

Q10 体育の授業や部活動の指導をするうえで、活用できるニュースポーツはどのような種目があるか。

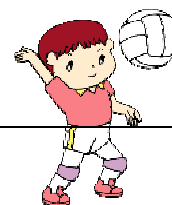
A ニュースポーツとは「新しいスポーツ」ととらわれがちだが、すべてが新しいスポーツというわけではない。古くからあるスポーツを子どもから高齢者まで、誰でも手軽に楽しむことができるように改良したのもたくさんある。生涯にわたって豊かなスポーツライフを送るためには、学齢期にスポーツや運動に親しむ習慣を身につけさせることが大切である。そのためには、それぞれの活動がもつ特有の楽しさ（おもしろさ）を体験させ、興味・関心を持たせることが重要である。

ここでは、体育の授業や部活動の指導において、技能レベル差が現れやすい「バレーボール」と「ソフトテニス」を例に、その指導の導入段階で有効な「ビーチバレーボール」と「ショートテニス」を紹介する。

また、集団の親睦を深めるために効果的な活動である「キンボール」を紹介する。

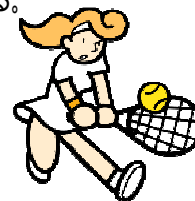
例1 「バレーボール」の指導の導入として「ビーチボールバレー」の活用

よく見かけられる様子	ビーチボールバレーの特徴	期待される効果
<ul style="list-style-type: none"> <li>・ボールに当たる時の痛みを嫌がり、自らボールに触ろうとしない。</li> <li>・技能のレベル差が顕著にあらわれ、取り組む意欲に差がでる。</li> <li>・基本的な技能を身につけていないとラリーが続かないので、ゲームをしても楽しくない。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ビーチボールを使用するので痛みや怪我のおそれがない。</li> <li>・バドミントンコートを使用し、1チーム4人で行うので、必然的にボールに触れる機会が増える。</li> <li>・ボールが軽く、落下スピードが遅いので、簡単にパスをすることができる。</li> <li>・ボールが不規則な変化をするので、瞬時の対応が求められ、面白さが増す。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ボールへの恐怖心がないので、基本的な技術を習得するのに必要となる反復練習がしやすい。</li> <li>・1チームの人数が少ないので、ボールに触れる機会が多くなり、自主的な動きと協調性を養うことができる。</li> <li>・技能の差があってもラリーが続きやすく、誰もがゲームを楽しめる。</li> </ul>




例2 「ソフトテニス」の指導の導入として「ショートテニス」の活用

よく見かけられる様子	ショートテニスの特徴	期待される効果
<ul style="list-style-type: none"> <li>・初心者ではボールを上手くコントロールできず、ラリーがなかなか続かない。</li> <li>・ボールのスピードや変化が大きく、コート内の移動距離も長いので、正確な返球が難しい。</li> <li>・ゲームをすると技能の差が大きく現れ、互いに満足感が得られない。</li> <li>・雨天時には活動できない。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・通常よりも短いラケットとスポンジのボールを使用するため、操作性が良く、ラケットの面さえ合わせることができればラリーを続けることができる。</li> <li>・コートが狭いのでフットワークをあまり必要としない。</li> <li>・スポンジのボールなので、強打をしても途中でスピードが失速し、簡単に打ち返すことができる。</li> <li>・バドミントンのコートを使用して活動できるので、天候に関係なくできる。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・コートが狭いためフットワークをあまり意識せずに、ストロークの基本練習に集中することができる。</li> <li>・初心者であっても、短時間の練習でラリーを続けることができる。</li> <li>・短時間の練習で誰でもゲームをすることができ、テニス本来の楽しさを体験することができる。</li> </ul>



例3 集団の親睦を深めるための活動として「キンボール」の活用

キンボールの特徴及び実施方法	期待される効果
<ul style="list-style-type: none"> <li>・バスケットボールコートの中程の大きさの中で、ピンク、ブラック、グレーの3チーム(1チーム4名)に分かれて活動する。</li> <li>・ヒットするチームが予めキャッチするチーム(色)を指定してから打ち、指定されたチームはボールを床に落とさないように協力してキャッチする。これを繰り返すため、機敏な行動が要求される。</li> <li>・直径1.2mの大きなボールを使用するので、一人では操作することが難しく、友達との協力が必要である。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ゲームではチーム全員がボールに触れなければならないので、自発的な行動がみられるようになる。</li> <li>・活動する上で、かけ声や会話が必要になるので、自然に仲間同士のコミュニケーションが深められていく。</li> <li>・適度な運動量があり、活動後は達成感がある。</li> </ul> 

これまでに紹介したニュースポーツ以外にも学校生活(教育)の中で活用できる種目はたくさんある。それらの用具、器具については芳賀管内市町教育委員会でも所有しており(下記参照)無料で貸し出しを行っている。また、それぞれのニュースポーツのルールや指導法が分からない場合には、各市町教育委員会の社会体育、生涯スポーツ係や体育指導委員に相談するとよい。

芳賀郡市内教育委員会でも所有しているニュースポーツ器具・用具の一覧

(真): 真岡市、(益): 益子町、(茂): 茂木町、(市): 市貝町、(芳): 芳賀町 を示す

ネット型(ネットを挟んで対峙して活動する競技)

ショートテニス (真)(益)(茂)(市)(芳)	バウンドテニス (真)(芳)	ファミリーバドミントン (真)(益)(茂)(市)(芳)	インディアカ (真)(益)(茂)(芳)
ソフトバレーボール (真)(益)(茂)(市)(芳)	ビーチボールバレー (真)		

ターゲット型(的に向かったの正確性を競う競技)

スマイルボーリング (真)(益)(茂)(市)(芳)	ペタンク (真)(益)(茂)(市)	ディスクゲッターナイン (真)(芳)	スカイクロス (真)
ディスクゴルフ (市)	輪投げ (益)		

その他

キンボール (真)(益)(市)(芳)	ティーボール (真)(芳)	ドッジビー (真)(芳)	ユニホック (芳)
-----------------------	------------------	-----------------	--------------

【問合せ先】

真岡市: スポーツ振興課指導係	0285(84)2811
益子町: 生涯学習課社会体育係	0285(70)2727
茂木町: 茂木町民体育館	0285(63)5333
市貝町: 生涯学習課生涯スポーツ係	0285(68)0020
芳賀町: 生涯学習課社会体育係	028(677)5155