

平成25年度 十日町市・中魚沼郡保健体育部 活動報告

部長 山崎 喜久治

1 研究主題

子どもたちの意欲と体力を向上させるための指導技術の習得

2 今年度の活動計画

- | | |
|----------------------|---------------------------|
| (1) 役員会 | 4月25日(木) 十日町市中央公民館 |
| (2) SAQトレーニング講習会 | 6月21日(金) 十日町市総合体育館 |
| (3) 教育課程伝達講習会 | 8月23日(金) 十日町市中央公民館 |
| (4) クロスカントリースキー技術講習会 | 1月14日(火) 吉田クロスカントリースキー競技場 |

3 具体的な活動

(1) SAQトレーニング講習会

十日町市スポーツ振興課の予算を活用し、市内のNRO法人「ネージュスポーツクラブ」のインストラクターから子どもたちの巧緻性や敏捷性を育てるSAQトレーニングの指導方法について講習会を開催した。

- ・講師 日本SAQトレーニング協会インストラクター 滝沢 様
- ・参加者数 各校の体育主任を中心に14校16名
- ・講習内容 プリパレーションタイム(ウォームアップ)の概観を理解しその中核を為すダイナミックフレキシビリティの目的と効果を学ぶための講話と実技指導



(2) 教育課程伝達講習(中教研と合同開催)

前半は、平成25年度県小中学校新教育課程研究集会に参加した2名の部員が、当日の資料をもとに伝達講習を行なった。

後半は、「中学年ゴール型ゲーム(ゾーンゴールハンドボール)」の実践報告並びにミニ講話(スポーツマンシップを教えよう)を行なった。



(3) クロスカントリースキー技術講習会

地域の特性として、スキーが冬季の体育授業や課外活動の中心となっている。スキー指導者の育成や新技術の習得を未来的に毎年開催している。

経験や技術により次に3コースを設定する。初心者コース(初めてのクロスカントリースキー)、経験者コース(授業での指導中心)、選手指導コース(吉田コース攻略法など)。約30名の参加予定である。

