員で行います。
トレーニングプランもこちらから与えるばかりでなく、子供達自身に考えさせる事により、自らプランニングし、実行する楽しみと自立心を育む時間と場所の提供を行う教室を目指していきます。

思いやる心が、リーダー的人材の育成に



あいつ、遅いな → みんなで待つ、そしてかばい助け合う心の育成。

各回のプログラム

異年齢交流を基準に考える事が望ましいが、年齢層ごとにできることが違うため、全体の様子を見ながら調整する。

技術の基本となる三大要素をもとに、あとは自由に現場で組み立てる

- 1) まっすぐ走る
直進する意味をしっかりと理解
- 2) しっかり止まる
いかなる場合においても目的の場所に慌てずしっかり停止できる
- 3) バランスよくのる
あらゆる状況下においても、転けないように体制を確保する

上記3点に加えて、以下の項目も子どもに積極的に挑戦させたい

- 4) 周囲をよく見る
みんなで走るなど、周囲と関係性を持つ体験をすることで、周りにスピードを合わせる、距離を保つ、他人の挙動を予測するなどのスキルが上がる。
- 5) 何度も挑戦する
ゲーム性を持った遊びなどを通じてモチベーションを高め、何度も反復することにより、操作スキルの向上が望める。

各回の流れ(例)

- 8:30 集合 会場準備 準備体操 ディスカッション
9:00 ウィラーズスクール プログラム開始 ディスカッション
10:00 自転車競技向けプログラム
10:30 ディスカッション 子供達プランのトレーニング
11:00 後片付け ディスカッション レクリエーション
11:30 解散

・スクールの情報共有に関して

当日担当のスタッフが、スケジュールの進行状況を把握できるようにする。

その方法として、毎回日誌報告書（共有）を記載。
更に個人カードを作成し、トレーニングの進捗状況を自己で記入する。

世界で一番楽しい自転車教室
なまえ: ダミアノ クネ太郎

1 3/3	2 3/10	3 4/7	4 4/21	5 5/1 2		

参加日と、その日クリアしたLESSONの番号を記入。
もし、途中までしかできていない場合は、○ではなく、△で記入する。
これにより次回の指導者が、個々のレベルを把握し、当日のレッスンメニューの参考とする事が出来る。

・スクールとしてのイベント参加

以下は推奨するサイクルイベントであり、強制的な物ではありません。
宿泊や遠征の都合により、ご家族のご予定にあわせて、無理のない範囲で参加できればと考えております。

6月 内灘サイクルロードレース レース

温泉ライダー TT ウイラーSCHOOL

8月 京都美山サイクルグリーンツアー サイクリング

9月 ツールドのと 長距離サイクリング

10月 宝達山ヒルクライム レース *KIDS部門を提案中

四日市ジュニア レース



自転車教室名称募集

世界で一番楽しい自転車教室

最後に

世界で一番楽しい自転車教室にピッタリの名称を募集致します!
思わず笑ってしまうような名前でも良いですし、
カッコいいプロチームみたいな名前でもOK!

応募頂きました名称より、連盟役員会で選ばせて頂きます。

例えば・・・

日本海自転車教室
自転車教室 海の横
内灘の穴 (-_-:)