

## 令和6年度 青森県立八戸西高等学校 スポーツ科学科2学年

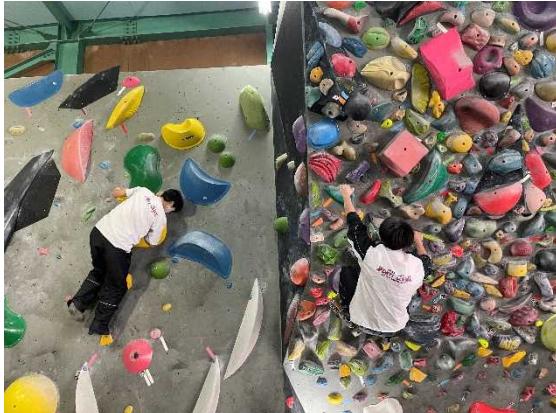
### 特別授業「ボルダリング実習」

実施年月日:令和7年1月21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・考え方を働きかせ、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。

講師:2ND WALLY 八戸 代表 原 大輔氏



#### スポーツ科学科生徒の感想

梅田 大洋(五戸中学校出身・バスケットボール部)

僕は今回特別授業でボルダリング実習をしました。インストラクターが丁寧なご説明をしてください、簡単なコースから始めクリアできたら難易度をあげてクリアできないコースはアドバイスを聞いたり、できる人の登り方を見たりしてどうしたら登れるようになるかを考えました。今回のボルダリング実習で諦めない心とできないことがあつたらアドバイスを聞くという考えを持つことを学びました。このことを頭の中に入れ、これから的生活に活かしていきたいです。

中野 鶩(百石中学校出身・バスケットボール部)

今回ボルダリング実習の授業を受けて学んだことはボルダリングの楽しさです。講師の方がボルダリングの初級から上級のどういうふうにやればクリアできるかのコツなど丁寧にわかりやすく体を使って見本をみせてくれました。自分たちも金曜日にスポーツⅡの授業で1年生に授業をしているので、今回のボルダリング実習でもらったことをみていてどういう教え方をしていたのかをしっかりと思い出して自分たちが教えるときにできればいいなと思いました。