


令和2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【 福岡県 】

学校名【 福岡県立北九州高等学校 】

1 実践テーマ	I・II・III・IV・ V （複数選択可）
2 実施対象者 （学年・人数）	福岡県立北九州高等学校 第1学年 体育コース 40名 第2学年 体育コース 39名 計 79名
3 展開の形式	（1）学校における活動 ① 教科名（ 保健体育「体育理論」 ） 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）	競技力向上を目的として、新たな身体理論を学び、各個人に適した身体動作を身につける。また、スポーツの価値に触れ、選手を「支える」という概念についての理解を深める。
5 取組内容	<p>4スタンス理論について、一般社団法人 レッシュ・プロジェクトに所属している二串 幸之助先生を招聘し実技演習を行った。トップスポーツ選手のトレーナーとしてもご活躍されていることから、選手を「支える」部分とトップスポーツ選手の在り方についても講義していただいた。</p>  <p>人間には、4つの重心がありそれぞれに見合った身体の動かし方がある。その動かし方が自分たちでできれば、パフォーマンスの向上やケガの防止にも繋がるということを知り、生徒を模範としてそれぞれのタイプで実践的に行った。実演している内容は、同じことだが結果として目で見て分かる違いがあるので、生徒達がすごく興味・関心を示し積極的に取り組んでいた。</p> <p>今まで何も考えずに行っていた動作を、話を聞きながらお互いに実践することで生徒達が考えたり、疑問を抱いたり生徒達にと</p>

	<p>ってとても有意義な時間となった。</p>  <p>最後は、自分の身体の動かし方のタイプを一人一人が理解した上で、今後どうしていくのかを講義していただいた。正しい姿勢で立つ、座るとい姿勢が作れなければ軸は安定せずいいパフォーマンスが発揮できない。トップスポーツ選手はその姿勢が自然にとれている。そのため、「何かの動作に入る前に正しい姿勢で立つ、座るとい姿勢を作ることがパフォーマンスの向上やケガの防止などに繋がっていく」ことを学ぶいい機会となった。</p>
<p>6 主な成果</p>	<ul style="list-style-type: none"> • 4スタンス理論に興味を持ち、積極的に講義を聞き取り組んでいた。また、実技演習をしている中で疑問に思ったことを二串先生に質問する姿が見られた。 • ペアを組みお互いに身体を動かしてそれぞれ軸の違いを知ることで、人との違いを知り自分の癖などを知ることができた。 • 正しい姿勢で立つ、座る姿勢を作りバッターボックスに入る選手と作らずにバッターボックスに入る選手の構えの重心の違いなども見てわかる違いがあったので、より重心（軸）の重要性が生徒に伝わった。
<p>7 実践において工夫した点（事業の特色）</p>	<p>生徒達が講義を受ける前に、事前に保健体育科の先生方にも二串先生による4スタンス理論の実技演習をしていただいた。また、スポーツの価値教育も併せて実施した。</p> <p>事前に先生方に実技演習を実施していたことで、よりスムーズに実施することができた。</p> 
<p>8 主な課題等</p>	<ul style="list-style-type: none"> • 4スタンス理論をもとに継続して指導していくには、先生方への知識も必要になってくると感じた。
<p>9 来年度以降実施予定</p>	<p>未定</p>

令和2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【 福岡県 】

学校名【 福岡県立北九州高等学校 】

1 実践テーマ	I・II・III・IV・ V （複数選択可）
2 実施対象者 （学年・人数）	福岡県立北九州高等学校 第2学年 体育コース 39名
3 展開の形式	（1）学校における活動 ① 教科名（ 保健体育科 ） 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）	身体を動かしながら、その運動がもつ特有の面白さを体感することで、今後も運動やスポーツに関わり続けていく（する・みる・支える・知る等）態度を育む。 また、世界には多くのスポーツが実施され親しまれているので、スポーツに対する興味・関心を高め、スポーツを楽しむ心の育成を図る。
5 取組内容	昨年度、国際大会メダリストによるセパタクローの講義・実技を行った。普段あまり触れることのないボールに触れ、セパタクローを体験したことにより生徒が興味・関心を示したので、継続して第2学年体育コースを対象に10時間のセパタクローを体育の授業で実施した。 ① 令和2年 9月 28日（月）：2時間 ～ セパタクロー・ボールに慣れよう！～ ② 令和2年 10月 6日（火）：2時間 ～ 基本の技術を身につけよう～ 前半4時間で基本の技術（パス・サーブ・レシーブ）をペアやグループで行った。4時間目には、スキルテストを行い生徒が進んで練習に取り組んでいた。



	<p>③ 令和2年 10月12日(月): 2時間 ～ 基本の技術・簡易ルールでのゲーム～</p> <p>④ 令和2年 10月19日(月): 2時間 ～ ゲーム①～</p> <p>⑤ 令和2年 10月26日(月): 2時間 ～ ゲーム②～</p> <p>授業後半は、簡易ルールでのゲームからより実践的なルールに近づけて活動を行った。はじめは、スムーズにゲーム展開ができなかったが、回数を重ねるごとに技術も向上し、白熱したゲームを行っていた。</p> 
<p>6 主な成果</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・プラスチック製の堅いボールを足で操作する競技だが、段階的に行ったので女子生徒も最後まで楽しく取り組んでいた。また、女子はプラス1点とルールを設けて行ったため、女子にも多くボールが回り男女共にとても積極的な部分が見られた。 ・チームでのスキルテストなどを行ったため、セパタクローが苦手な生徒に対して、できる生徒が積極的に教えたりサポートしていたりする姿が見られた。 ・足でボールを操作する難しさはあったが、少しずつできることが増えていく楽しさや達成感を感じることができた。
<p>7 実践において工夫した点(事業の特色)</p>	<p>男女が楽しめるように、ルールの工夫を行った。また、チーム編成に関しては、みんなが楽しんでセパタクローを行うために生徒全員で意見を出し合いながら、男女混合の13チームを作りリーグ戦を行った。</p> <p>女子に関しては、はじめ柔らかいバレーボールを使用し段階的に練習を行った。</p>
<p>8 主な課題等</p>	<p>特になし</p>
<p>9 来年度以降実施予定</p>	<p>セパタクローだけでなく、多種目にわたって実施できるよう検討していきたい。</p>