

「オリンピック・パラリンピック・ムーブメント全国展開事業」

推進校実施報告書

1 学校名：熊本県立松橋支援学校

2 実施日時：2018（平成 30）年 11 月 22 日（木）9:15～12:15

3 対象：専門学科 高等部 54 名

4 派遣オリンピック：江里口匡史さん

（陸上競技 100m 走、4×100m リレー ロンドン大会 出場および 4 位）

5 授業内容：講演、実技指導

2018（平成 30）年 11 月 22 日に、熊本県立松橋支援学校にて、オリンピック・パラリンピック教育実践が行われました。今回の実践では、陸上競技のオリンピックである江里口匡史さんを講師としてお招きし、講演および実技指導が行われました。対象は高等部専門学科の生徒でした。

はじめに、「陸上を通して学んだこと」をテーマとした講演が行われました。講演は大きく分けて、オリンピックロンドン大会について、引退までの経緯、これからについて、の 3 つの内容についてのお話でした。

オリンピックロンドン大会については、選手村での生活や、超満員のスタジアムの様子を写真を交えながらお話しして下さいました。個人で出場した 100m では、力を出しきれず、予選敗退となり、非常に悔しい思いをしたといいます。しかし、気持ちを切り替え、1 週間後に臨んだ 4×100m リレーでは、4 位となることができました（レース当時は 5 位だったが、アメリカの選手にドーピングが発覚し 3 年後に繰り上げ）。日本記録の樹立やメダル獲得には至らなかったものの、4 人で力を出しきることができたとお話しされていました。

オリンピックから 3 年後、江里口さんは左足を疲労骨折してしまいました。オペや治療を行っても思うように走れない日々が続く中、2016 年 4 月に熊本大地震が発生しました。故郷である熊本が被災している一方で、走れずに何もできない自分にもどかしさを感じ、葛藤したそうです。ですが、熊本のためにとの思いで、2016 年の 7 月に行われた熊本での記録会で復帰を果たしました。その後も練習を重ねていましたが、2017 年に再度同じ箇所を疲労骨折し、引退を決意したそうです。最終レースには、熊本での国体選抜を決める記録会を選びました。最後は、自己ベストには程遠い記録だったものの、やり切ったという充実感があったといいます。また、後日行われた長居スタジアムでの引退セレモニーには、多くの仲間が集まってくれ、改めて多くの人々に支えられた競技人生だったということを感じたと話して下さいました。

江里口さんは、自身の競技力の秘訣について、「何でだろう？ どうしてだろう？」「じゃあこうしてみよう」と、常に考え続けたことにあるとお話ししていました。そして、生徒たちには、考える力は様々な場面に生きてくることや、考えるクセをつけることが大切だということを伝えていました。さらに、陸上を通して学んだことには、人としての成長、人とのつながり、挑戦する楽しさの 3 つを挙げ、特に 3 点目については、「失敗も成長につながる。どんどん挑戦して行ってほしい」と生徒たちにメッセージを送っていました。

講演終了後、実技指導が行われました。準備運動の後、ウォーミングアップとしての姿勢づくりや簡単なジャンプ、ストレッチを行いました。次に、長座やうつ伏せの体勢からの変形ダッシュや、様々な動きを取り入れた

陸上の基本ドリルを行いました。江里口さんから、身体を上手に使えるようになることが速い走りにつながると説明があり、生徒たちは慣れない動作にも一生懸命に取り組んでいました。その後行ったミニハードルを用いたジャンプドリルやスタンディングスタートの練習でも、「難しい」や「おもしろい」等の声があがる中、どの生徒も真剣な様子でした。最後には、生徒が作った道の間を江里口さんが走り抜けるという実演の場面が設けられました。あっという間のスピードで駆け抜けた江里口さんの姿に、生徒からは大きな歓声とアンコールの声があがりました。2回目には、1名の生徒代表と共に走り、生徒からは一層大きな歓声が上がっていました。

実技指導後に行われた質疑応答では、期待やプレッシャーを受けたときの対処法や健康管理の方法、体力維持のために努力していること、走った後のケア方法について質問がありました。積極的に挙手をする姿から、生徒たちの熱心な様子が伝わってきました。最後には学年ごとに記念撮影をし、体育委員長の生徒から、講演や指導の内容を今後の陸上競技に活かしていきたいというお礼の言葉が述べられ、今回の実践は終了となりました。

7 授業の様子



【 講演① 】



【 講演② 】



【 実技指導① 】



【 実技指導② 】



【 実技指導③ 】



【 質疑応答 】