





平成29年度「オリンピック・パラリンピック・ムーブメント全国展開事業」

事業実施報告書

- I スポーツ及びオリンピック、パラリンピックの意義や歴史に関する学び
- II マナーとおもてなしの心を備えたボランティアの育成
- III スポーツを通じたインクルーシブな社会（共生社会）の構築
- IV 日本の伝統、郷土の文化や世界の文化の理解、多様性を尊重する態度の育成
- V スポーツに対する興味・関心の向上、スポーツを楽しむ心の育成

道府県・政令市名【 京都府 】

学校名【 京都府立網野高等学校 】

1 実践テーマ	【 Ⅲ 】
2 実施対象者	60歳以上の方 18名
3 展開の形式	<p>(1) 学校における活動</p> <p>① 教科名 ( )</p> <p>② 行事名 ( )</p> <p>③ その他 ( )</p> <p>(2) 地域における活動</p> <p>① イベント名 ( 「シニア向け体操教室」 )</p> <p>② その他 ( )</p>
4 目 標 (ねらい)	<p>1 交流を通して高齢者への理解を深める。</p> <p>2 全国平均よりも高齢化が進み長寿者が多い丹後地域に活力を与え、スポーツ文化の広がりに寄与する人材を育成する。</p>
5 取組内容	<p>シニア向け体操教室（11月11日(土)、12月10日(日)実施）</p> <p>1 JCCAアドバンスドトレーナーによるツインポールの講習を受講し、生徒が高齢者の運動指導を行った。</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;">   </div> <p>2 ツインポールを使用し、高齢者にも対応したトレーニング方法を学び、生徒主体で指導を行った。</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;">   </div>

	<p>アンケート結果より</p> <p>〈生徒〉（参加者19名、回答者18名）      参加した全生徒が「高齢者との交流が深まった」と回答した。誰もが互いに人格と個性を尊重し、支えあいながら共生社会の実現に主体的に取り組もうとする意識や態度、地域創生への意欲を育てることができた。</p> <div data-bbox="1007 282 1347 510"> <p>高齢者との交流は深まったか</p> <table border="1"> <caption>高齢者との交流は深まったか</caption> <thead> <tr> <th>回答</th> <th>割合</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>大変深まった</td> <td>72%</td> </tr> <tr> <td>まあまあ深まった</td> <td>28%</td> </tr> </tbody> </table> </div> <p>〈感想〉（一部抜粋）</p> <div data-bbox="459 544 1358 741"> <ul style="list-style-type: none"> <li>・できなかった動きや運動ができるようになり、拍手しあったり喜び合ったりすることができた。また、体操のことだけではなく、日頃のことなどを話してコミュニケーションが取れた。</li> <li>・日常ではこんなに近い距離で高齢者の方々と関わる機会はなく、たくさん話すことができて交流が深まった。</li> </ul> </div> <p>〈高齢者〉（参加者18名、回答者11名）      〈感想〉（一部抜粋）</p> <div data-bbox="459 898 1362 1167"> <ul style="list-style-type: none"> <li>・年齢を重ねても体を動かすことの大切さを知り、これからも機会があれば活動していこうと思いました。</li> <li>・無理なく体操ができるので楽しいです。新体操を見る機会がないので、最後に高校生が演技してくれて見るのができてよかった。</li> <li>・ウォーキングに取り組んでいるので大丈夫だと思い込んでいたが、用具を使用することで手軽により効果を得ることができることを知りました。</li> <li>・こうした高校生の取組が励みになります。</li> </ul> </div> <p>体操の内容・本校生徒の対応ともに好評価であった。心身両面で高齢者の健康維持に効果があり、地域活性化にもつながる取組であるとわかった。</p>	回答	割合	大変深まった	72%	まあまあ深まった	28%
回答	割合						
大変深まった	72%						
まあまあ深まった	28%						
<p>7 実践において工夫した点（事業の特色）</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1 高校生を中心に運動指導を行うようにするため、トレーナーの事前指導時間を十分に確保した。</li> <li>2 使用器具の説明やペアワークを通じて運動を実践し、全員が手本として正確な運動や声掛けができるよう心掛けた。</li> <li>3 福祉系や看護医療系への進学を希望する生徒のキャリア形成を図ることも目的として、指導後の時間に質問等ができる時間を設けた。</li> <li>4 準備運動で行う「網高体操」では、さまざまな身体状態の高齢者に対応できるよう音楽をアレンジし、スローテンポで行えるよう工夫した。また、内容の一部のみの実施とし、膝への負担を軽減できるように工夫した。</li> <li>5 コミュニケーションが相互に活力を生み出すことに着目し、高校生による運動指導だけではなく、日頃の部活動の成果を披露する演技発表を取り入れた。</li> </ol>						

8 主な課題等	<ul style="list-style-type: none"> <li>・高齢者一人一人の身体状況に応じて安全に運動できるようにするためには、より専門的な知識が必要であり、指導者との打ち合わせをより綿密に行う必要がある。</li> <li>・福祉医療系の進路を希望する生徒のキャリア教育という側面も持たせたが、参加者が少数であった。校内への発信・周知には工夫が必要である。</li> </ul>
9 来年度以降の実施予定	<p>「シニア向け体操教室」を3年間行ってきたが、来年度以降は保育園児・幼稚園児・小学生を対象とした事業を考えたい。</p> <p>今年度も「シニア向け体操教室」と並行して、出前授業等で地域の保育所・こども園・小学校、また地域行事で体操教室や演技会を行っている。それらを地域の体操教室と連携し、より発展的な形で実施することで、体操を通して、地域の子供たちのスポーツへの興味関心を高め、さまざまなスポーツへ可能性を引き出す事業として展開していきたい。そして、スポーツを通して地域貢献・地域創生を考える機会としたい。</p>