

令和3年度 スポーツ科学コース 高大連携授業

実施日:10月25日(月)、29日(金)、11月1日(月)、5日(金)

〈実施連携大学〉

流通経済大学 スポーツ健康科学部 スポーツ健康科学科、スポーツコミュニケーション科学科

〈講師〉

柴田一浩 教授・柴田ゼミ3年生 小谷究 准教授 西機真 教授・西機ゼミ4年生

〈実施目的〉

平成24年に学科改編したスポーツ科学コースの目標である「アスリートの育成と地域に貢献できるスポーツ指導者の資質の育成を目指す」を実現させるために、流通経済大学との高大連携授業を実施する。体育科教育、コーチング、等の授業を理解することにより、地域スポーツの指導者や体育教員、オリンピックに携わるボランティア等、将来的にスポーツを通じて社会に活躍できる人材を育成する。

第1回目 ～体育科教育～

★講師:柴田一浩 教授、柴田ゼミ3年生(6名)

専門分野:体育科教育学

柴田教授の講義には、1年生と2年生が参加しました。

「中学生でもわかる簡単なバレーボール」

ダブルセットバレーボールを教えてくださいました。

ダブルセットバレーボールは、4人1グループになり

相手に攻撃するまでに「役割が必ず1人1回」あるという方法です。

通常のバレーボールとは少し異なるルールでしたが、

ルール説明やポイント等をしっかりと聞き、

1人ひとりがしっかりと理解することができました。



将来、教員を目指している学生さんが準備体操をしてくれました！！

フレッシュで元気のいい準備体操で、生徒たちも準備体操から楽しんでできました★

最初は基礎練習から！！

**バレーボールには主に2種類の
パスの仕方があります。**

**アンダーハンドパスは、両手を
組んでボールを手首あたりに当てて
パスをする方法です。**

今回は、「オーバーハンドパス」を



**メインに練習をしました。オーバーハンドパスは、頭上のボールを両手の指に当ててパスをする方法です。
スポーツ科学コースの生徒でも上手く相手にパスをしたり、相手が欲しいところへパスをするのが難しかったです。
それを改善するために、「ステージ上から優しく投げてあげることで、オーバーハンドパスがしやすい」ということを
学びました。柴田教授からのアドバイスは、「愛情をもってパスしましょう！」と教えてもらいました！！
むやみに投げてても意味がありません。相手を思って優しく、愛情をもってパスしました♡**



**続いては、アンダーハンドパスを練習しました。
通常は、立位の状態でパスをしますが今回は「膝立ち」で行いました。
膝立ちの状態で行うことで、上半身の安定性が増し、より正確に
相手にパスを返すことができます。
オーバーハンドパスと同様に、
「愛情をもってパス」をします♡
デモンストレーションが上手に成功して
柴田教授と肘タッチ！！やったあー！**



**上手にできたね！！
ナイスパス★**

**座位でできるようになったので、立位で行いました。
座位で習得したコツを、立位でも活かしてできました！！
生徒たちは、のみ込みが早く、相手が欲しいところにパスを正確に
送ることができました！！流石です★**





続いては、楽しみだった試合！！

4人1チームを作りました。柴田教授や学生さんがチームに入り、一緒に試合をしてくださいました。

ダブルセットバレーボールのルールは、

- ①、相手からのサーブ(サーブは手で投げ入れる)
- ②、レシーブでボールを受ける
- ③、レシーブで受けたボールを、チームメイトがキャッチして④にパスする
- ④、③がパスしたボールをアタックする⑤にトスをする
- ⑤、④からのトスを全力でアタック！



ルールを理解し、声を掛け合いながら試合をしました！！

本来のバレーボールコートより狭いバドミントンコートで試合をやるので、パスが途絶える確率が少なくラリーを続けることができました。また、キャッチする動作を多く入れることで、ボールの安定性が増えて「誰でもトスやアタック」をすることができます。女子生徒でも、アタックでポイントを取ることができました！！

そして、ボールを落とさずできるので「球技が苦手」な生徒でも楽しくできました！

今回はスポーツ科学コースの生徒が参加し、部活動に参加している生徒が多いため「球技が苦手」という生徒がほとんどいませんでしたが、中学校や高等学校の体育では「球技が苦手」の生徒が中にはいます。

そんな時に、今回の「ダブルセットバレーボール」は有効活用できる教材だと感じました。



最後に、チームで集合し柴田教授からフィードバックをいただきました。そして、講義をしてくださった柴田教授と学生さんにお礼の言葉をお伝えしました。

THANK YOU



一緒にチームを組んでくださった学生さんとパシャリ☆特別な思い出になりました！！

柴田教授・学生さん、ありがとうございました！！

第2回目、第3回目 ～コーチング～

★講師：小谷 究 准教授

★専門分野：スポーツ史、コーチング学

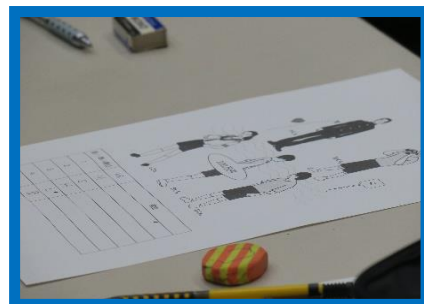


今回の講義には、スポーツ科学コース全学年が参加しました。
小谷准教授は、流通経済大学男子バスケットボール部の監督を
されています。また、ゼミではバスケットボールをメインにゼミ「バスラボ」
を展開し、バスケットボールを通じてのコーチングをご指導されています。
若者に人気のTwitterやInstagramやTikTok等も活用されています。
今回は特別に講義を2日間にわたり講義をしていただきました！



講義のスタートは「身体反応テスト」を行い講義を進める
速さを計るレクリエーションを行いました。

レベルは①幼児レベル、②思春期レベル、③成人レベルの
3つで判断しました！どの学年も「思春期レベル」でした！
※このレクリエーションは、以外にも難しかったです！！



スポーツ科学コースの生徒は、部活動に全員参加しています。

普段の部活動では、選手として様々な部活動で活躍し、日々努力をしています。

生徒たちに身近なコーチと言ったら、顧問の先生になります。顧問の先生は、選手の指導をする時に
「選手のどこを見ている」のか、「選手にどのような声掛けをしている」のかを教えてくださいました。

また、様々な映像や教材を使い、「人に伝える難しさ」も体験しました。

「指導者は『万人の神』ではないからこそ失敗ももちろんある、間違えだってある。」

この単語を聞いて、人に教える難しさを改めて感じました。



うん！うん！

講義で行った体験を1つご紹介します！
 「相手が話している話を聞く」ことをテーマに行いました。1回目は、相手の話を「あいづちを打って聞く」ように心がけました。
 話を聞く人は「うんうん！」や「そうなんだね！」等といったあいづちを打って話を聞きました。
 2回目は、聞く側の人が「相手の話を30秒間聞いて、そのあとは『無視』や『筆箱をいじる』といったことをして」と指令がありました。
 仕掛け人の聞く側は、思い思いに指令を行いました。何も知らない話す側は、どんな気持ちになったのでしょうか？



すごいね！！



聞いてくれないなあ…
 悲しかった。

「聞いてくれないなあ…」、「悲しかった」「話す気がなくなった」等、あいづちがないと話す側は嫌な思いをしてしまうことを改めて実感しました。

コミュニケーションは、コーチングに欠かせないアイテムの一つ！！

スポーツや私生活等、どの場面でも活用でき、今後も実践したいですね！！



話す気がなくなった。



コーチングは、スポーツのみならず学校生活や私生活でも活用できるものです。生徒たちは、部活動や学校生活を通じて日々実践をし、様々な場面で活用してほしいです。
 また、将来スポーツ指導者や教員を目指している生徒も多くいるので、今回学ばせていただいたことを忘れないでほしいです！！

小谷准教授、2日間ありがとうございました！！

第4回目 ～スポーツとジェンダーギャップ～

★講師：西機真 教授、西機ゼミ4年生(2名)

専門分野：スポーツマネジメント、コーチング



今回の講義には、スポーツ科学コース3学年が参加しました。
西機教授は、スポーツマネジメントとコーチングを専門とし、様々な
場面でご活躍され、専門であるラグビーの普及にも携われています。
今回は、「タグラグビー」を通して「ジェンダーギャップ」を学びました。

こちらがタグラグビーで使う
タグとベルトです！！



タグラグビーは、通常のラグビーとは違って「タックルの代わりに、タグを取る」競技です。
ラグビーは接触が多く、男女で行うと危険な面もあります。また、「異性との接触」があるため積極的に参加
できない生徒もいます。しかし、タグラグビーは「異性との接触」が少なく、男女関係なく参加できるため、
体育の授業などに活用されています。



最初は、男女のグループに分かれて実際に動きながら
ルールを学びました。初めて行うスポーツということもあり、
苦戦する場面が多くみられましたが、段々と理解して
楽しくルールを学ぶことができました！！



次は、男女混合でゲームを行いました！

女子生徒にとって男子生徒は、「体格が大きい」ことや「パワーがある」
等、頑張っても性別的に負けてしまうこともあります。
そこで女子生徒は、なかなかボールを持って前に進めなかったり、
積極的に参加できなかったりします。
実際にその出来事を体験した生徒たちは、どんな気持ちに
なったのでしょうか？





各グループに西機教授や学生さんが入り、グループでどのような意見が出ているのかを聞いていただき、
様々なアドバイスをいただくことができました。

実際に体験して出てきた問題や課題を改善するためのルールを決めて、提案しゲームの中に取り入れてみました！
すると、ボールパスやトライを決める回数が増え、男子生徒も女子生徒も抵抗なくゲームを行うことができました！！



実践した独自のルールを少し紹介します！！

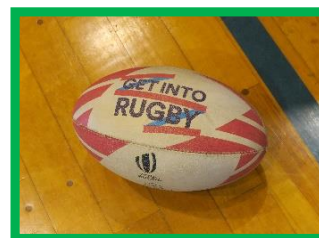
★女子生徒は2本タグを取られたら動けない

★女子生徒へ必ずパスを回す

★女子生徒がトライしたらボーナスポイント！

※中には、ユニークなルールも！！

☆女子生徒がトライしたら「可愛い！」と叫ぶ！！



最後は、自分たちや学生さんからのフィードバックを行いました。
スポーツ以外にも「ジェンダーギャップ」はあります。私たちの気づかない所や場面で、様々なジェンダーギャップが
起こっていることを忘れず、女性スポーツの普及や多様性にも繋げて行きたいと思いました！

西機教授・学生さん、ありがとうございました！！

今年度も、流通経済大学スポーツ健康科学部様から素晴らしい講師の先生方と、頼もしい学生さんが
中央高校スポーツ科学コースのために講義を行ってくださったことに感謝の気持ちでいっぱいです！
普段の高校生活では、なかなか学ぶことができないことも学ぶことができ、生徒たちも興味を持ちながら
楽しんで講義を受けていました！！また、来年度も実施する予定です！！

4日間、貴重な体験をさせていただき、ありがとうございました！！