

# 平成 27 年度 オリンピック・パラリンピック・ムーブメント推進校 実施報告書

【都道府県】 京都府

【学校名】 京都府立城陽支援学校

## 【目標・ねらい】

オリンピック・パラリンピックを意識することで、スポーツに今まで以上に積極的に触れるとともに、スポーツをとおして、地域との交流を進めていく。

## 【実践の内容】

合同練習会

① 京都府立京都八幡高等学校 ソフトボール部との合同練習会

- ・ 京都八幡高等学校ソフトボール部の練習内容で実施
- ・ 最後にゲーム形式で練習

② 京都府立西城陽高等学校 陸上部主催陸上教室に参加

<長距離>

- ・ アップ、1500m・800m×各1本、ダウン、鉄棒、懸垂、補強（腹筋中心）

<短距離>

- ・ 股関節アップ（変形ダッシュ、股関節ドリル、しこ、ダッシュ）
- ・ タータン（ミニハードル走、ダッシュ）、土（そりひきダッシュ）、補強、ダウン

## 【実践の成果】

同世代同士、互いに明るく元気にコミュニケーションを取りながら活動できていた。中には、中学校時代、本校生徒と同じ中学校に在籍していた他校生が「あんなに明るく朗らかでは無かった。」と本校生徒への印象を伝えてくれた。仲良くと言うだけで無く、互いにリスペクトし合いながら活動できた事は大変良かった。本校の生徒は、高校生世代の練習を体験でき、今まで以上に集中して取り組みたいという思いを持つ事ができた。生徒は、今後も交流ができることを期待している。



合同練習の様子



集合写真の様子