

## 輝け！未来のアスリート

～オリンピックから実技指導を受けました。～



平成 29 年 12 月 28 日  
永福学園 就業技術科

平成 29 年度「都立特別支援学校におけるスポーツ教育推進事業」の一環で、特別外部指導員としてオリンピックに12月10日（日）はバレーボール部、同23日（土）は陸上競技部の生徒が指導を受けました。両日とも志村学園の施設を利用し、志村学園の生徒と共に充実した時間を過ごしました

### ◇講師と主な実施内容

種目	バレーボール	陸上競技
講師	ソウルオリンピック出場選手 井上 謙（いのうえ ゆずる）氏	アテネ、北京、ロンドンオリンピック出場選手 北京オリンピック4×100mリレー銅メダリスト 高平 慎士（たかひら しんじ）氏
内容	○講演 ○実技指導 ・複数人でのレシーブ練習 ・スパイクの正しいヒットポイントを身に付ける練習 ・次のプレーを予測する練習	○トークセッション ○実技指導 ・スターティングブロックを使用したスタート技術 ・チームのバトンパスについて練習方法 ・スプリント力向上のための補強トレーニング
指導を終えて（顧問より）	井上 謙氏から直接指導を受け、今まで以上にバレーボールが好きになったという感想がありました。部活動に対しての意欲が高まっているのを感じています。 今回、実技指導で教えていただいたレシーブ練習やスパイク練習はポイントを確認し、日々の練習で取り入れています。特に次のプレーのための「準備」への意識が高まっています。 また、質疑応答では試合の状況をイメージしながら練習することやトレーニングについて学ぶことができました。これら学んだことを生徒の実態に合わせて工夫して練習しています。	生徒が日々の練習で感じていた思いや疑問を事前に送ったところ、高平選手より「講演会ではなくトークセッション形式で」との御提案があり、当日は生徒たちの質問に対し高平選手御自身の経験や競技力向上のためのアドバイスをいただきました。 実技指導では、走りの基本動作や短距離走のスタート技術のデモンストレーション、リレーのバトンパスでは日本代表チームの技術についても教えていただきました。 今回の講演・実技指導を受け、生徒の日々の活動への取り組み方がレベルアップしたことを感じます。「オリンピック・パラリンピックスポーツに触れる」にとどまらず、来シーズンへ向けての「競技力向上」を目指してまいります。

（\*）当事業の実施概要は東京都教育庁指導部特別支援教育指導課が指定するスポーツ教育推進校30校において、障害のある児童・生徒のスポーツ教育を推進し、障害にわたってスポーツに親しむ基礎を築き、生涯スポーツの裾野を広げることです。

オリンピック・パラリンピアン等の派遣については指定された30校の中から8校が指定され、全国大会や国際大会で活躍できる選手の育成を目指して行われています。