

平成28年度 子供ゆめ基金体験の風リレーシヨンシップ事業 おおすみくん家 スポーツキャンプ～バスケットボール～

- 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 期 日 平成29年2月18日（土）～19日（日） 1泊2日
- 3 対 象 者 中学校バスケットボール部及び指導者、保護者
- 4 募集定員 80人
- 5 参 加 者 62人（中学生55人 顧問・保護者等7人）
- 6 指 導 者 国立大学法人 鹿屋体育大学准教授 木葉 一総 氏
国立大学法人 鹿屋体育大学バスケットボール部員
国立大隅青少年自然の家職員（生活指導等）



7 日程と主な活動

基本の動き			相手とのかけひき		
日	時 間	活 動 内 容	日	時 間	活 動 内 容
2 月 1 8 日	9:00	受 付（鹿屋体育大学）	2 月 1 9 日	6:00	起床・清掃・荷物移動
	9:10	出会いのつどい（開講式）		7:00	朝のつどい
	9:30	ウォーミングアップ		7:30	朝 食
	10:00	練 習 1 ボールさばき		8:15	荷物移動・退所点検
	12:00	昼 食		8:30	鹿屋体育大学へ移動
	13:00	練 習 2 ドリブル基礎		9:00	ウォーミングアップ
	16:00	練習終了		9:30	練 習 3 マンツーマン
		大隅青少年自然の家へ移動		12:00	昼 食
	17:00	オリエンテーション		13:00	練 習 4 フォーマーション
	17:30	入 浴		15:45	練習終了
	18:30	夕 食			わかれのつどい（閉講式）
	20:00	中学生：学習室にて自主学習 指導者：コーチング学習会		16:00	解 散（鹿屋体育大学）
22:00	就 寝				

8 事業運営

- (1) 中学生の大会等のスケジュールについて、バスケットボール協会と協議しながら、参加しやすい日程についてすり合わせを行った。
- (2) 鹿屋体育大学 木葉先生に助言いただきながら、指導内容や練習方法についてプログラムを計画した。
- (3) 夜に、宿題等を行う時間と場所（学習室）を確保した。



9 事業の実際

- (1) 練習前に引率教員と打合せを行い、チームの現状及び課題についての情報を得たのち、大まかな練習の方向性を共有した。
- (2) 全体でのウォーミングアップでは、遊びの要素を取り入れながら、またボールを用いたメニューもなど、さまざまなバリエーションを紹介した。
- (3) ボールの扱い（ハンドリング）や、ステップなどの基礎的なトレーニングを複数紹介し、一人一人が普段行える練習内容の工夫を行った。
- (4) 自主学習の時間では、子供たちは自分の宿題や課題を持ち寄り、静かに学習していた。また引率教員は木葉先生とともに、技術向上や練習方法の工夫等について話し合うとともに、次の日のメニューを相談するなど、積極的な交流がなされた。
- (5) 鹿屋体育大学バスケットボール部の学生が、小グループにつき、参加者に見本を示し、丁寧なアドバイスを与えながらトレーニングを行った。
- (6) フォーメーション練習では、ボールを持っていない時の動きについて、時にはプレーを止めながら丁寧な指導が行われた。
- (7) ウォーミングアップ同様、クーリングダウンについても入念に行い、故障予防のために必要な身体のメンテナンスについて意識啓発を行った。

10 参加者の感想

- バスケが上手くなるための技術的なことや、基本・考え方など、色々なことを学ばせてもらいました。また、自然の家では決められたルールの中で、泊まりを楽しんだり、集団としての行動のありかたを学ぶことができました。本当にありがとうございました。
- この事業に参加して思ったことは、他チームと行動したりするので、交流がとても深まったと思います。また運動面も生活面でも、自分で動くということが大切だと気付きました。

11 成 果

- 小グループでの練習により、個々の課題に応じた丁寧な指導ができ、課題の発見や克服についてしっかり認識することができた。
- 学校間の交流により、生徒・引率者とも自己をふりかえる機会を得ることができ、指導のヒントなどを持ち帰ることができた。
- 鹿屋体育大学バスケットボール部と連携したスポーツキャンプを実施できたことで、さらなる連携が深まった。

