

令和5年度 青森県立八戸西高等学校 スポーツ科学科2学年
特別授業「ボルダリング」

実施年月日:令和6年3月19日(火)昼休み～7校時 12:20～15:55

実施場所:WALLY BOULDERING GYM 2ND WALLY 八戸

概要:2020東京オリンピックで新種目として採用された競技を体験し、オリンピック教育の一環とする。また、体育の見方・考え方を働かせ、壁に対しての創意工夫をすることによって課題を発見し、解決を図りながら体の使い方を学ぶ。

対象:スポーツ科学科2年生



スポーツ科学科生徒の感想

成田 悠槻(泊中学校出身・硬式野球部)

私は、ボルダリングの授業を受けてみて、見ることとすることでは感じるものが違っていました。ボルダリングをしてみると思っている以上に腕の力や体幹を使うこと、更に、どこのホールドを掴んで上に進んでいくかなどの早い判断力も大切だとわかりました。また、初めてボルダリングを経験し、他にもニュースポーツがたくさんあり、知らないことをやってみると言うことがすごく楽しいことを知りました。今回の経験を活かして、たくさんのスポーツにたくさん挑戦して関わっていきたいと思いました。

宮崎 真心(鮫中学校出身・バスケットボール部)

ボルダリング授業を受けて、相手に教えながらやる楽しさと、自分自身で体験する楽しさを味わうことができました。想像していた以上にホールドが掴みづらくゴール直前で滑って落ちてしまったり、手足の置き場所が悪くうまく進めなかったりして、難しかったです。スポーツ科学科は、普通では体験できないスポーツを特別授業で体験することができるので、この経験を無駄にせず、まだ体験したことがないことにもっと挑戦していきたいと思いました。