

パラスポーツ体験@栗山高校

12/5(木) ブラインドマラソンとインディアカを実施! 本日は介護

福祉学校の1年生
が来校してくださ
りみんなで実施!

まずは8Gにわ
かれてアイスプレ
イク。介護福祉学校の

生徒さんはエスコートがうまいですね! ありがとうございます!



これがインディアカの羽根です!

① ブラインドマラソン

最初はゆっくり歩いて、感覚をつかみ慣れたらランニングに切りかえました。ポールやコーンをよけるため、声をしっかりとかけないと~!!という場面も!

勢いの良いチームはゴムで作られた「きずな」を切ってしまうところも。**「道具がないからできない」ではなく、「ありもので工夫して楽しむ」こともアダプテッドスポーツには大事なこと!**



くりやまマラソンのときに実際に見たという生徒もいました!



<https://youtu.be/f1qOGBWTuN4?si=1MIN3RDW1Nm5oFul>

=振り返り=

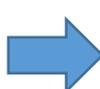


各グループとも、色々な話し合いがされていました。今回は「きずな」を専用ロープではなくゴム紐で代用しましたが、細くて不安を感じたという意見もありました。そういう気づきも大事です。

もし、災害の際にまわりに目の見えない方がいたら、あなたなら何を「きずな」にしますか?

何が代用品になるでしょう?

何が適しているでしょう?



どんな声掛けをしたら安心するでしょう? 日頃から考えておくことも大事だと今回の体験を通して先生も思いました。

②インテアカ

バドミントンのネットを挟んで、羽根を打ち合うスポーツ。今回はラリーを楽しむようにルールを工夫。ラリーを続けるにはどんなことに気を遣うといいでしょうね？

後ろの人が返すときにどっちに向いていたかカバーできるかな？間に落ちるものはどうやったら取れる？



<https://youtu.be/wtVIWOS1Oso?si=vWyUD47u419u6BrU>



つなぐためには**相手のことを考えることが最重要！**自分が取りに行くのか任せるのかも相手に伝わるように。そんな声掛けはできただろうか？

また、**前衛にいた人たち。後ろでずっと見守っている仲間に打たせる声掛けはできたかな？**みんなでやる競技でそこに気づけた人はいたでしょうか？参加できていない人に「変わりますか」の声

掛けができると最高なんですよね～。
次回に期待！



.....**頑張れ！部活動！**.....

11月のバドミントンの選抜大会に1年生も出場しました。ダブルスと、団体戦に出場し、**見事団体戦1月の全道大会出場！**そして、**2年生のダブルス1組とシングルス1名も全道決定！**部活動への入部は4月のみではありません。ぜひ自分のやりたいことに挑戦するために顔を出してみてください！経験は問いませんので、色々やってみよう！

