

平成27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 ~

- 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27年6月6日（土）～7日（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 5チーム（60名程度）
- 6 参 加 者 6チーム 110名
 （中学生：90名 引率指導者等：20名）
- 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 鹿屋体育大学バレーボール部員
 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

日	時間	活 動 内 容	日	時間	活 動 内 容
6 月 6 日 (土)	9:00	受付（鹿屋体育大学）	6 月 7 日 (日)	6:00	起床・準備・清掃
	9:10	出合いのつどい		7:00	朝のつどい
	9:30	練習 1		7:30	朝食
	12:00	昼食		8:15	荷物移動・退所点検
	13:00	練習 2		8:40	鹿屋体育大学へ移動
	16:30	練習終了		9:00	練習 3
	17:00	おおすみくん家へ移動		12:00	昼食
	17:20	オリエンテーション		13:00	練習 4
	18:00	入浴		15:30	別れのつどい
	18:40	夕食		16:00	解散
20:00	講義（指導者）				
20:00	学習の時間（生徒）				
22:00	就寝				

9 事業運営について

鹿屋体育大学と連携して，指導内容や練習方法についてプログラムを計画した。



10 事業の実際

- (1) 練習前に専門的な器具を使い体力測定を実施し、現在の個人の体力について、客観的なデータを得た。
- (2) アイスブレイク的な要素を盛り込んだ準備運動やストレッチを行い、参加者の体と心をほぐした。
また、基礎トレーニングにおいても、遊びの要素をふんだんに取り入れ、楽しみながら鍛錬できる工夫が凝らされた。
- (3) 練習では、各チームに鹿屋体育大学バレーボール部の学生が付き、指導者との打合せでチームの課題を明確にしつつ、解決のためのトレーニングメニューを組み立てた。
- (4) 鹿屋体育大学バレー部の学生が、参加者一人一人に見本を示し、丁寧なアドバイスを与えながらトレーニングを行った。
- (5) 女子部員の参加がほとんどだったが、男子も2名参加していたが、女子との合同練習とともに、時折マンツーマンで指導を行うなど柔軟に対応できた。
- (6) 大学生による模擬試合を間近に見学し、各プレー一つ一つについて解説をもらえたことで、より実践的なイメージを持つことができた。
- (7) 夜は、指導者向けに情報交換会を開催し、様々な意見交換などを行い指導者同士のコミュニケーションづくりを行った。
- (8) 2日間を通し、チームの課題に応じた練習メニューを取り入れ、効果的な活動がなされた。

11 成果

鹿屋体育大学との連携により、質の高い指導を受けることができた。また、選手・指導者ともに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。

参加者が増えたが、鹿屋体育大学と密な連絡がとれ、各学校に1コートずつ割り当て、各チームの実情に応じた練習を行うことができた。

はじめに体力測定を実施し、普段計ることができない反応速度などを測定でき、個々の体力（現状）を客観的に把握することができた。

バレーボールを専門としていない顧問教員にとって、数多くのバリエーショントレーニングを知ったこと、また指導者同士のネットワークが構築できたことは大変大きな収穫であったと、好評をいただいた。

