

平成30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【 山口県 】

1 実践テーマ	【 V 】
2 実施対象者	宇部市立神原小学校 第6学年 43人 指導者 NTT西日本 末山 貴文 様 平成30年11月2日（金）
3 展開の形式	(1) 学校における活動 ① 教科名（ 体育科 ） ② 行事名（ ） ③ その他（ ） (2) 地域における活動 ① イベント名（ ） ② その他（ ）
4 目標 (ねらい)	○ 著名なスポーツ選手による指導を受けることによって、陸上運動系（持久走）に関する技能の向上を図るとともに、運動や体力向上についての意欲を高める。 ○ 小学校体育科における陸上運動系（持久走）の効果的な指導法について研修し、体育科授業における指導力の向上を図る。（教員）
5 取組内容	○講演 ・走ることの楽しさ（記録の向上や競争をして勝つことの喜び等） ○陸上教室Ⅰ ・ストレッチ体操 ・体幹トレーニング ・ウォーミングアップ ・持久走の走り方  ○陸上教室Ⅱ ・持久走（ペース走） ・ミニ駅伝 ・箱根駅伝やマラソン選手のペースで走る体験

6 主な成果	<p>(1) 腰の位置・ももの上げ方・リズム・手のふりなど、長い距離を走るときの走り方のコツをつかむことができた。</p> <p>(2) 体幹トレーニングを教えてもらい、身近に家でも取り組む意欲が高まった。</p> <p>(3) フォームを意識して、何回もゆっくり走ることにより、自分に合ったフォームを考え、身につけるきっかけになった。</p> <p>(4) 11月30日に行われる校内持久走大会に向けて、練習に取り組む意欲が高まった。</p> <p>(5) 教員にとって、著名なスポーツ選手から持久走の指導法を学ぶよい機会となった。</p> <p>(6) 箱根駅伝やマラソン選手のペースで走る体験ができた。</p>
7実践において工夫した点 (事業の特色)	<p>○「自分の走り方(フォーム)をいかにしてよくするか。」を、わかりやすく説明して、指導をする。</p> <p>○自分のペースで長い距離を走ることを、個人差も考慮して、一斉指導する。</p> <p>○山口県出身の先輩(神原小教頭の教え子)から、走ることの楽しさや陸上を通して学んだことなど、体験談を聞く。</p>
8主な課題等	<p>○個人差(走る能力)に応じた指導。</p> <p>○発達段階(低学年や中学年)に応じた指導。</p>
9来年度以降の実施予定	<p>○予算がつけば是非、来年度も実施したい。</p>