

令和元年度地域スポーツ人材活用実践支援事業
事業報告書

群馬県教育委員会

目 次

I 事業のねらいと内容	1
1 事業のねらい	
2 事業の内容	
3 対象	
4 事業の具体的内容	
5 事業の経過	
II 運動部活動状況調査	2
1 調査概要	
2 調査結果の概要	
III 実践研究事例	11
1 アスレティックトレーナー活用校例	
(1) 前橋市立第三中学校	(バスケットボール部、ソフトテニス部、剣道部)
(2) 高崎市立高南中学校	(ソフトボール部)
(3) 藤岡市立東中学校	(陸上競技部、サッカー部、バレーボール部、剣道部 ソフトテニス部、バスケットボール部)
(4) 富岡市立西中学校	(ソフトテニス部)
(5) 安中市立第一中学校	(ソフトテニス部、新体操部、陸上部、卓球部、 バスケットボール部、ソフトボール部、軟式野球部)
(6) 沼田市立多那中学校	(ソフトテニス部)
2 専門的技術指導員活用校例	24
(1) 前橋市立鎌倉中学校	(剣道部)
(2) 前橋市立鎌倉中学校	(卓球部)
(3) 前橋市立大胡中学校	(男子剣道部)
(4) 前橋市立大胡中学校	(女子剣道部)
(5) 玉村町立玉村中学校	(女子バレーボール部)
(6) 玉村町立南中学校	(柔道部)
(7) 藤岡市立東中学校	(柔道部)
(8) 藤岡市立北中学校	(柔道部)
(9) 藤岡市立小野中学校	(女子卓球部)
(10) 藤岡市立小野中学校	(男女バスケットボール部)
(11) 藤岡市立西中学校	(男女卓球部)
(12) 沼田市立沼田東中学校	(剣道部)
(13) 沼田市立薄根中学校	(剣道部)
(14) みなかみ町立水上中学校	(バスケットボール部)
(15) 桐生市立桜木中学校	(駅伝部)
(16) 桐生市立黒保根中学校	(卓球部)
IV 地域スポーツ人材指導者研修会	41
1 研修会概要	
2 参加者名簿	
V 成果と課題	43
1 成果	
2 課題	
VI おわりに	44

I 事業のねらいと内容

1 事業のねらい

スポーツ医科学等の専門的な知見を有する外部指導者の活用を通して、中学校における組織的な指導体制の整備、適切な指導内容・方法の定着等、運動部活動指導の工夫・改善を図る。

2 事業の内容

- (1) スポーツ医科学等の専門的な知見を有する指導者の活用を通して、中学校における組織的な指導体制の整備、適切な指導内容・方法の定着等、運動部活動指導の工夫・改善を図る。
- (2) 学校におけるスポーツ指導者活用の実践的な調査を実施し、スポーツ指導者の活用上の課題とその対応策を検討する。
- (3) 専門的技術指導員を対象に、科学的トレーニング方法、運動部活動の意義、学校全体の目標や方針の理解、適切な指導方法等に係る研修会を実施し、指導者の資質向上を図る。

3 対象

外部指導者の活用を必要とする中学校の中から募集し、派遣に係る予算内の人数とする。また、対象者選定に関しては、運動部活動指導等の実績のある者とする。

4 事業の具体的内容

- (1) 地域スポーツ人材外部指導者の活用
 - A アスレティックトレーナーの活用
 - ① 1校につき、原則として4回の活用とする。
 - ② 1回の指導時間は、2時間程度とする。
 - B 地域の優秀な専門的技術指導者の活用
 - ① 1運動部（1校）につき、原則として18回の活用とする。
 - ② 1回の指導時間は、2時間程度とする。
- (2) 地域スポーツ人材運動部活動指導者研修会への参加
 - ① 受講者は委嘱を受けた専門的技術指導員とする。
 - ② 研修内容は、科学的トレーニング方法、運動部活動の意義、学校全体の目標や方針の理解、適切な指導方法、スポーツ傷害の予防等に関することとする。

5 事業の経過

・実施要項通知発送	4月18日（木）
・希望調査票の提出	5月22日（水）
・活用決定及び委嘱状発送	6月 6日（木）
・外部指導者の派遣開始	6月17日（月）
・地域スポーツ人材研修会の実施	6月26日（水）
・外部指導者の派遣終了	1月19日（日）
・調査実施	1月下旬
・事業活用校より事業報告の提出	2月 7日（金）
・報告書のまとめ	3月上旬

II 運動部活動状況調査

1 調査概要

○調査の目的

本県の運動部活動における地域スポーツ人材活用実施状況について調査を行い、地域スポーツ人材活用による運動部活動実施にかかわる課題を把握し、適切な運動部活動の実施に資する。

【調査対象と人員】

- 事業活用校管理職 B-16校 計 12人
- 地域スポーツ人材活用運動部活動顧問 A-6校 計 15人
B-16部 計 17人
- 地域スポーツ人材活用運動部中学校生徒 A-1~3年男子 85人、女子 99人 計 184人
B-1~3年男子 155人、女子 134人 計 289人
- 地域スポーツ人材外部指導者 A-6校 計 6人
B-16部 計 16人

○標本学校数

- ・地域スポーツ人材活用中学校 18校

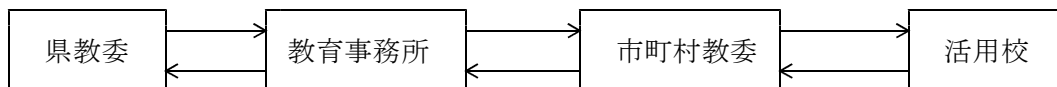
○標本抽出法

- ・事業活用校管理職 12名
- ・地域スポーツ人材活用中学校運動部活動顧問 32名
- ・地域スポーツ人材活用中学校運動部生徒 1~3年生全員 473名

【内訳】(部活動別人数)

- | | | |
|--------------|----------------|--------------|
| 新体操 (7名) | 陸上競技 (74名) | 軟式野球 (22名) |
| ソフトボール (8名) | バスケットボール (68名) | バレーボール (12名) |
| ソフトテニス (55名) | 卓球 (104名) | 柔道 (27名) |
| 剣道 (96名) | | |

○配布・回収方法



○調査実施の時期

令和2年1月下旬 (管理職・顧問・生徒・地域スポーツ人材外部指導者)

○調査後の日程

- | | |
|---------------|-----------------|
| 令和2年1月上旬 | 調査用紙配布 |
| 令和2年1月中旬 | 調査実施 |
| 令和2年2月 5日 (水) | 回収・市教委へ提出 |
| 令和2年2月12日 (水) | 市町村教委から教育事務所へ提出 |
| 令和2年2月19日 (水) | 教育事務所から県教委へ提出 |
| 令和2年3月上旬 | 調査結果まとめ |
| 令和2年3月中旬 | 県内各市町村へ報告 |

2 調査結果の概要

(1) 生徒の満足度について

A－アスレティックトレーナー

アスレティックトレーナーに指導していただいたことについて、生徒の約96%が「良かった」「どちらかといえば良かった」と回答し、アスレティックトレーナーの活用が有効であったと認める回答が多くを占めた。

<トレーナーに指導していただいたことについて、どのように感じていますか>

【単位：人（%）】

	良かった	どちらかといえば 良かった	どちらかといえば 良くなかった	良くなかった	無回答
生徒	131 (71.2%)	45 (24.5%)	4 (2.2%)	0 (0%)	4 (2.2%)

※「どちらかといえば良くなかった」と答えた主な理由

- 専門用語が多くて、少し分からないところがあった。
- きついメニューがあった。
- 基礎的な動きが多く、専門的なことをしたかった。

B－専門的技術指導員

専門的技術指導員に指導していただいたことについて、生徒の約97%が「良かった」「どちらかといえば良かった」と回答し、外部指導者の活用が有効であったと認める回答が多くを占めた。

<専門的技術指導員に指導していただいたことについてどのように感じていますか>

【単位：人（%）】

	良かった	どちらかといえば 良かった	どちらかといえば 良くなかった	良くなかった	無回答
生徒	228 (78.9%)	53 (18.3%)	6 (2.1%)	1 (0.3%)	1 (0.3%)

※「どちらかといえば良くなかった」「良くなかった」と答えた主な理由

- 練習がきつかった。
- 外部指導者と意見が合わないことがあった。

(2) 外部指導者による効果

A－アスレティックトレーナー

アスレティックトレーナーの活用による効果として、約半数の顧問が「専門的な実技指導により、活動が活性化した」「けがや事故防止につながった」と回答した。生徒では、「けがや事故防止につながった」「活動意欲が高まった」との回答が多かった。

<アスレティックトレーナーに指導していただいてどのような効果がありましたか>

【複数回答 単位：人（％）】

	個に応じた指導が可能となり、部員の活動意欲が高まった	専門的な実技指導により、活動が活性化した	部員の技能が高まり、競技力が向上した	顧問の実技の指導力の向上につながった	顧問の負担軽減が図れた	けがや事故防止につながった	その他 分らない
顧問	3 (20.0%)	7 (46.7%)	1 (6.7%)	3 (20.0%)	1 (6.7%)	7 (46.7%)	2 (13.3%)
生徒	81 (44.0%)	33 (17.9%)	54 (29.3%)	—	—	87 (47.3%)	22 (12.0%)

B－専門的技術指導員

専門的技術指導員の活用による効果として、全ての回答者が1番に「部員の技能が高まり、競技力が向上した」と回答した。管理職では「個に応じた指導が可能となり、部員の活動意欲が高まった」との回答も多かった。顧問では「個に応じた指導が可能になり、部員の活動意欲が高まった」「専門的な実技指導により、活動が活性化した」との回答も多かった。生徒では約半数が「個に応じた指導により、部員の活動意欲が高まった」ことを効果としている。

<専門的技術指導員の協力を得て、どのような効果がありましたか>

【複数回答 単位：人（％）】

	個に応じた指導が可能となり、部員の活動意欲が高まった	専門的な実技指導により、活動が活性化した	部員の技能が高まり、競技力が向上した	顧問の実技の指導力の向上につながった	顧問の負担軽減が図れた	地域に開かれた運動部活動となった	地域のスポーツ団体と野連携が深まった
管理職	9 (75.0%)	4 (33.3%)	10 (83.3%)	3 (25.0%)	8 (66.7%)	1 (8.3%)	1 (8.3%)
顧問	11 (64.7%)	11 (64.7%)	13 (76.5%)	7 (41.2%)	8 (47.1%)	3 (17.6%)	2 (11.8%)
生徒	142 (49.1%)	96 (33.2%)	198 (68.5%)	—	—	12 (4.2%)	—

(3) 外部指導者活用における課題

Aーアスレティックトレーナー

顧問とトレーナーの共通の課題としては、「日程調整が難しい」ということが挙げられた。顧問は、「生徒の意識と指導内容の差」や「正しい動きの習得」に課題を感じている。また、トレーナーは「先生と生徒の意欲の差」や「生徒の発育や意欲に個人差があり、個別指導の必要性」を課題として挙げている。

- 顧問 ○日程調整が難しく、人数にあった会場が必要である。
 ○生徒の意識と指導内容に差があり、部活動の実態に合っていないように感じた。
 ○生徒が正しい動きで行えているか確認する必要がある。
- トレーナー ○生徒の発育や部活動への取組意欲に個人差があり、それぞれに合った指導が理想だが難しい。
 ○先生と生徒の間で意欲の差が大きい。
 ○学校行事や部活動の時間等でスケジュール調整が難しい。

Bー専門的技術指導員

管理職や顧問、専門的技術指導員が感じている一番の課題は、「指導日数や時間が限られている」ということであった。生徒が感じている一番の課題は、「顧問と外部指導者の指導方針が異なり、生徒に迷いが生じる」とあり、管理職も課題と感じている割合が多い。「顧問と外部指導者との役割分担や責任が分からない」ことを課題としている顧問や専門的技術指導員もいる。

<専門的技術指導員を活用する時に、あなたが課題になると感じたことがありましたか>

【複数回答 単位：人(%)】

	顧問の先生が外部指導者に任せてしまう	顧問の先生と外部指導者の指導方針が異なり、生徒に迷いが生じる	顧問の先生と外部指導者との役割分担や責任が分からない	練習内容に課題がある	指導日数や時間が限られている	指導を受けたい日に指導してくれる外部指導者がいない	外部指導者と保護者の連携について課題がある	外部指導者の情報が少なく外部指導者の確保が難しい	今のところ特にな	その他わからない
管理職	0 (0%)	4 (33.3%)	2 (1.7%)	2 (1.7%)	7 (58.3%)	4 (33.3%)	1 (8.3%)	4 (33%)	2 (2%)	—
顧問	1 (5.9%)	2 (11.8%)	4 (23.5%)	0 (0%)	6 (35.3%)	1 (5.9%)	1 (5.9%)	1 (5.9%)	7 (41%)	2 (12%)
生徒	—	44 (15.2%)	—	25 (8.7%)	41 (14.2%)	23 (8.0%)	—	—	152 (53%)	38 (13%)
専門的技術指導員	1 (6.3%)	0 (0%)	2 (12.5%)	0 (0%)	5 (31.3%)	—	0 (0%)	—	9 (56%)	1 (6%)

(4) 外部指導者活用への期待①

B－専門的技術指導員

専門的技術指導員の活用にあたりどのような人を期待するかについては、多くの管理職は「学校や部活動の指導方針を理解してくれる指導者」と回答している。

<専門的技術指導員の活用を得る場合、どのような人を期待しますか>【単位：人（％）】

	人間性豊かな指導者	学校や部活動の指導方針を理解してくれる指導者	しっかりとした技術を持ち、生徒のことを考えて指導してくれる指導者	熱意のある指導者	競技力の高い指導者	その他	無回答
管理職	0 (0%)	10 (83.3%)	2 (16.7%)	0 (0%)	0 (0%)	0 (0%)	0 (0%)

(5) 外部指導者活用への期待②

B－専門的技術指導員

専門的技術指導員にどのような指導を期待するかについて、顧問や生徒は「技術や競技力の向上を重視する指導」を最も期待している。管理職は「スポーツの楽しさや喜びを重視する指導」を最も期待している。管理職や顧問は「ルールやマナーを重視する指導」を期待している割合も高い。

専門的技術指導員は「生徒の自主性を尊重する指導」を最も心がけ、「技術や競技力の向上を重視する指導」「ルールやマナーを重視する指導」も心がけており、学校側の期待に応えた指導をしていることがわかった。

<専門的技術指導員にどのような指導を期待しますか>【複数回答 単位：人（％）】

	技術や競技力の向上を重視する指導	体力の向上を重視する指導	ルールやマナーを重視する指導	スポーツの楽しさや喜びを重視する指導	生徒の自主性を尊重する指導	生徒と一緒に活動することを重視する指導
管理職	8 (66.7%)	2 (16.7%)	9 (75.0%)	11 (91.7%)	4 (33.3%)	1 (8.3%)
顧問	14 (82.4%)	4 (23.5%)	11 (64.7%)	10 (58.8%)	2 (11.8%)	2 (11.8%)
生徒	237 (82.0%)	107 (37.0%)	73 (25.3%)	139 (48.1%)	55 (19.0%)	64 (22.1%)

<どのような指導を心がけているか>（専門的技術指導員）【複数回答 単位：人（％）】

	競技力の向上を重視する指導	健康・体力の向上を重視する指導	ルールやマナーを重視する指導	スポーツの楽しさや喜びを重視する指導	生徒の自主性を尊重する指導	事故防止、安全第一を重視する指導	学校の教育方針に沿った指導
専門的技術指導員	9 (56.3%)	6 (37.5%)	10 (62.5%)	5 (31.3%)	11 (68.8%)	6 (37.5%)	9 (56.3%)

(6) 外部指導者に協力を得ている理由

A－アスレティックトレーナー

顧問がアスレティックトレーナーに協力を得ている理由は、「部員の技能を高め、競技力の向上を図るため」が一番多く、次に「生徒の多様なニーズに応えるため」が多かった。顧問は、生徒や部員のことを考え、協力を得ていることがわかった。

<アスレティックトレーナーの協力を得ている理由な何ですか> (顧問)

【複数回答 単位：人(%)】

	生徒の多様な ニーズに応え るため	部員の技能を 高め、競技力 の向上を図る ため	専門的な実技 指導ができな いため	顧問の負担 軽減を図るた め	自分自信の 指導力向上 のため	学校の運動部 活動全体の活 性化のため	地域に開かれ た学校づくり の一環のため	その他
顧問	5 (33.3%)	12 (80.0%)	0 (0%)	1 (6.7%)	2 (12.5%)	3 (20.0%)	2 (12.5%)	1 (6.7%)

<どのような指導を心がけているか> (アスレティックトレーナー)

- 指導した内容がどのような場面に生かされるか説明しながら指導した。
- 生徒が理解できる言葉を用いた指導を心がけた。
- 顧問の要望を聞き、要望に添った指導内容を心がけた。
- 生徒の感想や意見を次回の指導に取り入れようとした。
- 科学的根拠に基づいた指導を行った。
- トレーニング指導に加え、傷害予防や傷害対応について内容を加えた指導を心がけた。
- 普段の練習でも取り入れやすい、自主練習しやすい内容を取り扱った。

B－専門的技術指導員

専門的技術指導員に協力を得ている理由は、「部員の技能を高め、競技力の向上を図るため」が一番多かった。次に多かったのは、管理職では、「顧問の負担軽減を図るため」「専門的な実技指導ができないため」、顧問では「顧問の指導力向上のため」「専門的な実技指導ができないため」「生徒の多様なニーズに応えるため」であった。

<専門的技術指導員の協力を得ている理由な何ですか> 【複数回答 単位：人(%)】

	生徒の多様な ニーズに応え るため	部員の技能を 高め、競技力 の向上を図る ため	運動部の休・ 廃部防止対 策のため	専門的な実技 指導ができな いため	顧問の負担 軽減を図るた め	顧問の指導 力向上のため	学校の運動 部活動全体 の活性化の ため	地域に開かれ た学校づくり の一環のため
管理職	1 (8.3%)	10 (83.3%)	0 (0%)	6 (50.0%)	8 (66.7%)	2 (16.7%)	0 (0%)	1 (8.3%)
顧問	7 (41.2%)	16 (94.1%)	0 (0%)	7 (41.2%)	3 (17.6%)	8 (47.1%)	—	3 (17.6%)

(7) 外部指導者との共通理解について

Aーアスレティックトレーナー

<顧問からお願いされていることは何ですか>

- 夏季・冬季のトレーニングプログラムの指導
- 走力やフットワーク、体力向上の指導
- 中学生に合わせた体幹トレーニングなどの基礎づくり
- ウォーミングアップやクーリングダウンのメニュー作成及び指導
- 競技に応じた身体の動かし方、使い方に準じたトレーニング指導
- ストレッチや傷害予防について

Bー専門的技術指導員

専門的技術指導員と共通理解を図った内容として、管理職はほぼ全員が「学校の部活動指導方針」を挙げ、次に「顧問と外部指導者の役割分担」が多かった。顧問は主に「学校の部活動指導方針」と「個々の生徒理解」、専門的技術指導員は主に「学校の部活動指導方針」と「実技の指導法」について、共通理解を図っていた。

<専門的技術指導員と共通理解を図った主な内容は何ですか> (管理職・顧問)

<学校からお願いされていることは何ですか> (専門的技術指導員)

【複数回答 単位：人(%)】

	実技の指導法	顧問と外部指導者の役割分担	個々の生徒理解	学校の部活動方針の共通理解	体罰防止のぼうしについて	スポーツ障害防止について	その他
管理職	2 (16.7%)	5 (41.7%)	4 (33.3%)	11 (91.7%)	2 (16.7%)	0 (0%)	1 (8.3%)
顧問	10 (58.8%)	4 (23.5%)	13 (76.5%)	13 (76.5%)	2 (11.8%)	0 (0%)	0 (0%)
専門的技術指導員	11 (68.8%)	3 (18.8%)	3 (18.8%)	11 (68.8%)	2 (12.5%)	0 (0%)	0 (0%)

(8) 各対象ごとの主な結果

○顧問

Aーアスレティックトレーナー

【該当顧問の年齢と男女比】

【単位：人(%)】

20代男性	20代女性	30代男性	30代女性	40代男性	40代女性	50代男性	50代女性
3 (20.0%)	2 (13.3%)	3 (20.0%)	1 (6.7%)	3 (20.0%)	0 (0%)	1 (6.7%)	2 (13.3%)

B－専門的技術指導員

【該当顧問の年齢と男女比】

【単位：人（％）】

20代男性	20代女性	30代男性	30代女性	40代男性	40代女性	50代男性	50代女性
4 (23.5%)	1 (5.9%)	6 (35.3%)	1 (5.9%)	1 (5.9%)	3 (17.6%)	0 (0%)	1 (5.9%)

○外部指導者

A－アスレティックトレーナー

職業	人数(人)	割合(%)	資格
理学療法士	6	100%	県スポーツ協会公認

B－専門的技術指導員

専門的技術指導員の職業は、「無職」が6人「会社員・団体職員」が5人と多く、「公務員」が3人「商工業（自営）」が2人であった。

<あなたの職業を教えてください>

職業	人数(人)	割合(%)	職業	人数(人)	割合(%)
会社員・団体職員	5	31.3%	会社役員・団体役員	0	0%
農林業(自営)	0	0%	パート・アルバイト	0	0%
商工業(自営)	2	12.5%	無職	6	37.5%
公務員	3	18.8%	その他	0	0%

専門的技術指導員の競技経験や指導経験については、「現在も競技を続けている」が6人「指導者資格等を持っている」が5人と多く、「学生時代に競技経験がある」が3人「競技経験はないが、指導者としての経験がある」が2人であった。専門競技の経験があり、技能や知識が豊富な外部指導者に依頼していることがうかがえる。

<あなたは担当している運動部の競技経験や指導経験がありますか>

ア 学生時代等に競技経験がある	3人(18.8%)
イ 競技経験はないが、指導者としての経験がある	2人(12.5%)
ウ 現在も競技を続けている	6人(37.5%)
エ 指導者資格等を持っている	5人(31.3%)
オ 無回答	0人

○外部指導者活用についての主な意見

A－アスレティックトレーナー

【顧問】

- トレーニングの専門家に来校してもらえることは、生徒の刺激になった。
- 自分自身の勉強にもなり、指導力向上につながりました。
- 違うトレーニング方法も教えていただきたく、ぜひまたお願いしたいです。(2)

【生徒】

- もっと頻繁に講習を受けたい。(多数)
- 家でも活用しています。
- 毎日来てくれるトレーナーがほしい。
- 部活動全体で、活動の一環としたい。(多数)
- 柔軟体操やアップなど、いろいろな方法をもっと紹介してほしい。(多数)
- 競技につながる動きをもっと教えてほしい。(多数)

【アスレティックトレーナー】

- 顧問の先生には、普段考えている課題や「こんなことをしてほしい」という具体的な要望など遠慮なく相談していただきたい。
- アスレティックトレーナーを広く活用していただきたい。

B－専門的技術指導員

【管理職】

- 今後ますます学校現場において必要性が高まると思います。学校教育の部活動を理解し、技術面・精神面共に指導できる指導者が地域で増えることを期待しています。
- 今までボランティアで行っていただいていたので、金銭的な部分で支援できた。
- 大変ありがたい制度なので、充実していくことを期待しています。

【顧問】

- 外部指導者の活用が今後も行われていくことを強く希望します。
- 回数や謝礼を増やしていただきたい。
- 指導の難しい教員が顧問となる場合、外部指導者の活用・協力は必須であります。
- 生徒の意欲が高まり、一人一人へより多くの方面からの指導が可能になりました。

【生徒】

- 体力や技能が高くなった。スポーツの楽しさやルールを知ることができた。(多数)
- 外部指導者が来てくれて、感謝している。(多数)
- もっと強くなりたい。外部指導者が多い学校は有利だと思う。
- 外部指導者の日数を増やしてほしい。(多数)
- 個人の能力に合った練習メニューを考案してもらいたい。
- 精神面のサポートもしていただけるとチームが活発になり、活躍できると思います。
- もっとたくさんを知りたい。

【外部指導者】

- 限られた時間での指導なので、顧問との共通理解の下で進めていく必要がある。
- 顧問あつての外部指導者なので、顧問とうまく連携しながら指導することが大切。
- 部活動は生徒指導の一面もあり、生徒の良いところを認めほめ伸ばせるようにしたい。

Ⅲ 実践研究事例

1 アスレティックトレーナー活用校例

No.	学 校 名	部 活 動 名
1	前橋市立第三中学校	バスケットボール部、ソフトテニス部 剣道部
2	高崎市立高南中学校	ソフトボール部
3	藤岡市立東中学校	陸上競技部、サッカー部、バレーボール部 剣道部、ソフトテニス部 バスケットボール部
4	富岡市西中学校	ソフトテニス部
5	安中市立第一中学校	ソフトテニス部、新体操部、陸上部 卓球部、バスケットボール部 ソフトボール部、軟式野球部
6	沼田市立多那中学校	ソフトテニス部

(1) 前橋市立第三中学校

活用日 及び 指導内容	・活用日と指導を受けた内容（対象や人数等）を記入
	1 8月 5日（月） （男女テニス＋女子バスケットボール 計28名） ①障害予防 ②身体機能チェック ③コンディショニング
	2 8月 8日（木） （女子バスケットボール＋剣道部 計25名） ①身体機能チェック ②体幹機能強化
	3 8月19日（月） （男女テニス＋女子バスケットボール 計28名） ①コーディネーショントレーニング ②体幹機能強化
	4 12月25日（火） （女子テニス 計12名） ①アジリティ・トレーニング ②スタビリティ・トレーニング ③上半身と下半身の連動 ④クイックネス・トレーニング ⑤サーキット・トレーニング
	合計 4回
成果や課題等	<p>【成果】</p> <p>①段階的に指導してもらうことができ、生徒がわかりやすい。 ②将来を見据えた指導なので、1人でトレーニングすることができる。 ③自分の身体を簡易的な徒手検査等で調べることができる。 ④毎回プリントを用意していただけるため、家に持ち帰って確認することができる。</p> <p>【課題】</p> <p>ありませんでした。</p>

○実施内容

<p>【講義 コンディショニングの必要性】 なぜ、スポーツ選手にコンディショニングが必要か</p>	<p>【徒手検査 セルフチェック】 自分の体の状態を知るための検査方法の指導を受ける。</p>
	
<p>【トレーニング】 体幹を鍛える意味の講義とトレーニング方法</p>	<p>【まとめ】 今までの指導で教わってきたものの複合、サーキットトレーニング方法の指導。</p>
	
<p>【生徒の感想】</p>	
<p>・先生とのトレーニングでは、私の知らない専門的な言葉や体の使い方を教えてくれるのでとても勉強になりました。テニスで活躍できるように自分の課題を意識して取り組みました。私はボールに追いつくスピードが遅いので、スタートを早くできるように教えてもらったサーキットトレーニングを続けていきたいと思っています。</p>	<p>・私が一番印象的だったのは体幹トレーニングでした。初めは体幹の意味が分かっていなかったけれど、スポーツにおいてとても大事な力なのだと分かりました。夏休みに教えてもらってから家でも体幹トレーニングを続けています。少しずつボールを打つ事が安定してきたように感じます。これからも、試合で一つでも多く勝てるように頑張っていきたいと思っています。</p>

(2) 高崎市立高南中学校

活 用 日 及 び 指 導 内 容	<p>・活用日と指導を受けた内容（対象や人数等）を記入</p> <p>1 9月7日（土） 活動前の体幹トレーニング効果も含んだ準備体操の仕方について 女子ソフトボール部1・2年生8名</p>
	<p>2 10月19日（土） 走力アップのためのトレーニングと走り方のコツ 女子ソフトボール部1・2年生8名</p>
	<p>3 11月16日（土） 前回の復習と持久力アップのためのトレーニング 女子ソフトボール部1・2年生8名</p>
	<p>4 12月14日（土） 3回の講習内容の確認 女子ソフトボール部1・2年生8名</p>
	合計 4 回
成果や課題等	<p>専門のトレーナーの方に指導していただくことで、顧問だけが指導するよりも、普段取り組むことに対して意識の高まりがある。</p> <p>このトレーニングがどのような効果があるのかきちんと説明した上で取り組むので、動かし方などが明確になって生徒自信でも確認がしやすい。</p> <p>少人数に対応してもらえたので、生徒の実情にあった内容を考えてきてもらえて、生徒たちも取り組みやすかった。</p>

○実施内容

【走力向上】

説明文：体幹を意識するための姿勢を確認



【俊敏性強化】

説明文：俊敏性を向上させるためのトレーニング



【走力向上】

説明文：体幹・蹴り足・腕の使い方を連動させる意識付け



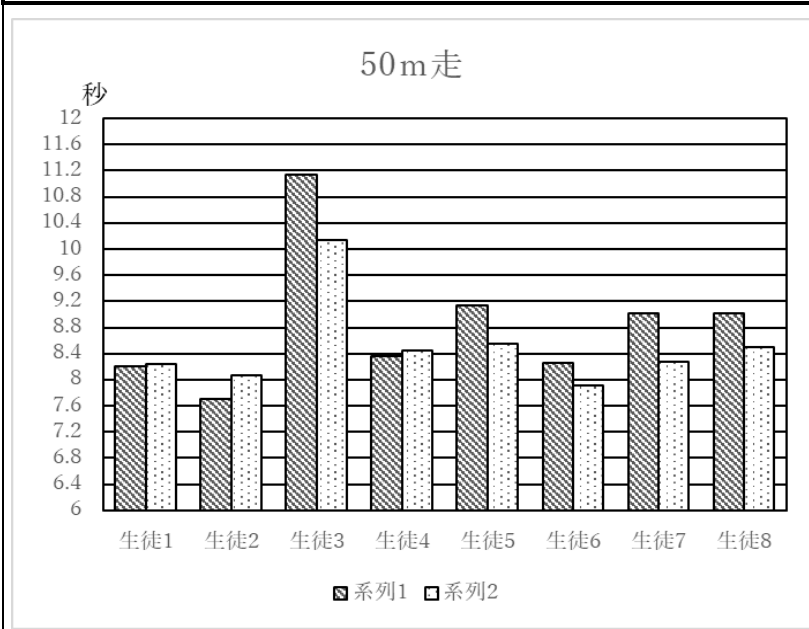
【タイトル：持久力向上】

説明文：心配能力を向上させるためのトレーニング



【50m走の記録 2回目の講習と4回目の講習での比較】

生徒8人分のトレーニングに取り組む前と、取り組んだ後の比較



特に1年生（生徒5～8）に
タイムの向上がみられた。

(3) 藤岡市立東中学校

活 用 日 及 び 指 導 内 容	<p>・活用日と指導を受けた内容（対象や人数等）を記入</p>
	<p>1 8月7日（水） 生徒120名 顧問10名 熱中症予防・ストレッチの講習 ①熱中症についての講習 ②ストレッチの重要性と使い分け（動的・静的） ③ストレッチの実技講習</p>
	<p>2 8月22日（木） 生徒105名 顧問8名 体幹トレーニング ①体幹トレーニングの実技講習 ③質問タイム</p>
	<p>3 8月28日（水） 生徒68名 顧問5名 スポーツ障害・アイシングの講習 ①アイシングについての実技講習 ②質問タイム</p>
	<p>4 12月27日（金） 生徒34名 顧問2名 ラダートレーニング・ストレッチ・体幹の講習と実技 ①質問タイム</p>
	合計 4 回
成 果 や 課 題 等	<p>・何のために、どこを鍛え、この運動で何の怪我を予防するのか、何の運動に役立つのかなど具体的な説明とともに実技講習をしていただき、生徒・顧問共に勉強になった。運動の効果も理解してできるのでとてもよい。</p> <p>・障害の防止やケアなど成長期の生徒に合わせて実技や質問に答えて頂き、実際のケガや日頃の体のケアなど有意義な講習となった。</p> <p>・課題は、講習内容の活用の仕方。また、生徒自身の自覚不足から、楽な動きをして、実際に鍛えたいところや伸ばしたいところを使わず、競技力の向上につなげられていないところが多々見られる。</p> <p>・自覚と自主性を育て、競技力の向上の実感をさせ、この講習を生かすプラスのサイクルが生まれるとよいと感じる。</p>

○実施内容

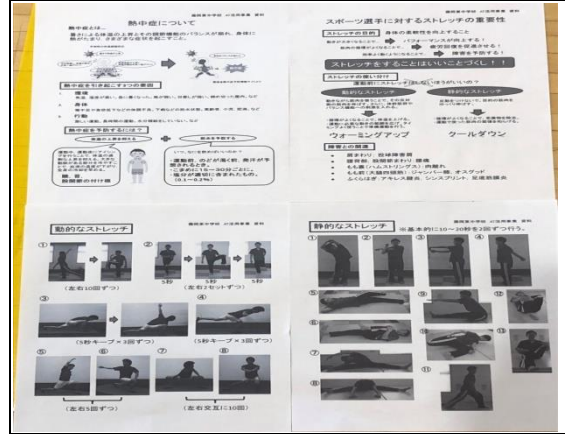
【ストレッチ実技講習】

資料を参考に実際にやり方を教わって実技中



【講習資料】

ストレッチの目的ややり方など写真が入った資料



【体幹実技講習】

講師主導のもと、顧問も生徒に交じって実技中



【ラダーの実技講習】

実際にやり方を教わって実技中



【体幹実技講習】


講習資料を活用して説明を受け、実技講習。



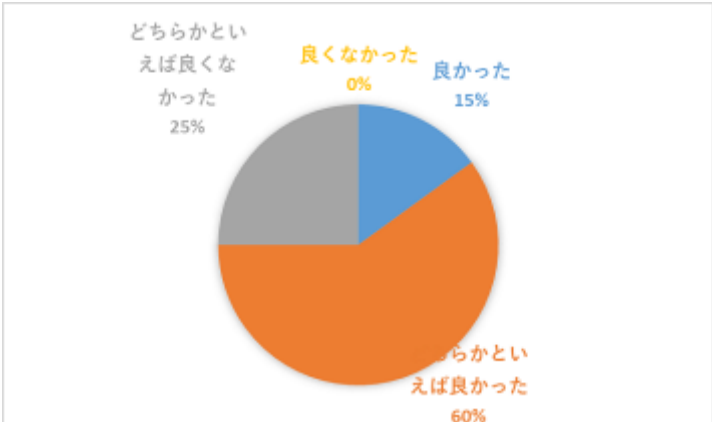
(4) 富岡市立西中学校

活用日 及び 指導内容	<ul style="list-style-type: none"> ・活用日と指導を受けた内容（対象や人数等）を記入
	<p>1 8月 9日（金）</p> <ul style="list-style-type: none"> ・多目的室にて柔軟性の確認 ・スポーツに活用できる柔軟性を鍛えるためのストレッチ ・コーンを用いたステップ、フットワークの練習
	<p>2 10月 5日（土）</p> <ul style="list-style-type: none"> ・テニスコートにて柔軟の確認 ・コーンを用いたステップ、フットワークの練習 ・コート上を縦横にステップを用いて動く練習
	<p>3 12月 26日（木）</p> <ul style="list-style-type: none"> ・テニスコートにて柔軟の確認 ・コーンを用いたステップ、フットワークの練習 ・坂道を利用してステップからのダッシュを取り入れたトレーニング
	合計 3回
成果や課題等	<ul style="list-style-type: none"> ・スポーツの基本である柔軟性の必要性を実感できた。 ・可動域が広がることでパフォーマンスの向上のみでなくけがを防止することにもつながることを実感できたようである。 ・何気ないステップの中にも意識すべきポイントがあり、そこに対して意識をもって取り組む様子が見られた。 ・普段の練習のアップから柔軟を積極的に取り入れていく必要性を感じた。 ・実施回数の少なさから生徒自身の意欲付けにつながりにくい部分もあった。

○実施内容

<p>【股関節のストレッチ指導】 今現在の自身の可動域の確認</p>	<p>【フットワーク指導】 列を作り順番にステップの確認をしている様子</p>
	

<p>【ストレッチ確認】 屋外でできるストレッチの指導を受けている様子</p>	<p>【フットワーク練習】 コートラインを利用し、コーンの幅に合わせステップを行う様子。</p>
	

<p>【これまでのトレーニングに対する生徒のアンケート結果】 回数も限られていたことからいまひとつ実感に結びつけられない生徒も見られた。</p>									
 <table border="1" data-bbox="434 1473 1149 1892"> <thead> <tr> <th>感想</th> <th>割合</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>良かった</td> <td>15%</td> </tr> <tr> <td>どちらかといえば良かった</td> <td>60%</td> </tr> <tr> <td>良くなかった</td> <td>0%</td> </tr> </tbody> </table>		感想	割合	良かった	15%	どちらかといえば良かった	60%	良くなかった	0%
感想	割合								
良かった	15%								
どちらかといえば良かった	60%								
良くなかった	0%								

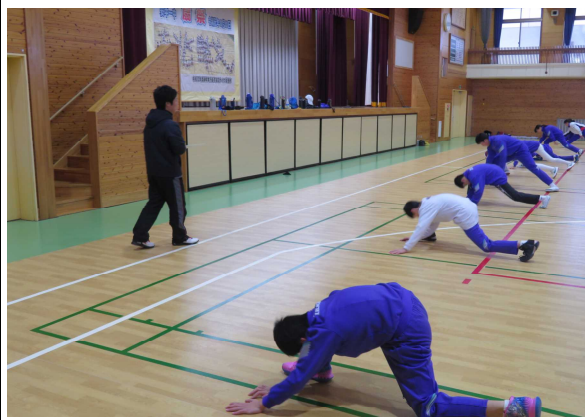
(5) 安中市立第一中学校

活用日 及び 指導内容	<p>・活用日と指導を受けた内容（対象や人数等）を記入</p>
	<p>1 11月30日（土） （対象者）女子テニス部員 （内 容）・ダイナミックストレッチング、体幹トレーニング</p>
	<p>2 12月14日（土） （対象者）新体操部員 陸上部員 女子バスケットボール部員 （内 容）・ダイナミックストレッチング、体幹トレーニング</p>
	<p>3 1月11日（土） （対象者）男女卓球部員、男子テニス部員、男子バスケットボール部員 ソフトボール部員、野球部員 （内 容）・ダイナミックストレッチング、体幹トレーニング</p>
	合計 3回
成果や課題等	<p>(成果)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・指導者の中には、ウォーミングアップやトレーニングのやり方を知りたいという者もいたので、今回教えてもらったことを今後の練習の中に取り入れていくことが可能である。 ・冬場のトレーニングに使えるウォーミングアップのやり方を教えてもらい、すぐに役立つものが多かった。 <p>(課題)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・冬場の練習時間が短いため継続した練習時間の確保が課題である。 ・体幹トレーニングの必要性の理解が部活動によってまちまちである。

○実施内容

【ダイナミックストレッチ～股関節+下肢後面】

体温を高めながら、股関節周辺・ハムストリングス・下腿部の強化にも有効である。



【体幹トレーニング～ブリッジ】

レベルにあったトレーニングを実施することががけ予防にもつながる。



【ダイナミックストレッチ～股関節+体幹回旋】

ダイナミックストレッチは、心拍数や血流量を増加させ体温を上げながら関節可動域を高めていく。



【体幹トレーニング～クランチ】

普段の練習は技術練習が多くなってしまいが、基礎体力（体幹が弱い）がなく技術が向上しないことが多い。



【参加者の感想】

参加生徒や顧問の感想からは、ウォーミングアップや体幹トレーニングについて講義・実技を実施していただき、これからのトレーニングに生かしていければという前向きな意見が多かった。

【参加生徒】

- 細かな指導のおかげで体幹でもしっかり伸ばすなどの意識をもって、取り組めるようになりました。
- トレーニングは日々の積み重ねが大切なんだと改めて思いました。新しいことも教えてもらったので、空いた時間にやっていきたいと思います。しっかりトレーニングして大会でいいプレーができるように頑張りたいです。
- アップでやっていることの意味が詳しく分かった。自分でできるストレッチの数が増えた。
- 1つ1つの動きを具体的に詳しく指導していただいたので、とても分かりやすかった。

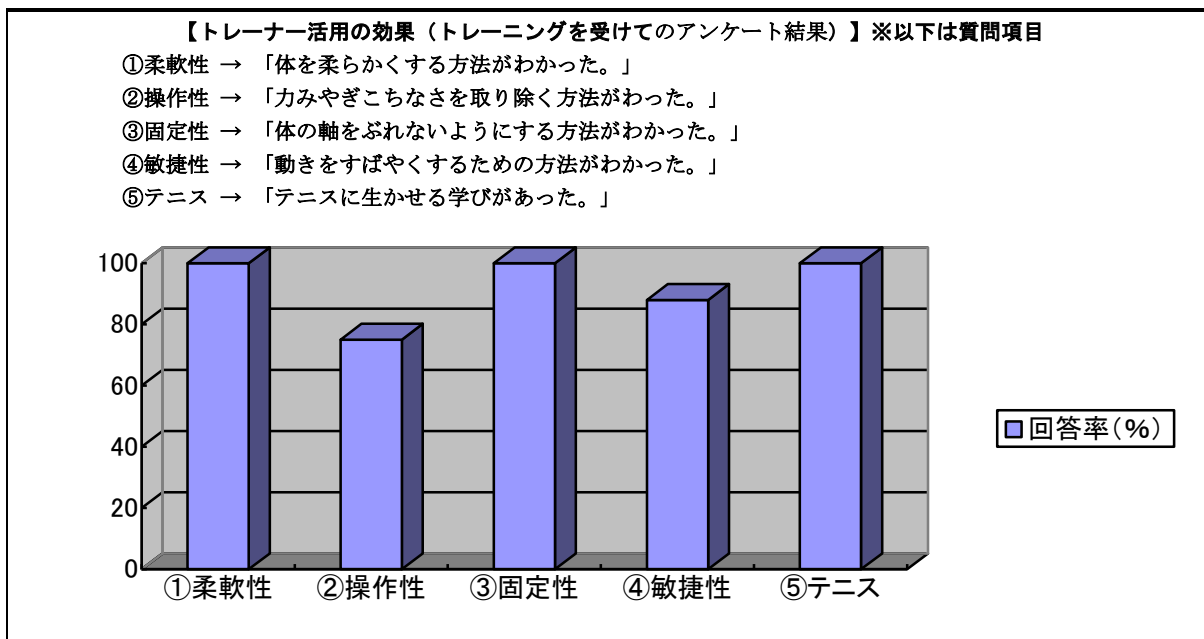
【参加顧問】

- 体幹トレーニングに関する知識があまりないため、細かく説明・実践して頂き、参考にできる部分がたくさんあった。これからの指導にいかしていきたい。
- とても良かったです。特に、中学生くらいだと筋肉トレーニングをするよりも体幹トレーニングをした方が良くと教えて頂いたことで今後の部活経営に役立てると思いました。

(6) 沼田市立多那中学校

活 用 日 及 び 指 導 内 容	<p>・活用日と指導を受けた内容（対象や人数等）を記入</p> <p>1 10月19日（土）</p> <ul style="list-style-type: none"> ・対象…男女ソフトテニス部員 ・人数…男子4名、女子12名 ・アイスブレイク ・体幹トレーニング（柔軟性、操作性、固定性）ほか
	<p>2 11月 9日（土）</p> <ul style="list-style-type: none"> ・対象…男女ソフトテニス部員 ・人数…男子4名、女子12名 ・ラダーによる敏捷性トレーニング ・ソフトテニスの動きに関する練習ほか
	<p>3 12月26日（水）</p> <ul style="list-style-type: none"> ・対象…男女ソフトテニス部員 ・人数…男子4名、女子12名 ・ラダーによる敏捷性トレーニング ・ソフトテニスの動きに関する練習ほか
	<p>4 1月 6日（月）</p> <ul style="list-style-type: none"> ・対象…男女ソフトテニス部員 ・人数…男子4名、女子12名 ・ラダーによる敏捷性トレーニング ・ソフトテニスの動きに関する練習ほか
	<p>合計 4 回</p>
成 果 や 課 題 等	<p>(成果)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・多くの生徒が、体幹の重要性に気付いた。 ・具体的なトレーニングメニューを数多く紹介していただいたことで、今後の生徒主体の活動につながる。 ・テニスの技術向上に直結する内容も多く、生徒のモチベーションを高める機会となった。 ・柔軟性に課題のある生徒にとって、価値あるメニューが多かった。 <p>(課題)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・指導していただいた内容をいかにして継続していくか、また新入部員に伝達していくか等、活動体制の整備が必要である。

○実施内容



2 専門的技術指導員活用校例

No.	学 校 名	部 活 動 名
1	前橋市立鎌倉中学校	剣道部
2	前橋市立鎌倉中学校	卓球部
3	前橋市立大胡中学校	男子剣道部
4	前橋市立大胡中学校	女子剣道部
5	玉村町立玉村中学校	女子バレーボール部
6	玉村町立南中学校	柔道部
7	藤岡市立東中学校	柔道部
8	藤岡市立北中学校	柔道部
9	藤岡市立小野中学校	女子卓球部
10	藤岡市立小野中学校	男女バスケットボール部
11	藤岡市立西中学校	男女卓球部
12	沼田市立沼田東中学校	剣道部
13	沼田市立薄根中学校	剣道部
14	みなかみ町立水上中学校	バスケットボール部
15	桐生市立桜木中学校	駅伝部
16	桐生市立黒保根中学校	卓球部

(1) 前橋市立鎌倉中学校

部活動名 (剣道部)

○実施内容

【素振り指導】

跳躍素振り中に足を動かさずように指導中



【追い込み稽古中の指導】

竹刀を打っている生徒に手首を使うよう指導中



【防具を着けて頂いての地稽古（実践稽古）】

実践の中で良い点・改善点を見つけて指導中



【地稽古をした生徒へのアドバイス】

その日の稽古の内容や受けた印象などを教授中



【岡部指導員に対する生徒と顧問の感想】

生徒や顧問の指導員に対するアンケート結果

生徒・全国大会で活躍した指導員に試合に対する動きや相手に対しての攻め方などを丁寧に教えてもらえて勉強になり嬉しかったし、自信がいった。

- ・技術面だけでなく稽古に向かう姿勢や、どうやったら強くなれるかを教わって、それが今の自分の稽古に向かう姿勢の見本となっています。
- ・挨拶や返事についても指導してもらい、強くなる為には大切なことだとわかった。

顧問・生徒に対して優しく丁寧に指導をして頂いて本当に感謝しています。稽古メニューでは、そのメニューでは何を鍛える為に行うのかも教えて頂き、生徒も理解してより一層稽古が充実しました。また、指導法等について相談に乗ってもらい助かりました。徐々に成績も結果となってあらわれ、指導員が来てくれた事により部活の雰囲気も良くなり感謝しかありません。

(2) 前橋市立鎌倉中学校

部活動名 (卓球部)

○実施内容

【大会でのコーチング】

ベンチでのコーチングやアドバイスをしている。



【大会でのコーチング】

ベンチでの声かけを受けプレーする生徒。



【サーブの理論を教える指導】

サーブの理論を受け実践練習する生徒。



【試合中のアドバイス】

試合中にアドバイスを聞いている生徒。



【富吉さんの指導を受けてのアンケート】

富吉さんからの指導をうけ、生徒それぞれに意見を聞いた内容について

- ・とても優しく、わかりやすく指導をしてくださって嬉しい。
- ・大会等でのアドバイスがわかりやすく実際の経験から語られることなのでとても心強い。
- ・練習では理論や戦術など他では聞けないようなことを教えてください、試合でもとても助かっている。
- ・顧問の先生とは違い、競技経験者なので技術面では多くのことを聞いて良いと感じている。

(3) 前橋市立大胡中学校

部活動名 (男子剣道部)

○実施内容

【技の指導】 部員の技練習を巡視し、改善点を集団指導。



【指導稽古】 実戦形式で、各部員に個別指導



【稽古後の指導】 稽古を通じて伝えたことを、言葉で振り返る指導



(4) 前橋市立大胡中学校

部活動名 (女子剣道部)

○実施内容

【模範の提示】 部員の前で指導事項の模範を示し、集団指導



【個別指導】 技量の足りない部員を抜き出し、個別指導



(5) 玉村町立玉村中学校

部活動名 (女子バレーボール部)

○実施内容

【スパイクの技術指導】

スパイクの打ち方を実際に跳んで生徒に示す。



【フォーメーションの指導】

試合での生徒たちの動きを中に入れて説明する。



【ボール出しの姿】

練習で生徒にボールを出している。



【試合間のアドバイス】

試合の合間に生徒たちを励ます言葉をかける。



【生徒アンケート結果】

アンケートによる生徒にとっての成果と課題を抜粋

外部指導者に指導を受けたことについて生徒にアンケートをとったところ、次のような結果となった。(2, 3年の生徒12名を対象)

○外部指導者に指導していただいたことで、どのような効果がありましたか。(複数回答可)

- ・活動意欲が高まった (9/12)
- ・部活動全体の活動が活発になった (9/12)
- ・技能や競技力が向上した (11/12)
- ・事故防止につながった (0/12)
- ・地域と連携した運動部活動になった (1/12)
- ・わからない (0/12)

○外部指導者に指導していただいたことで、あなたが困ったことはどんなことがありましたか。(複数回答可)

- ・顧問の先生と外部指導者の指導方針が異なり混乱が生じた (1/12)
- ・練習内容が厳しくなる傾向がある (1/12)
- ・外部指導の指導日数や時間が限られている (6/12)
- ・指導を受けたい日に指導をしてくれる外部指導者がいない (3/12)
- ・外部指導者になかなか来てもらえない (0/12)
- ・今のところ特にない (2/12)
- ・わからない (1/12)

(6) 玉村町立南中学校

部活動名 (柔道部)

○実施内容

「はじめの一步。」
柔道の基礎である受け身の練習風景。



「背負い投げ〜！」
レクチャー後の背負い投げ実践練習。



「新しい技に挑戦！」
背負い投げに続き、体落としのレクチャー。



「やってやるぞ!!!」
審判・係役すべて生徒たちによる練習試合。



○実施内容



【生徒の声】
説明文：地域人材指導者の指導についての生徒の感想

○柔軟体操や回転運動、礼節などの基礎的なことを、手本を示しながら教えていただいた。

○受け身や投げ技・寝技のポイントなど実際の試合で生かせるように教えていただいた。

○組み合ったときの技の入り方やかわし方を分かりやすく教えていただいた。

○乱取りや約束稽古で相手になって細かなことまで動きを見せながら教えていただいた。

○大会などで、勇気をもらえるアドバイスや勝負所で応援していただいた。

(8) 藤岡市立北中学校

部活動名 (柔道部)

○実施内容

【練習前の準備体操】

柔軟体操を入念に行い、首回りの筋肉をほぐすように指を受けている。



【回転運動】

基礎体力の向上や受け身の練習のため、練習前に毎回行っている。



【立ち技の打ち込み練習】

組み手の場所や力を入れる方向など、門的な指導を受けている。



【立ち技の乱取り】

生徒の相手をするなかで、適宜様々なアドバイスを受けている。



【練習後の挨拶】

練習の振り返りや今後の練習で気をつけることなどを確認している。



(9) 藤岡市立小野中学校

部活動名 (女子卓球部)

○実施内容

【1年生への技術指導】
ラケットの持ち方や構え方, 振り方の指導を受ける。



【サーブの指導】
効果的なサーブのやり方の指導を受ける。



【多球練習の指導①】
ボールの回転のかけ方の指導を受ける。



【多球練習の指導②】
実戦に近い球出し等, 試合を意識した練習をする。



【専門的技術指導者から学んだこと】
生徒の「卓球ノート」からの抜粋

- ・ラケットの持ち方は, 力を入れすぎずに, 引かれたらすっと抜けるくらいに持つ。
- ・サーブは1球ずつ考えながら練習する。見た目も大切に, 毎日必ず練習して自信をつける。
- ・ボールの回転をかけるときのボールのこすり方を身につける。
- ・スマッシュやドライブ, つっつき練習をするときは, それにあった球を出す。
- ・1球ごとに足を動かして, すぐに反応できるようにする。追いついて, 正しいフォームで打つ。
- ・ダブルスは打った方へ逃げて場所をあける。フットワークの大切さを実感する。
- ・試合のときは, 相手のラケットの面を見て, どんなボールがどのコースに来るかを判断する。
- ・自分が打つときは, コースをねらって打つ。

○実施内容

【試合でのコーチングの様子】

練習試合や大会でベンチに入り、戦術的なアドバイスをさせていただいている。



【練習での指導】

- ・体力づくりのためのサーキットトレーニング。
- ・ボールハンドリング、パス、ドリブルなどの基礎練習。
- ・正しいシュートフォーム。
- ・チーム戦術。

【専門的技術指導者から学んだこと】

- ・初心者の1年生、ミニバス経験のある1年生、昨年度から指導を受けている2年生とそれぞれの段階に応じた練習メニューの組み立て方を学ぶことができた。生徒は易しい内容からできるようになり、安心して部活動に取り組むことができた。
- ・専門的な知識を活かした戦術指導をさせていただいた。実践形式の中で動きながら教わることで、生徒たちもその場で理解し、また確認することもできた。また、分からないことを質問することもでき、生徒の技術の向上を感じた。

○実施内容

【男子チームへの指導】

男子の戦い方に必要な技術指導をしています。



【女子チームへの指導】

女子の戦い方に必要な技術指導をしています。



【個に応じた指導】

フォームの改善などその都度指導していただいています。



【チームに応じた指導】

課題を最後のミーティングの場で指導していただいています。



○実施内容

【日頃の練習風景】

説明文：一人一人声をかけての指導。基本の技の習得を大切に、日々丁寧な指導をしてくださっています。



【審判の練習】

説明文：練習試合の時には、生徒も審判をします。審判のやり方も教えていただきました。



【稽古】

説明文：稽古も必ず全員と行ってくださいます。



【中学校総合体育大会】

説明文：試合前の指導。大事なポイントをわかりやすくアドバイスしてくださいます。



【アンケート結果】

説明文：剣道部員13名に行ったアンケートより

問1 指導していただいたことについて、感じたこと

○よかった・・・7

○どちらかといえばよかった・・・6

問2 指導の効果について（複数回答）

○技能の向上・・・10

○部活動の活発化・・・4

○意欲の高まり・・・7

○事故防止・・・2

○実施内容

【構え方の指導】

基本である竹刀の持ち方を指導している場面。ポイントをわかりやすく説明してくれている。



【打ち込みの指導】

グループに分かれて打ち込み練習をする練習では、人数が足りないグループ入り一緒に活動している。



【技練習での技術指導】

防具を着けての技練習で、実際に生徒の打ちを受けて見本を示している。



【練習後のあいさつ】

稽古後は、整列をして指導者からのアドバイスをもらい振り返ることができる。



○実施内容

【ハーフコート2対2の練習】
スクリーンプレイを使ったオフェンスの指導



【タイムアウト要求時の指示】
郡大会なかなか点が取れないためタイムアウトを要求



【郡大会】
ベンチから指示を出す様子



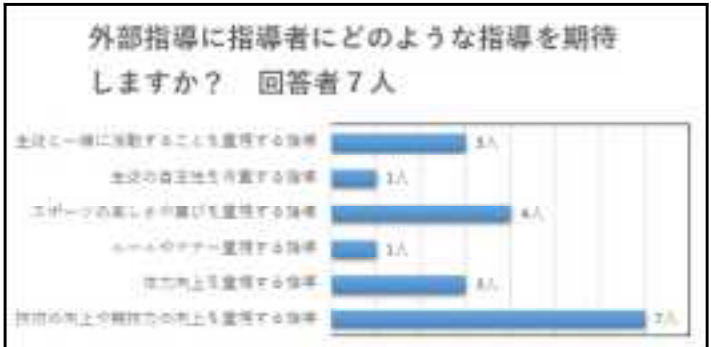
【男子対女子5対5】
審判をしながら動き方の指導



【アンケート調査結果】
部員7名に対して以下3項目のアンケートを実施



*その他、生徒からの意見で、朝練習の指導もお願いしたいという要望もあった。



○実施内容

【練習メニューの説明】

はじめにメニューを確認し、見直しをもって練習します。注意すべきポイントを何度も確認していきます。



【ペース走で持久力UP】

実際に走りながら、フォームやペースについて工夫していきます。タイムを計りながら、声をかけていきます。



【実際のコース練習①】

大会で走るコースの確認です。羽鳥氏自ら一緒に走り、アドバイスをいただきました。



【実際のコース練習②】

コース練習の度に、具体的にどのように走るのか、走り方や作戦を教えていただきました。



【大会前の指導】

大会前1週間の練習について、顧問がアドバイスを受けます。



【市総体駅伝競走大会の結果】

<総合成績>

男子Aチーム 12位 58分53秒

男子Bチーム 19位 1時間 2分38秒

女子Aチーム 9位 47分37秒

今年度は、残念ながら、男女共に県大会出場とはならなかったが、練習の中でペース走やインターバル走のタイムをあげても、ついていける生徒が増えていった。また、試走についても、回数を重ねるにつれて、タイムが縮んでいった。

○実施内容

【フォームの確認】

正しいフォーム、効率の良いフォームを身に付ける練習



【リラクゼーション】

家庭でもできるリラクゼーションのやり方を学ぶ



【ストレッチの指導】

自分に必要なストレッチの方法を学ぶ



【生徒に向けての講話】

いつも卓球、スポーツの楽しさを話して下さる



【生徒用アンケートより】

生徒にアンケートを行い、外部指導者の指導を受けての感想を書いてもらった。

- ・専門的な指導を受けられて、技術の向上や意欲の向上につながり、卓球がより上達したように感じる。
- ・普段困っている、フォームについて指導を受けることができてよかった。ミスが減り、うまくなったように思った。
- ・卓球以外の体のことについて指導を受けることもできた。けがの予防や体のケア、リラクゼーションの仕方など普段、意識できていないことも考えることができた。
- ・ケアや予防のためのストレッチだけでなく、体を効率よく動かすためのストレッチを知ることができてよかった。
- ・指導の最後には、みんなに卓球やスポーツの楽しさ、スポーツの中でのコミュニケーションの大切さなどスポーツに関するいろいろなことを知れてよかった。
- ・もっと多くの日数に、外部指導者に来てもらいたい。

IV 地域スポーツ人材指導者研修会

1 研修会概要

(1) 目的 本事業及び県スポーツエキスパート活用事業（高等学校）の指導者を対象に、生徒への指導上の配慮事項を中心とした研修を行い、対象指導者の資質の向上を図る。

(2) 期 日 令和元年6月26日（水）18：30～

(3) 会 場 群馬県庁（29階）291会議室

(4) 内 容

・説 明

地域スポーツ人材活用実践支援事業について（中学校）

健康体育課 学校体育係 小山 靖弘

スポーツエキスパート活用事業について（高等学校）

健康体育課 学校体育係 綱島 毅

・研 修 会

講 師 一般財団法人日本スポーツコーチング協会

茂木 ゆういち 先生

演 題 「選手のやる気を引き出すコミュニケーション」

【研修会の様子】



2 参加者名簿

No.	学 校 名	部活動名
1	前橋市立鎌倉中学校	卓球部
2	前橋市立大胡中学校	男子剣道部
3	前橋市立大胡中学校	女子剣道部
4	玉村町立玉村中学校	女子バレーボール部
5	玉村町立南中学校	柔道部
6	沼田市立薄根中学校	剣道部
7	みなかみ町立水上中学校	バスケットボール部
8	桐生市立黒保根中学校	卓球部
9	群馬県立前橋南高等学校	バドミントン部
10	群馬県立前橋西高等学校	弓道部
11	群馬県立前橋東高等学校	バスケットボール部
12	群馬県立前橋商業高等学校	バドミントン部
13	群馬県立高崎高等学校	卓球部
14	群馬県立高崎高等学校	バレーボール部
15	群馬県立高崎高等学校	柔道部
16	群馬県立高崎工業高等学校	剣道部
17	群馬県立高崎工業高等学校	硬式野球部
18	群馬県立伊勢崎工業高等学校	弓道部
19	群馬県立尾瀬高等学校	スキー部
20	群馬県立渋川女子高等学校	弓道部
21	群馬県立渋川工業高等学校	硬式野球部
22	群馬県立藤岡中央高等学校	弓道部
23	群馬県立安中総合学園高等学校	卓球部



V 成果と課題

1 成果

(1) 運動部活動への指導者派遣における効果

○アンケート結果より

- ・専門的な技術やトレーニング等の指導を受けることにより、生徒の意欲が高まり、部活動が活性化するとともに、専門ではない顧問自身の勉強にもなり、指導力の向上につながった。
- ・アスレティックトレーナーの指導を受けることにより、最新のトレーニング方法や正しい動き、ストレッチの重要性等を理解することができ、体力や技能が高まり競技力の向上にもつながった。

○各校の研究の取組より

- ・専門的な指導を受けられ、生徒の意識が高まり、トレーニングにどのような効果があるのかをきちんと理解した上で練習に取り組むことができた。また、効果的な身体の動かし方が分かり、技術の向上やさらなる意欲の向上につながった。
- ・普段困っていることの相談ができた、競技以外のけがの予防や体のケア、リラクゼーションの仕方など普段意識していなかったことも教えてもらったり、スポーツに関する様々なことを知ることができた。

(2) 研修会実施による効果

専門的技術指導員に本事業の趣旨を説明することで、学校や顧問との共通理解のもと指導にあたってもらえた。また、選手との適切なコミュニケーションにもとづく指導方法について研修することで、指導者の資質向上を図ることができた。

2 課題

(1) 運動部活動への指導者派遣における課題

○アンケート結果より

- ・アスレティックトレーナーは年4回以内、専門的技術指導員は年18回以内と指導できる日数が決まっており、学校側や生徒からも定期的・継続的に指導してもらえるよう日数を増やしてほしいという意見が多かった。
- ・生徒の感じている一番の課題は、「顧問と専門的技術指導員の指導方針等が異なり迷いが生じてしまう」であり、学校側も課題に感じている割合が高かった。

○各校の研究の取組より

- ・実施回数の少なさから、生徒自身の意欲付けにつながりにくい部分があったり、指導内容の活用や継続的な実施が課題となり生徒への定着が不十分になったりし、競技力の向上につなげることが難しい面もあった。
- ・指導を受けたい日に指導を受けられないことがあり、日数も限られていることから、学校側がもう少し早く日程調整をして、計画的に講習を受けられるようにしたほうがよかった。

(2) 研修会における課題

今年度の専門的技術指導員の参加者は8名であった。より多くの専門的技術指導員に参加してもらえるよう、研修会の内容を充実させ、周知していきたい。

VI おわりに

東京オリンピック・パラリンピック開催の年を迎え、日本中でスポーツに対する関心が高まってきています。今年には本県を幹事県として北関東ブロックを中心に全国高校総体が開催され、2028年には本県で国体が開催される予定でもあります。現在の中学生、高校生が選手を中心となって活躍されることが期待され、学校における運動部活動にかかる期待も大きくなってきています。

今年度の「全国体力・運動能力、運動習慣等調査」では、県内の小中学生の体力合計点がいずれも前年度を下回り、1週間の運動部活動時間は平成28年度と比較すると約22分減少するなど、体力の低下が懸念されています。

部活動については、新学習指導要領（平成29年3月告示）において、これまでと同様に総則の中に位置付けられ、これからも学校教育の一環として、教育課程との関連を図りながら進めるとが示されました。一方で、各中学校における部活動は、教職員の多忙化解消や生徒数の減少に伴う学校規模の縮小、部活動に対する生徒や保護者のニーズの多様化、地域との連携など、様々な課題を抱えています。

県教育委員会としましては、スポーツ庁や文化庁のガイドラインを踏まえ、「適正な部活動の運営に関する方針（県方針）」を策定し、各市町村教育委員会及び各学校においても県方針に準じた部活動の運営に関わる方針を制定するよう指導し、適正に部活動が運営されるよう共通理解を図っています。

また、今年度開催された「教職員の多忙化解消に向けた協議会」からは、部活動の適正化に向けて、県方針の徹底及び活動実績のフォローアップ調査・分析の実施、各団体との大会や強化事業等の在り方についての検討が提言されました。来年度以降、「群馬県部活動の在り方検討委員会」を開催し、部活動に関わる関係団体と部活動の諸課題について協議を推進していきます。

このような中、今年度は本事業を通して県内の中学校に対して、スポーツ医科学等の専門的な知見を有するアスレティックトレーナーを6校6名、専門的技術指導員を13校16名配置しました。地域スポーツの外部指導者の活用を通して、生徒の運動やスポーツに親しむ態度を育て、体力・技術の向上を図るとともに、学校全体の指導体制の構築を図ることをねらいとし、本事業を行ってきました。また、学校における地域の外部指導者活用の実践的な活用方法及び活用上の成果と課題について調査を実施しました。

本事業を活用した県内の中学校においては、スポーツ医科学等の専門的な知識や技術をもった指導者が部活動の指導に当たることで、生徒の部活動に対する意欲や競技力の向上につながるとともに、専門的な指導を行うことが難しい顧問の指導力向上や負担の軽減等につながっていることが明らかになりました。

指導日数の制限や外部指導者と顧問の連携等の課題はありますが、部活動における諸課題の解決には、今後さらに地域の外部指導者の活用が重要になります。

地域の外部指導者の活用を通して、学校全体での適正な部活動運営に寄与できるよう、研修等の機会を捉えて啓発していきたいと考えています。

今後、各学校で本報告書が地域の外部指導者を活用した部活動運営の参考となり、適正な部活動の運営に寄与することを願っています。