

令和6年度 青森県立八戸西高等学校 スポーツ科学科1学年特別授業

地域の子供们とのスポーツ交流会(11月)～スポーツって楽しいを感じて欲しい～

実施年月日:令和6年11月5日(火) 13:30～15:00

実施場所:本校第一体育館

概要:地域の小学校との交流を通して、児童の運動に対する意欲を高めて運動に親しむ契機になることを目指す。また、将来指導者を目指すスポーツ科学科の生徒が実施者の年齢に適した運動を考える能力を養い、実践を通してスポーツ指導者としての資質を育成する。

対象:八戸市立三条小学校5年生



スポーツ科学科生徒の感想

井上 麗菜(大館中学校出身・バスケットボール部)

三条小学校との交流会では、「明るく、笑顔で」を大切にしました。リハーサルでは心配なことが多くありましたが、当日には積極的に声をかけたりハイタッチして少しでも気楽に楽しんでもらえるように心がけました。困ったことがあれば、アドバイスし合いながら工夫を取り入れて進められたので良かったです。学べたことは、年齢の違う子とどう上手くコミュニケーションをとるかや楽しく活動すれば自然と一体感が生まれるということです。なので、これから何事も楽しんで笑顔で活動することを意識していきたいです。

白川 雄梧(下長中学校出身・硬式野球部)

今回の三条小学校交流会で、本番までの準備と本番でのアドリブの重要性を学びました。本番を意識して準備をしていましたが、いざ本番になると想定外の連続で、その場で対応を考える事も多く大変でした。しかし、仲間と助け合いながら交流会を進める事ができました。全員が楽しくやる事を目標として進め、笑顔が多い交流会にできて良かったです。何かを成し遂げる時にこの経験を活かして、計画通り上手いかわなくても即興で臨機応変に対応できる余裕を持っていこうと思いました。

令和6年度 青森県立八戸西高等学校 スポーツ科学科1学年

特別授業「スポーツリズムトレーニング体験学習」

実施年月日:令和6年10月18日(金) 14:05～14:55

実施場所:本校第一体育館

概要:スポーツに必要なリズム感を育成し、また、そのトレーニング方法を知ることによってスポーツ指導者としての知識・技能を習得する。また、将来の職業選択の一助とする。

講師:原 ゆうか 氏(スポーツリズムトレーニング協会(STAR))



スポーツ科学科生徒の感想

大石 涼音(三沢第一中学校出身・柔道部)

この実習後に予定している小学校との交流会では、リズムトレーニングの担当になっていたのですが、小学生にどのように説明したら分かりやすいか、どのように交流を図るか考えながら取り組みました。最初に手本を見せながら説明したり、手拍子やかけ声でリズムをとったり、ハイタッチをして距離を縮めるなどたくさんのヒントがありました。今回の実習でスポーツを教える際のポイントやスポーツをする楽しさを改めて実感し、自分の成長に繋がる良い経験ができたと思います。

三浦 真斗(根城中学校出身・ラグビー部)

今回のリズムトレーニングで、誰かに何かを教える時は自分から積極的にテンションを上げたり、教えてもらう側の生徒と何かしらのコミュニケーションをとりながら進めると良いということがわかりました。また、リズムトレーニングは最初は誰にでもできそうな簡単な内容から始め徐々に難しくしていき、終盤では「できそうでできない」内容にすると、より楽しく学べるということがわかりました。