

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5学年 59人 指導者 FAST RETAILING 中村 元就 様 平成31年1月11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（短距離走）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（短距離走）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 ① 腕を振らずに歩いてみよう。 ・ 腕を地面と水平にして歩く。（前・横2パターン） ② 腕を振らずに走ってみよう。 ・ 腕を地面と水平にして走る。（前・横2パターン） ・ 手をおしりにあてて走る。 ○ 陸上教室 II ① スキップしてみよう。 ・ 手をおしりにあててスキップする。 ・ 腕を大きく振り上げて、上に高く跳ぶようにスキップする。 ② 腕振りを意識して走ってみよう。 ・ 腕振りを意識して走る。

6 主な成果	<p>(1) 「地面を強く踏もう」「スタートの時は前の足に体重を乗せよう」「腕振りを意識して走ろう」などのアドバイスを受け、短い距離を速く走るコツをつかむことができた。</p> <p>(2) 腕を振らずに歩いたり、腕を振らずに走ったりして、走るときは、腕振りが大切であることを教えてもらい、身近に学校や家でも走る意欲が高まった。</p> <p>(3) 腕振りを意識してスキップやダッシュを繰り返したので、自分に合ったフォームを意識しながら走ることにきっかけになった。</p> <p>(4) 教員にとって、著名な陸上選手から短距離走の指導法を学ぶよい機会となった。</p> <p>(5) 指導者が学生時代や社会人になった現在、どのような志(目標・目的・心の持ち方)をもって今の自分をつくってきたかを話され、「興味・関心をもったことに集中し、勇気をもって困難に挑戦する」「競争に勝てるように懸命に学び、練習し、自分を鍛え磨く」「自分の可能性を信じ、自分が自分に期待する」「自分で自分の限界点をつくることなく、積極的にチャレンジする」など多くのことを伝え聞くことができた。</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ながら指導する。</p> <p>○腕振りを意識して、短い距離を走ることができるように、個人差も考慮ながら一斉指導する。</p> <p>○山口県出身の先輩から、走ることの楽しさや陸上競技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>