

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①～**

- 1 趣 旨 鹿屋体育大学との連携により、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28年6月4日（土）～5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 6チーム（80人程度）
- 6 参 加 者 6チーム 127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 鹿屋体育大学女子バレーボール部員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

日	時間	活 動 内 容	日	時間	活 動 内 容	
6 月 4 日 (土)	9:00	受付（鹿屋体育大学）	6 月 5 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	情報交換会（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、各チームの要望を聞い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、現在の個人の体力を把握させた。
- (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。
- (3) 練習では、各チームに鹿屋体育大学女子バレー部の学生が付き、指導者との打ち合わせを行い、チームの課題を明確にし、解決のための基本トレーニングを行った。
- (4) 鹿屋体育大学女子バレー部の学生が、参加者一人一人に的確なアドバイスを丁寧に伝えながら一緒にトレーニングを行った。
- (5) 初心者に近い中学生に対しても、丁寧にレシーブやトス練習を個別に指導をしていた。
- (6) 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。
- (7) 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 参加者の感想

- 大学生から教えてもらうので、中学生にとって大変刺激になり、自然の家に宿泊させてもらって、チームづくりの上でありがたかった。(指導者)
- とても自分がレベルアップできたと思う。(生徒)
- さらにバレーボールが好きになった。(生徒)

## 12 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。
- 昨年度と同様には3コートに分かれて行えたことにより各チームの実情に応じた練習を行うことができた。
- 体力測定を実施することで、個々の体力(現状)を把握することができた。
- 夜の情報交換会では、段取りを指導者が主体となっで行い、練習方法や子供たちの育成について意見を交換し、指導者同士の交流を深めることができた。

