

平成28年度 子どもゆめ基金体験の風リレーションシップ事業
 鹿屋体育大学との連携による
おおすみくん家 スポーツキャンプ
～バレーボール編②～

- 1 趣 旨 鹿屋体育大学との連携協力協定に基づき、コミュニケーション能力の向上によるチームづくりや、青少年の体力・運動能力を踏まえたトレーニング法によるスポーツ技術の向上を図ることにより、青少年の自立を支援する。また、事業を通して子どもゆめ基金の普及啓発を図る。
- 2 共 催 国立大学法人 鹿屋体育大学
- 3 期 日 平成29年1月28日（土）～29日（日） 1泊2日
- 4 対 象 者 中学校のバレーボール部員及び指導者
- 5 募集定員 6チーム（80人程度）
- 6 参 加 者 2チーム（43人）
- 7 指 導 者 国立大学法人 鹿屋体育大学教授 濱田 幸二 氏
 国立大学法人 鹿屋体育大学助教 坂中 美郷 氏
 国立大学法人 鹿屋体育大学バレーボール部員15人
 国立大隅青少年自然の家職員（生活指導等）
- 8 日程と主な活動



チーム力を高めよう！			技術の向上をめざそう！		
日	時 間	活 動 内 容	日	時 間	活 動 内 容
1 月 28 日	9:00	受付（鹿屋体育大学）	1 月 29 日	6:00	起床・清掃・荷物移動
	9:10	出会いのつどい		7:00	朝のつどい
	9:30	練習 1		7:30	朝食
	12:00	昼食（弁当）		8:30	鹿屋体育大学へ移動
	13:00	練習 2		9:00	練習 3
	16:30	練習終了		12:00	昼食（弁当）
	16:45	大隅青少年自然の家へ移動		13:00	練習 4
	17:15	オリエンテーション		15:30	練習終了
	17:30	入浴		16:00	別れのつどい
	18:30	夕食		16:30	解散（鹿屋体育大学）
	20:00	学習の時間、指導者向け講義			
	22:00	就寝			

9 事業運営について

鹿屋体育大学との連携協力協定に基づき、主としてチーム向上が図られるように指導内容や指導方向を計画した。

10 事業実際

- (1) 1日目の準備運動後には、個人の運動能力を把握するために、様々な器具を使用して体力測定を行った。その中には、専門的な測定器具もあり、参加者は自分の測定結果に高い関心を持っていた。
- (2) ウォーミングアップでは、バレーボールに関連する様々な動きづくりや体ほぐしの運動を取り入れ、楽しみながら参加者の心と体をほぐしていった。
- (3) 練習では、チームごとに鹿屋体育大学バレーボール部の学生が付き、指導者と密に打合せを行いながら、各チームの課題や要望に応じて効果的な練習ができるようにメニューを組み立てながら行った。
- (4) 個人のスキルアップ練習では、レシーブやパスの基本となる動きや体の使い方などを丁寧に練習した上で、参加者の活動の様子を見ながら個に応じた指導を行った。
- (5) 各活動の導入時には、必ず準備運動を十分行い、参加者の様子を見ながら適宜休憩を入れたことによって、体調を崩したりけがをしたりする参加者はいなかった。

11 参加者の感想

- きついこともあったけど、大学生から丁寧に教えてもらったので、楽しく活動することができた。
(中学生)
- 2日間の練習を通して、あきらめず最後までボールに追うことの大切さ改めて感じた。
(中学生)
- 今回は2校ということもあり、たくさんの学生の方に関わってもらい、技術面や精神面でのスキルアップができた。
(指導者)
- 鹿屋体育大学の学生のみなさんが、1人1人細かく指導していただき、有意義な2日間となった。また、生徒のためにも指導者のためにもなるいい事業でした。
(指導者)

12 成果

- 鹿屋体育大学との連携により、大学トップレベルの選手から質の高い指導を受けることができ、参加者はバレーボールに対する意欲をさらに高めることができた。
- バレーボールに必要な体力を把握することによって、今後の体力トレーニングや練習に具体的に行かすことができる。
- 2日間で行われた様々な指導を受けることによって、参加者のスキルアップだけでなく、先生方にとっても、指導法を学ぶことができる有意義な時間となった。また、チームの課題に対して的確な指導が行われるため、満足度もとても高かった。

