平成26年度

社会福祉法人社会福祉事業研究開発基金助成事業

ユニバーサルスポーツプログラム研究会
実施報告書

2014年9月9日～11日

宮城県・仙台市・利府町　各会場

協力：同志社大学スポーツ健康科学部藤田ゼミ／仙台大学障害者スポーツサポート研究部Co-Act.／宮城県立西多賀支援学校

主催：公益財団法人国際障害者年記念ナイスハート基金

0.はじめに

様々な社会的な障壁が考えられる中で、私たちナイスハート基金は、障害について、あるいは障害のある方について、スポーツや音楽などの親しみやすい切り口で、子どものときから共に体験する場をつくり、理解を深めていただく活動を行っています。

共に楽しみながら学ぶことのできる手法として、ワークショップに着目し、その考え方や活動の実際について多くのみなさまに知っていただくため、専門家を交えた研究会を組織し、障害のある方を対象とした活動をなさっている方を対象とした取組を行って参りました。
平成25年度には、全国的に展開をしている私たちの事業である「ふれあいのスポーツ広場」をベースとして、障害の有無に関わらず楽しみながら体験できるスポーツとして「ユニバーサルスポーツ」を、ワークショップの要素を取り入れ開発し、そのプロセスを通じて障害理解のための指導者育成に寄与しようという目的のもと、このプログラムを企て、福島県相馬市内において実際に子どもたちに体験をいただきました。
今年度は、宮城県内において、障害のある子どもたちを対象に楽しんでいただけるものをつくるため、共に学べる場として開催いたしました。

最後になりましたが、この取組に助成をいただきました、社会福祉法人社会福祉事業研究開発基金に感謝申し上げますと共に、プログラムを監修いただきました、同志社大学スポーツ健康科学部教授　藤田紀昭先生、仙台大学障害者スポーツサポート研究部　Co-Act.　佐藤一樹先生に御礼を申し上げます。

平成26年9月
公益財団法人国際障害者年記念ナイスハート基金

1.実施概要

(1)目的

障害の有無にかかわらず、誰もが楽しく参加できる多様なプログラムを生み出すため、ワークショップをベースとし、よりシンプルで、よりわかりやすいカリキュラムを研究し、指導者だれもがそれぞれ自らのフィールドで手軽に実践してもらえるような、カリキュラムづくりを目指し開催いたしました。
具体的には、私たちが全国的な事業「ふれあいのスポーツ広場」で取り組んでいる、ユニバーサルなスポーツづくりをテーマとして、ワークショップ的な手法を用い、共に学びながらプログラムづくりを行えるよう、障害のある方に関わるスポーツ指導者及び学んでいる大学生を対象とし、スポーツプログラムづくりのワークショップと、モデル事業の実施を行いました。
今回は、東日本大震災の被災地である宮城県において開催し、室内でも楽しむことのできる競技開発をテーマとして実施いたしました。またモデル事業として、宮城県立西多賀支援学校の生徒さんに体験いただきました。

(2)事業概要

①主催　公益財団法人国際障害者年記念ナイスハート基金
②助成　社会福祉法人社会福祉事業研究開発基金
③協力　同志社大学スポーツ健康科学部　藤田ゼミ
仙台大学障害者スポーツサポート研究部　Co-Act.
宮城県立西多賀支援学校

(3)日時　平成26年9月9日～11日

(4)会場　宮城県総合運動公園「グランディ・21」（9月9日～10日／宮城県利府町）
宮城県立西多賀支援学校（9月11日／宮城県仙台市）

(5)参加者　16名（9月9日～10日）
※モデル事業実施時には、宮城県立西多賀支援学校　生徒教職員15名が参加

2.スケジュール

9月9日	内容	備考
12:45	宮城県総合運動公園「グランディ・21」到着	〒981-0122 宮城県宮城郡利府町菅谷字舘40-1 TEL：022-356-1122
13:00	オープニング ・このプログラムの目的 ・自己紹介のセッション	グランディ・21　会議室 担当：鈴木　実
14:00	session A 活動紹介 ・同志社大学	各大学の学生よりレポート
14:30	・仙台大学	
15:00	休憩	
15:15	session B ユニバーサルスポーツについて ・考え方の整理	担当：藤田　紀昭
16:00	session C グループワーク ・小グループでスポーツプログラムのワークショップ	セキスイハイムスーパーアリーナ　サブアリーナ
18:00	終了	

9月10日	内容	備考
9:00	session D グループワーク ・グループワークの続き	セキスイハイムスーパーアリーナ　サブアリーナ
11:00	・発表にむけた準備	
12:00	昼食	
13:00	session E グループ発表 ・討論をしたプログラムをシェア	
15:00	session F 全体のまとめ ・モデルプログラムづくりにむけた整理と振り返り	
17:45	終了	

9月11日	内容	備考
8:00	グランディ・21出発	
12:30	宮城県立西多賀支援学校到着	〒982-0805　仙台市太白区鈎取本町2-11-17 TEL 022(245)1183 FAX 022(245)8454 http://www.nishitaga.myswan.ne.jp/
13:20	交流プログラム	
14:15	宮城県立西多賀支援学校出発	

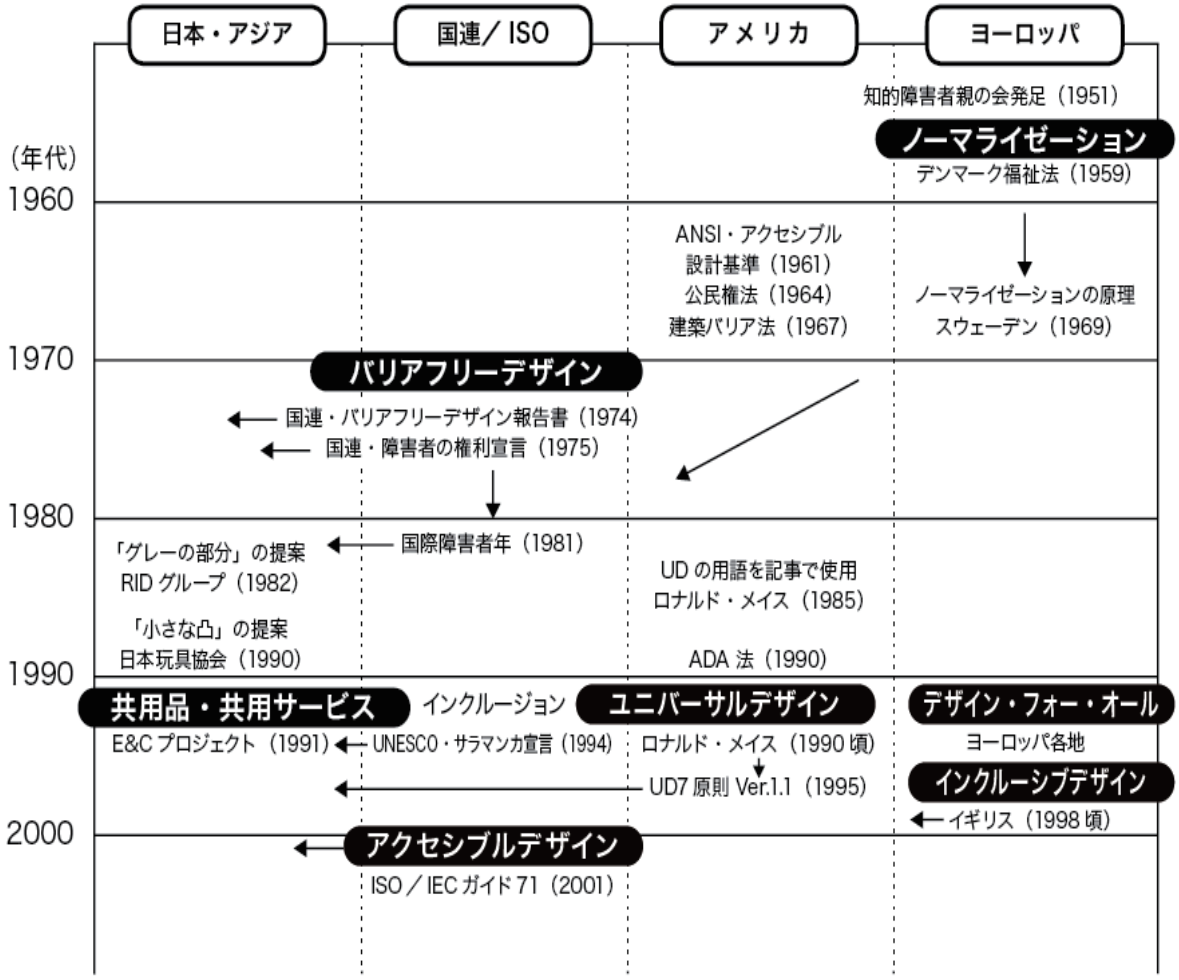
3.このプログラムの目的

opening session　　ナイスハート基金　鈴木　実

(1)ユニバーサルデザインについて

ノースカロライナ州立大学のユニバーサルデザインセンター所長であったロナルド・メイス（1941-1998）が1985年に公式に提唱した概念。「できるだけ多くの人が利用可能であるようなデザインにすること」が基本コンセプトである。デザイン対象を障害者に限定していない点が、一般に言われる「バリアフリー」とは異なる。

http://www.ncsu.edu/ncsu/design/cud/



※共用品推進機構ホームページより引用

(2)ユニバーサルデザインの原則

1. どんな人でも公平に使えること（公平な利用）

Equitable use

2. 使う上での柔軟性があること（利用における柔軟性）

Flexibility in use

3. 使い方が簡単で自明であること（単純で直感的な利用）

Simple and intuitive

4. 必要な情報がすぐに分かること（認知できる情報）

Perceptible information

5. うっかりミスを許容できること（失敗に対する寛大さ）

Tolerance for error

6. 身体への過度な負担を必要としないこと（少ない身体的な努力）

Low physical effort

7. アクセスや利用のための十分な大きさと空間が確保されていること（接近や利用のためのサイズと空間）

Size and space for approach and use

The Center for Universal Design, NC State University による。

(3)「ふれあいのスポーツ広場」の経過

1981年（昭和56年）　国際障害者年の事業としてナイスハート基金の前身である国際障害者年全国推進協議会が実施。

1982年（昭和57年）　ナイスハート基金設立。主たる事業として、年間3回程度を関東近隣にて実施。

単独開催による
ふれあいのスポーツ広場

1992年（平成4年）　自動車総連結成20周年記念事業として、組合員が参加しながら行う参加型福祉事業として実施。年間７会場。

1997年（平成9年）　自動車総連結成25周年記念事業として、東京都体育館において中央大会を実施。全国的な展開のはじまり。17会場において開催。この年からプログラムを抜本的に改正。エアロビック、フライングディスクの取組を始める。

2003年（平成15年）　フライングディスクの県大会と同時開催のスタイルを島根県において実施。長野県および秋田県においても取り組む。

第1回
島根県障害者
フライングディスク大会
ふれあいのスポーツ広場

2004年（平成16年）　藤田紀昭氏（当時日本福祉大学教授）とのコラボレーションの取組を始める。静岡県島田大会。以来、年々拡大。

(3)「ふれあいのスポーツ広場」の経過

じゃんけんダンス
デビュー
平成17年度島田大会

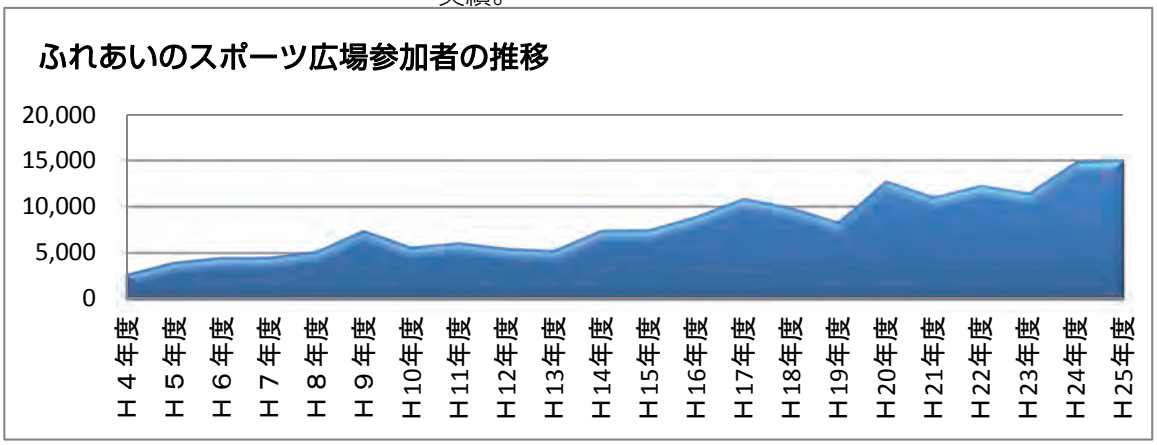
2006年（平成17年）　藤田紀昭先生提案による、ユニバーサルスポーツプログラムとして、風船バレー等の競技がスタート。

2007年（平成19年）　障害者週間事業として、東北福祉大学において、ユニバーサルスポーツフェスタを開催。仙台大学との交流が始まる。

2011年（平成23年）　仙台大学障害者スポーツサポート研究部Co-Act.との取組が始まる。

仙台大学
デビュー
平成23年度横浜大会

2012年（平成24年）　過去最大の38都市において開催。両大学ともに過去最大の参加実績。



(4)このプログラムの目的

①ユニバーサルなスポーツプログラムの創造

・障害の有無に関わらず
・難しくなく
・安全で
・楽しむことのできる

②「ふれあいのスポーツ広場」へのプログラムとして取り組む

・平成27年度への取組として採用する

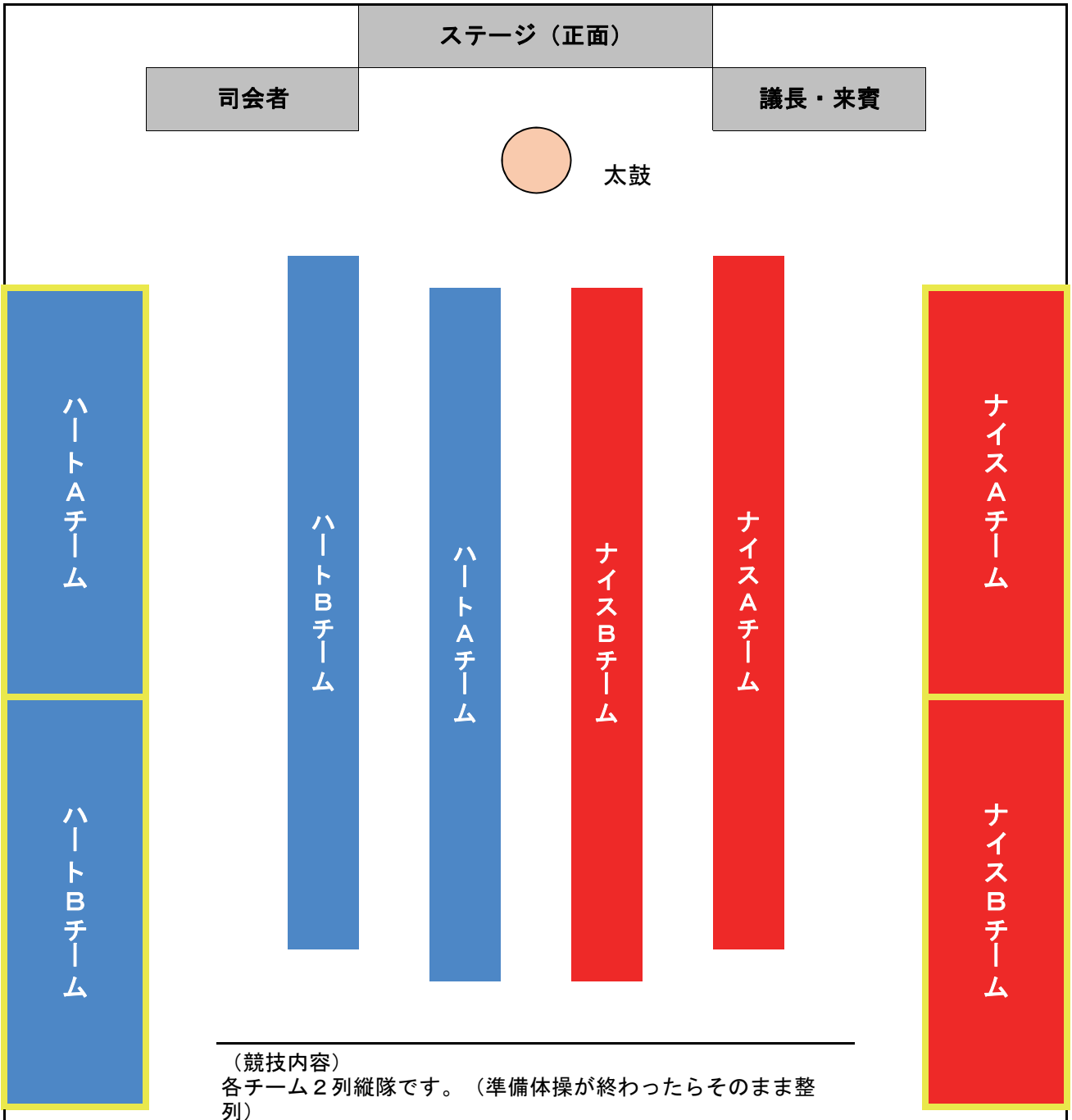
③障害のある子どもたちに、室内で楽しめるスポーツプログラムを提供する

・9月11日に宮城県立西多賀支援学校との交流会で実施する

※ふれあいのスポーツ広場　現在のプログラム

10:30	開会式
10:50	準備体操
11:00	第１競技　ロープ送り
11:20	第２競技　風船バレー
11:40	第３競技　大玉ころがし（又はリバース大玉ころがし）
12:00	休憩　　昼食
12:30	アトラクション
13:00	第４競技　スポーツ競技団体による指導 エアロビック フライングディスク 同志社大 仙台大
14:00	閉会式
14:20	閉会

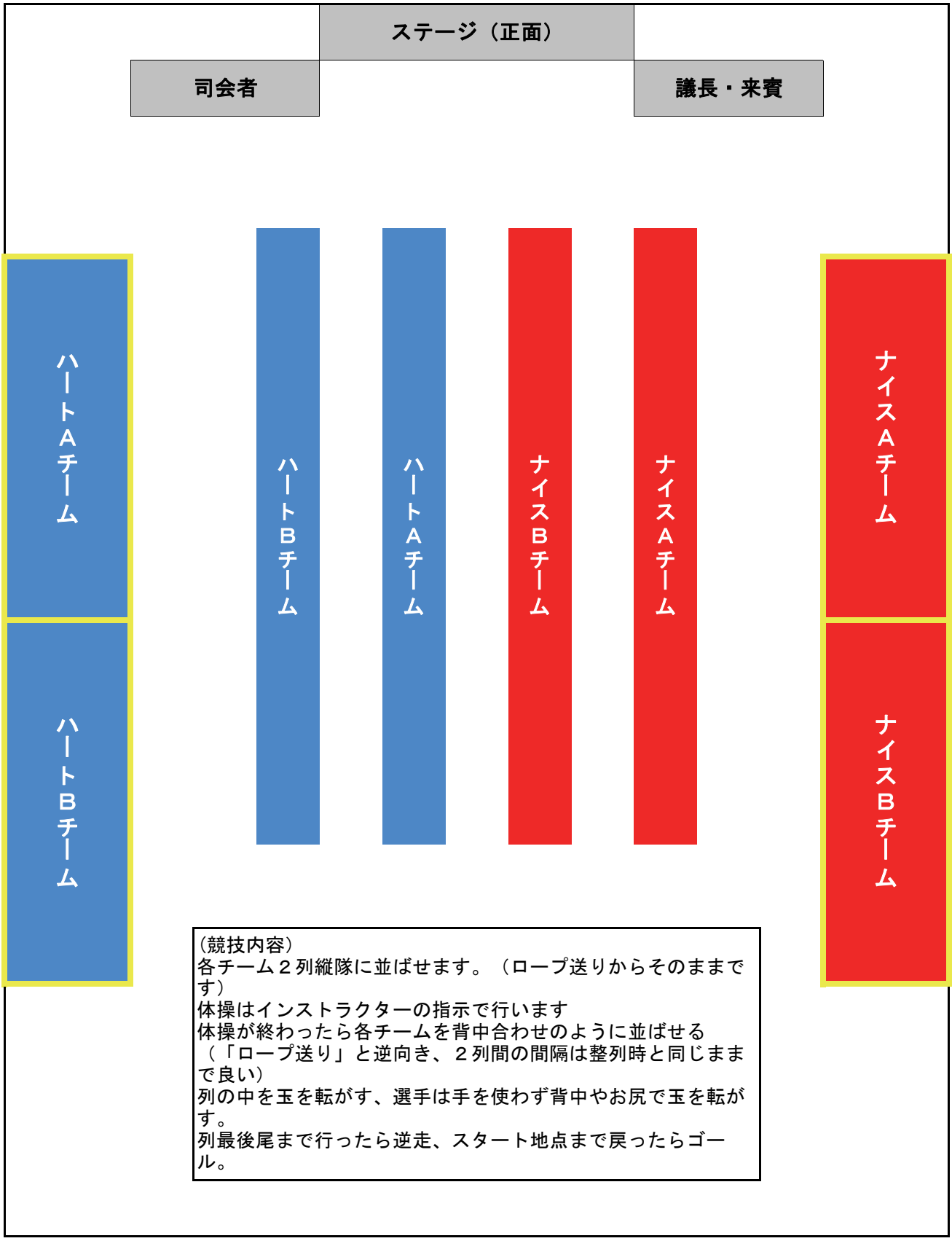
4-1.資料～競技マニュアル　ロープ送り



（競技内容）
各チーム２列縦隊です。（準備体操が終わったらそのまま整列）
並び終わったらその場に座らせ、列の内側に向かい合わせにさせます。
スタートの合図でロープを片方の列に縦に送らせます。
列の最後尾で向側に渡し正面方向に帰ってきます（Ｕの字を書くような要領）
ゴールまでロープがまわってきたらゴールの人（列先頭片側）にロープとばちを交換し、太鼓まで行き思い切りうちます。
早く音がしたほうが勝ち。

	事前にロープをよくほぐし、もつれないように準備をしておく。
	各チーム2列縦隊です。（準備体操が終わったらそのまま整列） 並び終わったらその場に座らせ、列の内側に向かい合わせにさせます。 なるべく隣との隙間を明けないよう、誘導してください。
	スタートの合図で正面から見て右側の列からスタート。鈴を先頭に、右隣にロープを渡していく。
	列の最後尾でUターン。実行委員のサポートが必要。
	ロープの最後についているボールと、ばちを交換し、最後の選手が太鼓をたたいてゴール。

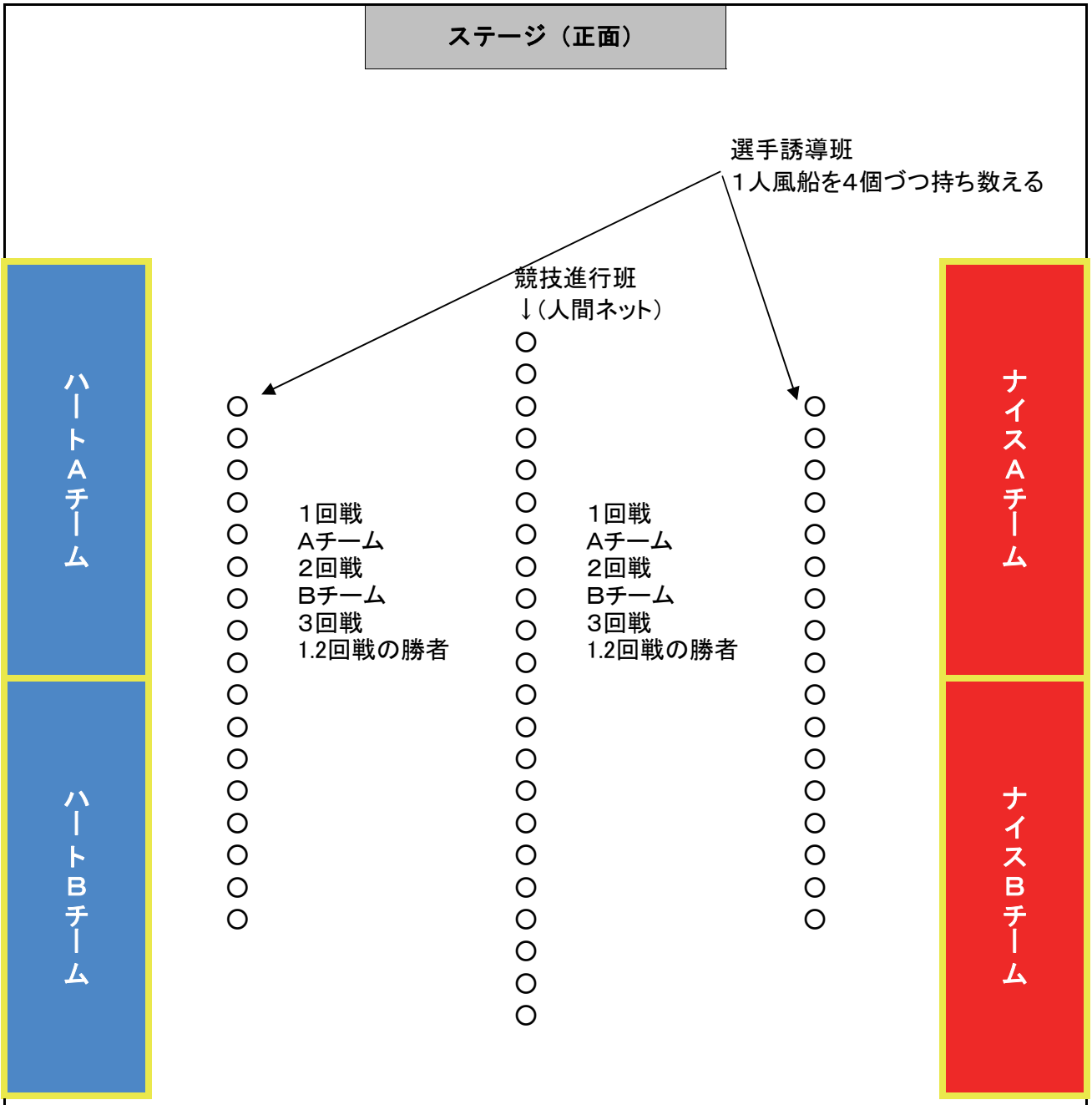
4-2.資料～競技マニュアル　リバース大玉ころがし



（競技内容）
各チーム２列縦隊に並ばせます。（ロープ送りからそのままです）
体操はインストラクターの指示で行います
体操が終わったら各チームを背中合わせのように並ばせる
（「ロープ送り」と逆向き、２列間の間隔は整列時と同じままで良い）
列の中を玉を転がす、選手は手を使わず背中やお尻で玉を転がす。
列最後尾まで行ったら逆走、スタート地点まで戻ったらゴール。

	各チーム2列縦隊、背中合わせのように並ばせます。
	列の中を玉を転がす、選手は手を使わず背中やお尻で玉を転がす。
	列最後尾まで行ったら、大玉を列の上に通していく。スタート地点まで戻ったらゴール。

14. 第2競技　風船バレー



（競技内容）
競技は2チームづつ対戦3回線実施
人間ネットを挟み風船を打ち合い、自陣の風船を少なくする競技。
※実行委員は人数調整の為、競技に参加

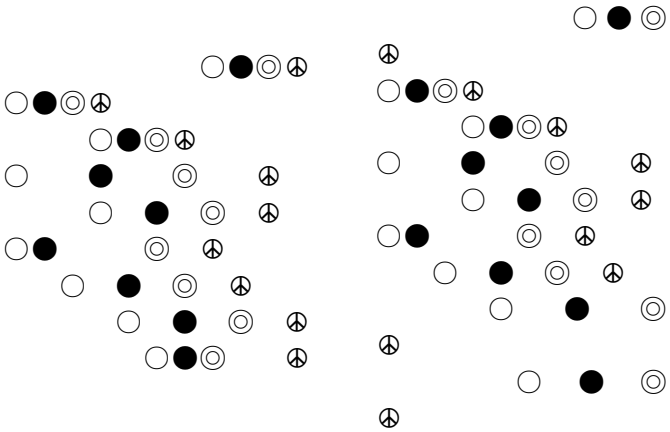
	紅白2チームを人間ネットを隔てて配置。 選手は風船を持ち待機。
	相手のコートに風船を追い出していく。
	競技リーダーの指示で、大風船（緑色）1つ、黄色を2つ投入。
	終了の合図で、選手は座る。風船を数えるスタッフは、4つづつ風船を持ち整列。 大風船は、8個分の風船としてカウント 士、2人で持つ。 審判は、人数で数えて、座っていく。少ない方が勝利。

4-4.資料～競技マニュアルご当地ゲーム

↓　文字の書かれた紙を持つ

★　★　★　★　★

◎　←リーダー



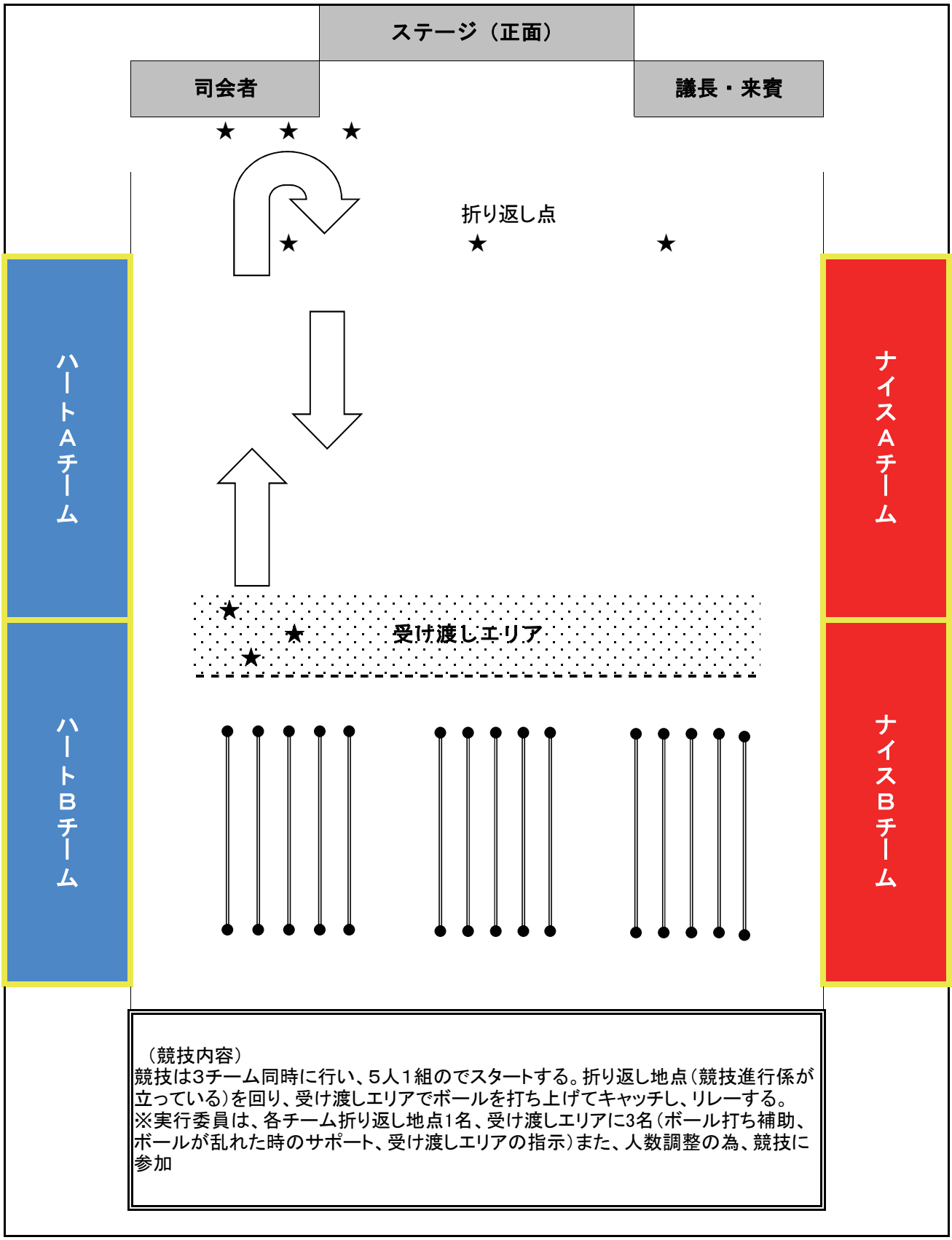
（競技内容）
・アトラクションの終わったままの体制で始めます。

人数集めゲームです。
♪〇〇（地名）へ行こうよ×２　　美味しいものもあるんだし×２　名物だってあるんだし×２
あっ！あっ！　〇〇〇（※文字の数だけ集まる）最後は5人組で終わる

※実行委員は体育館のステージ上で文字の書いた紙を出してもらいます。また、空いている実行委員は一緒に入ってグループを組んでください。

	第4競技「ご当地クイズ」は、簡単なゲームを行いながら、気持ちをほぐしていくための競技です。 はじめに、じゃんけんをしながら、リーダーの指示に従い、普通のジャンケンや、わざと負けるジャンケンなどを行います。 お手伝いいただく内容は、マニュアルをご参照いただき、また当日朝のミーティングでも詳しく説明させていただきます。
	じゃんけんも分かりやすく図案化したポスターを使いながら振興いたします。
	リズムにあわせて、体を動かしながら行うゲームもあります。

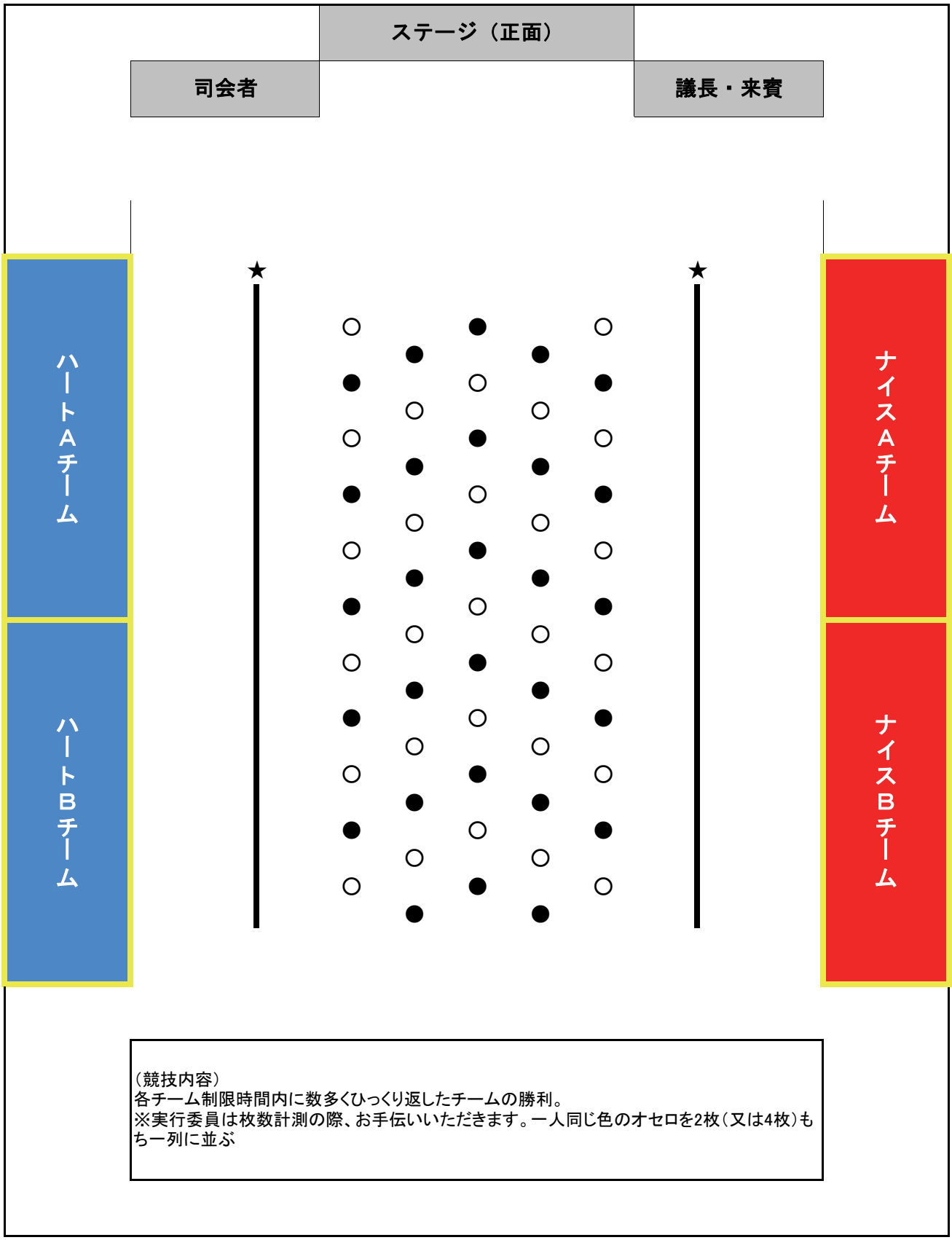
4-5.資料　競技マニュアル　ジャンボールリレー



（競技内容）
競技は3チーム同時に行い、5人1組のでスタートする。折り返し地点（競技進行係が立っている）を回り、受け渡しエリアでボールを打ち上げてキャッチし、リレーする。
※実行委員は、各チーム折り返し地点1名、受け渡しエリアに3名（ボール打ち補助、ボールが乱れた時のサポート、受け渡しエリアの指示）また、人数調整の為、競技に参加

	第5競技「ジャンボールリレー」は、大玉よりもずっと軽い「ジャンボール」を、4人1組でネットを使いリレーしていくゲームです。
	リレーをする際には、手を使わずにネットからネットへとリレーします。
	実行委員の皆様には、リレーをする受け渡しの場面と、周辺のサポートをお願いいたします。

4-6.資料　競技マニュアル　巨大オセロ



（競技内容）
各チーム制限時間内に数多くひっくり返したチームの勝利。
※実行委員は枚数計測の際、お手伝いいただきます。一人同じ色のオセロを2枚（又は4枚）もち一列に並ぶ

	第6競技「巨大オセロ」は、フライングディスクを紅白に塗り、オセロゲームに見立てた競技です。 まずはじめに、だいたい紅白が均等となるように、ディスクを敷きます。
	競技開始と共に、ディスクを自チームの色にひっくり返していきます。 自チームの色が多い方が勝ちです。
	数を数える際には、風船バレーと同様に、4枚を一人づつ持ち、審判のコールにあわせて数えていきます。

5.自己紹介session

ナイスハート基金　鈴木　実

(1)この3日間での約束事

①参加者誰もが自由に意見を言うことができ、自然に合意形成ができるために

○ ひとの意見を否定しないということ

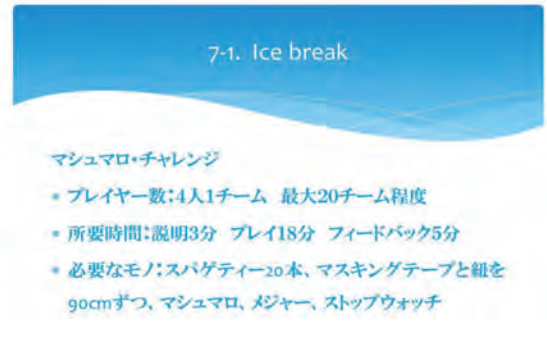
○ 自分の意見を丁寧に説明するということ

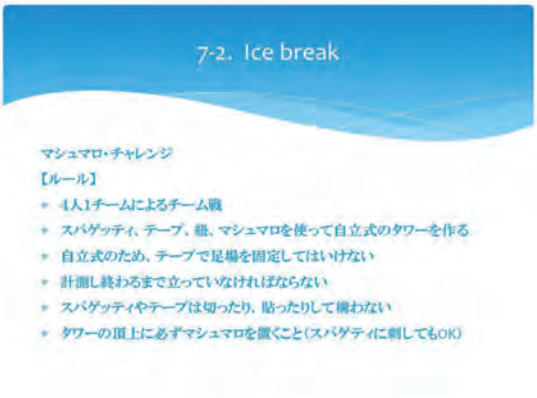
②参加者の誰もが楽しみながら参加できるために

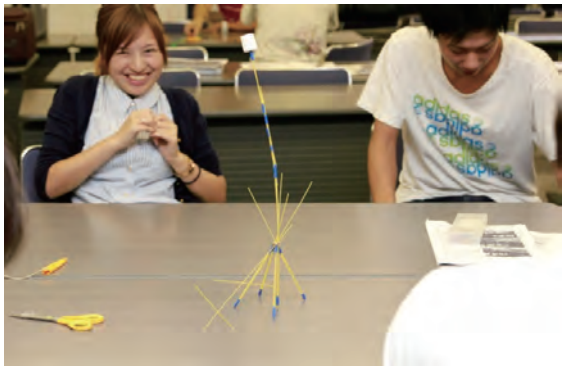
○ 人任せにせずに自ら行動すること

○ 参加しずらい人に配慮すること

(2)ice break







6.活動紹介

session A

(1)同志社大学スポーツ健康科学部

４回生！！

((活動内容))

・卒業論文の準備
（先行研究・テーマ決め・研究計画書作成）
・各自の卒業論文を作成
・ゼミ合宿＆卒論合宿予定

授業風景

たまに車椅子体験

先生と仲間の誕生日会

クローバー祭

「パラリンピック競技に挑戦しよう！」

開催日　2013年11月３日　１３：００～

今までは選手招待だけでしたが・・・・・

・プロの車椅子バスケットボール選手招待
・パラリンピック競技のポスター配置
・ボッチャ、スラローム、車椅子バスケ等
スタンプラリー形式で！

他にも可愛いチアリーダーの子達も
会場を盛り上げてくれました！

今年のクローバー祭

「障がい者スポーツを体験しよう！」

開催日2014年11月1日（土）　13:00～

ここ目玉！

プロの車いすバスケットボール選手を招待！！
試合形式で体験ができます☆
他にもボッチャ、スラローム、ブラインドサッカー
などの競技を予定。

シッティングバレーも新たに追加し、
去年とはまた違った楽しみを思案中！

ナイスハート
ふれあいスポーツ広場

ナイスハート基金主催の
知的障害者の運動会。

主に①ラジオ体操
②ストレッチ
③ジャンケンダンス

その地の名産を(笑)

ゼミ合宿

大学施設リトリートに1泊２日でお泊り合宿

３回生→クローバー祭(学園祭)の準備
４回生→卒業論文の作成
合同→車椅子テニス体験やリトリート探検

今年のゼミ合宿は、
愛知県で行われる障害者スポーツの研究会に
参加する予定です。

ちなみに・・・
４回生のみ卒論をするためだけの
ありがたーーい卒論合宿があります(笑)

卒業論文①

２０１３年度卒業生　中野温子さん

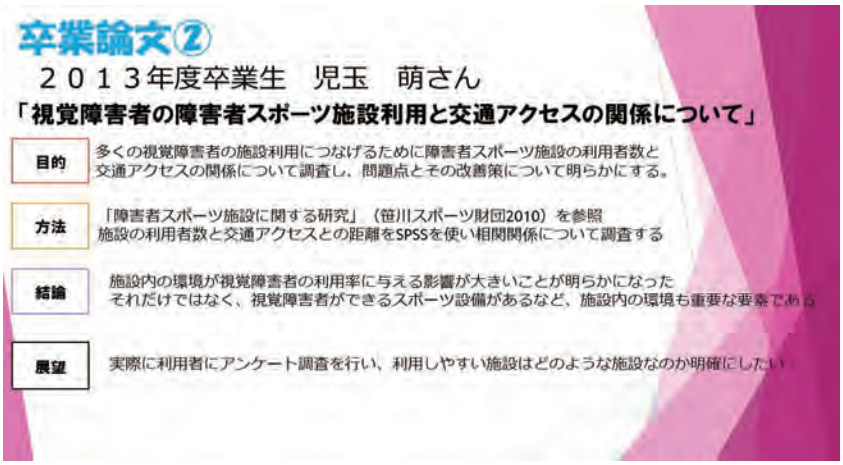
「障がい児とその保護者を対象とした習慣化されたスポーツ活動の意義」

目的　障害のある子供が継続してスポーツ活動を行うことに関する現状や課題、ニーズ
実際にスポーツ活動に参加し、それとともに継続することによる子供の精神的、身体的を明らかにする

方法　アンケート調査

結論　・スポーツ活動が習慣化し、その効果が得られるまでに約３年程度の継続が
必要になることが明らかになった
・障害のある子供が水泳活動を継続することで、対象児のQOLに変化が見られるだけでなく、
その保護者にもプラスの影響を与えることが明らかになった

展望　「分からない」と回答が多かった点、同じ指導者が担当している水泳教室の保護者と障がい児が
調査対象となった点が挙げられ、結果に偏りが生じている可能性が考えられる。
今後、これらの点を考慮した上での検討・調査も必要であると考えられる。


卒業論文②
２０１３年度卒業生　児玉　萌さん
「視覚障害者の障害者スポーツ施設利用と交通アクセスの関係について」
目的
多くの視覚障害者の施設利用につなげるために障害者スポーツ施設の利用者数と
交通アクセスの関係について調査し、問題点とその改善策について明らかにする。
方法
「障害者スポーツ施設に関する研究」（笹川スポーツ財団2010）を参照
施設の利用者数と交通アクセスとの距離をSPSSを使い相関関係について調査する
結論
施設内の環境が視覚障害者の利用率に与える影響が大きいことが明らかになった
それだけではなく、視覚障害者ができるスポーツ設備があるなど、施設内の環境も重要な要素である
展望
実際に利用者にアンケート調査を行い、利用しやすい施設はどのような施設なのか明確にしたい

(2)仙台大学障害者スポーツサポート研究部　Co-Act.

1.仙台大学障害者スポーツサポート研究部Co-Act.について

我々Co-Act.は日々、障害がある人もない人も老若男女問わず身体活動を積極的に行えるようにレクリエーション教室を行い、ニュースポーツやレクリエーションを指導し参加者と共に楽しんでいます。Co-Act.の名前の由来はCoは「共生・相互・協調」を意味しており、Co-operativeで「協調的な、協力的な」を意味します。ActはActivities「心身の動き」の略となり、Cooperative Activitiesの頭文字をとってネーミングしました。1998年長野パラリンピックの年に結成され、今年で16年目をむかえます。

2.発足からこれまでの経緯

仙台大学は平成7年に健康福祉学科が新設され、福祉に興味がある学生が多数入学。その後ボランティアをする学生が増加し、平成9年から知的障害者のレクリエーション教室のサポートや障害者水泳大会に障害者の方とチームを組んで参加するサポート、車いすマラソン大会の伴走のサポートなど大学としても障害者スポーツのサポートが増えるようになってきた。それらを活動している学生を集め、平成10年『Co-Act.同好会』として公認される。その後、障害者スポーツ協会の運営補助、施設での活動依頼者社会福祉協議会からの活動依頼、などが増え、平成16年体育会『障害者スポーツサポート研究部Co-Act.』として公認され、現在部員17名で活動している。

3.Co-Act.の最大イベントのコアピックについて

毎年10月と2月に大学で我々部員が主催するコアピックというイベントを行っています。10月のコアピックは部員がニュースポーツを考え参加者と共に楽しみます。2月のコアピックはボッチャ大会を行います。リーグ戦、決勝トーナメントと本格的に試合をするのですごく盛り上がります。

Co-Aピックについて

障害者スポーツサポート研究部Co-Act.では、年2回「Co-Aピック」（コアピック）を開催しております。昨年2月に行われた第32回Co-Aピックの様子が、仙台大学のホームページに取り上げられましたので、抜粋して紹介します。

平成25年2月9日（土）、本学第一体育館でボッチャ競技の審判の知識や技術を学ぶため「ボッチャ講習会」が行われました。同講習会には、仙台大学障害者スポーツサポート研究部Co-Act.の学生20名、本学ボランティア学生1名、東北福祉大学ハンディースポーツアドバンスチームの学生5名、計26名の学生が参加しました。
ボッチャ競技は、ヨーロッパで生まれた重度脳性麻痺もしくは同程度の四肢重度機能障害者のために考案されたスポーツで、パラリンピックの正式種目です。ジャックボール（目標球）と呼ばれる白いボールに、赤・青のそれぞれ6球ずつのカラーボールを投げたり、転がしたり、他のボールに当てたりして、いかに近づけるかを競います。障害によりボールを投げることができなくても、勾配具（ランプス）を使い、自分の意思を介助者に伝えることができれば参加できます。競技は男女の区別なくBC1～BC4のクラスに分かれて行われ、個人戦と団体戦（2対2のペア戦と3対3のチーム戦）があります。
講師は、日本ボッチャ協会強化指導部長の村上光輝氏（ロンドンパラリンピックボッチャ競技日本代表コーチ）が務め、学生たちは重度脳性麻痺の方への勾配具（ランプス）を使ったサポートの仕方やボッ

仙台大学障害者スポーツサポート研究部Co-Act.の神田晃伸かんだあきのぶさん（健康福祉学科4年－北海道・稚内大谷高校出）は「ボッチャ競技の審判としての心構えや正しい計測の仕方が学べた。第32回Co-Aピックボッチャ競技大会では困らず、自信を持って審判ができると思う。ぜひ大会を成功させ、参加者から来年も来たい、楽しかったと言ってもらえるような大会にしたい」と話しました。
なお、上記ボッチャ競技審判講習会に参加した学生たちは、同講習会で学んだことを生かし、2月17日（日）に開催された「第32回Co-Aピックボッチャ競技大会」の企画・運営・実施・審判等を行いました。 【仙台大学HPより】

これまでのCo-Aピック

回数	開催日	内容（テーマ）	参加人数	備考
1	平成10年3月22日	ボッチャ交流会	19名	
2	平成10年4月19日	ボッチャ・ゴールボール	14名	
3	平成10年10月31日	ボッチャ大会～シングル戦～	38名	大学祭と同時開催
4	平成11年2月21日	ボッチャ大会～ペア戦～	50名	学食で開催
5	平成11年10月30日	ボッチャ大会～ペア戦～	54名	
6	平成12年2月11日	風船バレーボール交流会	42名	
7	平成12年10月29日	ボッチャ大会～ペア戦～	64名	
8	平成13年2月12日	ふれあいスポーツパーク	46名	スポーツ体験
9	平成13年11月11日	ボッチャ大会～ペア戦～	115名	
10	平成14年2月24日	ふれあいスポーツパーク（10PEACE）	72名	スポーツ体験
11	平成14年11月3日	ボッチャ大会～ペア戦～	86名	
12	平成15年2月16日	ボッチャ大会～ペア戦～	64名	
13	平成15年11月2日	ふれあいスポーツパーク	150名	スポーツ体験
14	平成16年2月15日	ボッチャ大会～ボッチャスマイル～	28名	
15	平成16年10月31日	Anniversary Festival	120名	スポーツ体験
16	平成17年2月13日	B-1グランプリ	98名	ボッチャペア戦
17	平成17年11月6日	どすこい！ニュースポーツ	153名	スポーツ体験
18	平成18年2月12日	ボッチャ大会～三味一体～	85名	ボッチャ団体戦
19	平成18年11月4日	You★遊Festival～行く行く！コアピック～	180名	スポーツ体験
20	平成19年2月11日	ボッチャ大会～ありがとう～	102名	
21	平成19年11月4日	飛び出す！飛び出せ！飛びっきり!!ニュースポーツ☆	130名	スポーツ体験
22	平成20年2月10日	ボッチャ大会～２×２～		降雪のため中止
23	平成20年11月2日	ハッピーフルコース	108名	スポーツ体験
24	平成21年2月14日	スペシャルパフォーマンス	68名	スポーツ体験
25	平成21年11月1日	ホップステップコアピック		スポーツ体験
26	平成22年2月14日	ボッチャンピオンシップ～ボッチャの味はスイート？ビター？～		
27	平成22年10月31日	コアピックだよ！全員集合！		スポーツ体験
28	平成23年2月12日	元気があればボッチャができる１・２・３ボッチャー!!		降雪のため中止
29	平成23年10月30日	前進～みんなでPeace Co-Aピック～		スポーツ体験
30	平成24年2月12日	～前進～がんばろう東北!! かんばろうボッチャ!!		
31	平成24年10月27日	みんなで繋ごう笑顔の輪		スポーツ体験
32	平成25年2月17日	～祝日～2月17日「ボッチャの日」		
33	平成25年10月27日	伝えよう感謝広げよう感動繋がろうみんなの心		スポーツ体験
34	平成26年2月11日			

7.ユニバーサルスポーツについて

session B　　藤田　紀昭　同志社大学教授

ユニバーサルスポーツとは…！？

同志社大学大学院スポーツ健康科学研究科
教授　藤田紀昭

これってユニバーサルスポーツ？

ユニバーサルスポーツの条件

- 誰もが参加できること
- 勝敗のあるスポーツの場合、誰にも勝つチャンスがあること
  - 体格
  - 体力
  - 障がい

  } できるだけ左右されない

楽しみ（遊び）の要素は4つ

- ロジェ・カイヨワ（Roger Caillois）『遊びと人間』
- アゴン（競争）オリンピック・パラリンピック
- アレア（偶然）じゃんけん・くじ
- イリンクス（めまい）トランポリン・パラシュート
- ミミクリー（模倣）ダンス・ものまね
- 一般のスポーツでは速さ・力強さ・知的能力が大きく影響する
- 先ほどのゲームにアレアの要素を加えると…

ロープ送り

- 誰でも参加できる
- アゴンの要素がやや強い
- 腕だけ・自分の体の幅だけしか動かせない→アゴンの要素を弱めている

ジャンボールリレー

- アゴン（速さ）の要素
- キンボール利用で速すぎるとボールが落ちる
- チームワークよくやらないとボールが落ちる

↓

アレアが加味されている

5.ユニバーサルスポーツについて

session B　　藤田　紀昭　同志社大学教授

風船バレー・巨大オセロ

- 体格や体力のいい人が有利？
- 返せば返すだけ相手に返すチャンスを与えることになる
- ゆっくり入れた1つが得点になるかも…
- 体格・体力があることが必ずしも有利にならない
- 終わりの見通しが持ちにくい

じゃんけんダンス

- じゃんけん（アレア）
- ダンス・みんなで同じ振り（ミミクリー）

スポーツは無尽蔵に創れる
する・見る・支える・創るスポーツ

- 対象者の特徴や実施場所等を考慮したうえで自ら考え出す
- 似たようなものでも対象者、環境により、やり方用具の工夫で全く違ったものに
- スポーツやゲームを数限りなく創り出すことが可能
- 何千年の時を経ても毎日、毎日、全く違った楽曲が作られているのと同じ

新しいスポーツ創りのポイント1
取り組む内容

1. 目的は？
   - ウォーミングアップ、友達づくり、体力づくり、発達を促す、その時間を楽しむ　など
2. 対象者の特徴は
   - 障害の内容、年齢（生活、発達年齢）、性別、人数　　など
3. 柔軟な発想
4. 実施場所の環境（予算）
   - 広さ、使える用具、その他の環境
5. 実施時のスタッフ体制参加者の参加形態
6. スポーツへの動機づけ
   - 自己有能感、自己効力感・自己決定感、受容感、知的好奇心への刺激
7. できることを生かす

10

視点		考え方（卓球の場合）
転用	他の使い道、新しい用途は	・ラケットはボールを打つのではなく弾く道具 ・卓球台と卓球ボールでビリヤード
応用	他からアイデアを借りたらどうか、他に似たようなものはないか、真似	・卓球台上にゴールを作りゴールした方が勝ち ・バドミントンコートを使って、ラケット・ボールは卓球で車椅子テニス
変更	変えたらどうか、意味、色、動き、形	・卓球台の上でふうせんバレーボール ・ボール色を縞模様にして回転をわかりやすく
拡大	何かを付け加える、回数を増やす、長くする、時間を増やす	・コートを大きくフロアでやる ・ラケットを大きく、２バウンドでもOK
縮小	小さく、軽く、短く、圧縮、省略	・子どもでも出来るように卓球台の足を短く ・障害の重い人側のコートは小さくする
代用	他の材料、他の場所、代用品、動力	・ラケットをうちわにする ・会議用テーブルを台にしてネットは辞書で
再配置	順番を変える、要素を変える、	・ラリーが長く続いた方が勝ち ・ボールをより遠く相手のコートに返した方が勝ち
逆転	順番、役割、基準、勝敗、上下逆	・ネットの下をくぐるようにする ・ゴロで返す、ボールのバウンド数を競う
結合	混合する、組み合わせ、障害の有無	・バレーボールのように６対６ ・障害のない人とある人のダブルス

11

新しいスポーツ創りのポイント2
取り組む姿勢

- 一人で悩まない
  →チームで取り組む
- 出た意見は否定しない
  →否定ではなくその上をいく創造
- 考えてばかりじゃダメ
  →実際にやってみる
- 最初からうまくいくはずがない
  →トライアンドエラーの繰り返し
- 正しい方法はない
- →できるだけいい方法を見つける

8.グループワーク

session C～session F

(1)テーマ　「宮城県立西多賀支援学校でのユニバーサル競技」

・対象者は、高等部の生徒。車椅子利用者。６名。

・体育の授業時間に実施（４５分）

(2)検討されたスポーツ競技(1)

２６年９月９～１１日（火～木）	班員氏名（全員フルネームで） 遊佐萌藍　菅野公美子　丸山内雄大　山本啓太

☆スポーツの名前

ボッチャビンゴ

☆目的

ボッチャを使って楽しむ。

☆人数・場所・利用する用具

３人対３人　・　体育館　・ボッチャ　・ラインテープ

☆スポーツのルール,試合の進め方

このゲームは、９マスのマスごとに得点のついたマスを用意し、２チーム対抗で行い、各チーム４球を手持ちとしてボッチャをマスに投げ入れ得点を競う。ビンゴという名前がついているためビンゴ要素もあり、１列ビンゴを揃えれば＋２０点。２列ビンゴを揃えれば＋５０点といったようにボーナスポイントが加算される。注目点としては、各チーム手持ちの４球以外にマスに入ればどちらのチームのマスにもなるジャックボールというボールを試合開始時に先行のチームが投げること。ビンゴで最初真ん中を抜くようにこのボールが入ったマスはどちらのチームもとったことになる。ただし、得点は加算されないので注意。このジャックボールはあくまでビンゴをしやすくするためのものである。このようなルールを全て含めた上で合計点数が多い方チームの勝ちとなる。

☆ゲームのバリエーション

マスの得点を変える。

投げる位置や距離を変える。

☆実践してみての感想,問題点、改善方法

・感想

このゲームのよかった点としては、得点制なので分かりやすく盛り上がること。ビンゴのボーナスポイントも良いアイデアだったと思う。

・問題点

ボッチャをちゃんと投げれるかという意見が出たが、ランプスの使用や距離の調整で対応できると思う。さらにマスの中に小さな高得点を獲得できるマスを作ればもっと盛り上がると思う。

(2)検討されたスポーツ競技(2)

２６年　９月　１５日（月）	班員氏名（全員フルネームで） 松村　しおり　　森田　克典　　三浦　航　　森谷　美雪

☆スポーツの名前

風船外出しゲーム

☆目的

風船を外に出し公平に簡単に得点を競い合うことで楽しんでもらう。

☆人数・場所・利用する用具

３人対３人　・　体育館　・ボッチャ　・様々な大きさの風船

☆スポーツのルール,試合の進め方

１チーム３人の赤チーム対青チームに分かれて競技を行う。

三角形の辺にそれぞれのチーム１人ずつ並び、各辺に２人ずつ並びボッチャを投球する。

１人３球、投球し、三角形内にある自分のチームの色の風船を三角形外に出す。

風船にはそれぞれ点数があり、その点数を競う。

相手チームの風船が出た場合、相手チームの得点となる。

☆ゲームのバリエーション

三角形の大きさを変える。

風船を増やす。

投球する球を変える。

☆実践してみての感想,問題点、改善方法

・感想

初めは、三角形ではなく四角形だったが、風船がたくさん外に出て得点が入った方が楽しいため、三角形にしました。また、風船がたくさん外に出た方がいいから三角形を狭くした方が良いという意見があったため狭くし、風船を様々な大きさに変え、不規則に動くことを利用するなど話し合いや意見を元に改善を加えた結果、よりよいゲームになり良かったと思います。

・問題点

ボールを勢いよく投げれるかという問題があったが、ランプスを使う、ボールを変えるなどといった改善が必要だと考えました。

(2)検討されたスポーツ競技(3)

２６年９月９～１１日（火～木）	班員氏名（全員フルネームで） 松村　しおり　　森田　克典　　三浦　航　　森谷　美雪

☆スポーツの名前

ボッチャ BINGO

☆目的

誰もが勝つことのできる競技を通して交流する。

☆人数・場所・利用する用具

３人対３人　・　体育館　・　ボッチャ

☆スポーツのルール,試合の進め方

１チーム３人の赤チーム対青チームに分かれて競技を行う。

３×３のコートにボッチャを投球する。

１人４球、投球し、すべての投球が終わったら、ビンゴになった数を数える。

ビンゴの数の多いチームの勝利。

☆ゲームのバリエーション

コートのマスの数を変える。（Ex：５×５）

ボッチャの数を変更する。

☆実践してみての感想,問題点、改善方法

・感想

初めは、５×５というコートを考え、３つ以上そろった列の多いチームの勝ちというルールで考えていましたが、ルールが難しいという意見がありました。ルールを複雑に考えすぎたところがあるので、誰でも知っている既存のルールでできるようにすると良かったと思います。

・問題点

ルールが複雑すぎてわかりにくい、マスが多くてビンゴになりにくいという問題点が挙げられました。ルールに関しては、ビンゴのルールに変更し、３×３のマスに変更してビンゴになりやすくすると良いという意見が出ました。限られた時間や環境で楽しさの要素を引き出すことが大切だと思いました。

(2)検討されたスポーツ競技(4)

２６年９月９～１１日（火～木）	班員氏名（全員フルネームで） 吉井　広弥　　渡邊友也　　石川海洋　　渡井渓

☆スポーツの名前

劇団ものまね

☆目的

楽しんでもらうことはもちろんみんなの協力だったり、体感が生まれてほしい。

☆人数・場所・利用する用具

１人～多数　　どこでも　　用具なし

☆スポーツのルール,試合の進め方

お題に合った動きを何人かで作ってもらう。

例）お題→夏休み

海の中の様子を表現する。

☆ゲームのバリエーション

逆に何かを当ててもらう。

人数を増やす。

みんなで一つのものを作る。　　何班化で作る。

☆実践してみての感想,問題点、改善方法

・感想

最初は、これは捨てゲームであまり考えなしで思い付きで出してみたら思いの他楽しくてこれは神ゲームになりました。

・問題点

問題点は特にありません。

(2)検討されたスポーツ競技(5)

2014年　9月　10日（水）	班員氏名（全員フルネームで） 吉井　宏弥　　渡井　渓 石川　海洋　　渡部　友也

☆スポーツの名前
大玉綱引き

☆目的
競争と運動による心身の充実を高めること

☆人数・場所・利用する用具
1人～　　屋外・屋内
綱・風船

☆スポーツのルール,試合の進め方（イラスト等も入れて）

綱で繋がれた風船をプレーヤーから一定の距離に設置し、プレーヤー側はその風船を自分の方向へ引っ張りより早く自分のもとへ風船を手繰り寄せたプレーヤーが勝利とし、その順番に順位をつける。

←

人----------◎大玉

☆ゲームのバリエーション
どれだけの時間で風船を自分のもとへゴールさせるかという時間制のルールや風船が通る軌道上もしくはその周辺にペットボトルなどのターゲットを設置してそのターゲットに得点を設定し、倒すあるいは触れたターゲットの得点を競う得点制のルールも設定することができる。

☆実践してみての感想,問題点、改善方法
・感想
ゲームのルールはシンプルだが、競争が伴うために楽しむことができた。また、準備するものや場所も比較的少ないのも利点であった。大玉で実践したが、これを風船に代えることで引く力の弱い人でもこのゲームに取り組めることができると考えた。

・問題点
力の差があると、同じ距離を引くことは不公平に感じた。

・改善方法
ハンデで距離を変更したり得点制のルールにすれば、実力差を縮め、より公平にゲームを進められる。

(2)検討されたスポーツ競技(6)

2014年　9月　10日（　水）	班員氏名（全員フルネームで） 丸山内雄大　山本啓太　菅野公美子　遊佐萌藍

☆スポーツの名前
進化じゃんけん

☆目的
自己紹介を含めてアイスブレイクのゲーム。初めての人と打ち解けてレクリエーションを楽しむ。

☆人数・場所・利用する用具
＜人数＞生徒６人　スタッフ 16 人　　＜用具＞特になし
＜場所＞体育館

☆スポーツのルール,試合の進め方（イラスト等も入れて）

進化じゃんけん（何も使わないゲーム）
じゃんけんで勝つごとに進化していくゲーム。
ミジンコ→魚→猿→人間→神の順に勝ったら進化していく。
負けた場合はそのままで退化はしない。
同じ進化過程の人としかじゃんけんができない。
それぞれの進化過程にはポーズが決められていて、それをしながら同じポーズの人を探してじゃんけんをする。
神になったら前に出てきてもらう。
時間制限を作るか、神が何人になったら終わりという形でゲームを終了する。

☆ゲームのバリエーション
負けたら退化する
神とミジンコが戦ってミジンコが勝てば立場が逆転する
進化過程を他のものにしてポーズを変えて行っても面白い

☆実践してみての感想,問題点、改善方法
・感想
自己紹介もでき、笑いもあるのでとてもいいレクリエーションだと思う。
誰でも楽しくできると思う。

・問題点　　・改善方法
じゃんけんに負け続けてずっとミジンコのままの人が出てきてしまう
→この時は助っ人が外から入ってじゃんけんに参加する
ポーズがうまくできない人がいる場合がある。
→その人のためにもっと簡単なポーズを決めておく

(2)検討されたスポーツ競技(7)

2014 年　9 月　10 日（水）	班員氏名（全員フルネームで） 森田克典・村松しおり 森谷美雪・三浦航

☆スポーツの名前
自己紹介ゲーム

☆目的
勝敗関係なく、競争もなく、物を使わなく、交流を深めるための競技

☆人数・場所・利用する用具
人数：８～１０人　場所：体育館

☆スポーツのルール,試合の進め方（イラスト等も入れて）

お題（好きなものやスポーツなど）を決める。
円になり、名前とお題に決められたものを答え、次の人は前の人の名前とお題に決められたものを答えてから自分の名前とお題に決められたものを答える。順々に答えていき最後の人は全員分の名前と好きなものを答える。

☆ゲームのバリエーション
・好きなお題を毎回くじ引きで決める。前の人と次の人のお題が変わると難易度が増す。
・動きを足すためにものまねやジェスチャーをお題に入れる。
・

☆実践してみての感想,問題点、改善方法
・感想
6 人という少ない人数に学生を入れて交流できるという点は良い

・問題点
・人数が増えた場合難易度が高すぎる。
・車いすの子達がどのような動きまでできるか
・

・改善方法
・動きを加えると面白い。
・

(2)検討されたスポーツ競技(8)

2014年　9月　10日（水）	班員氏名（全員フルネームで） 石川　海洋　吉井　宏弥 渡部　友也　渡井　渓

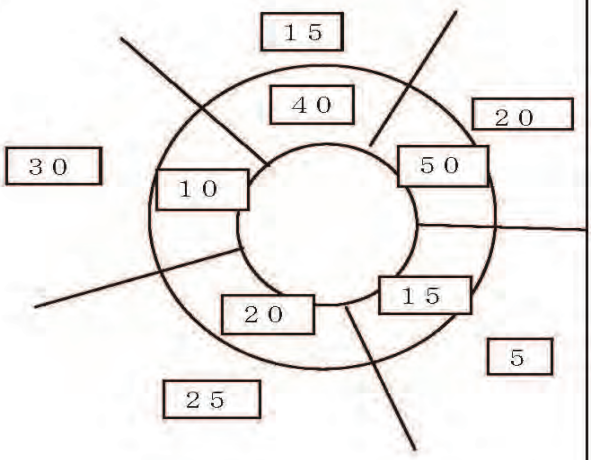
☆スポーツの名前
３６０°ボッチャ

☆目的

☆人数・場所・利用する用具
人数：１人～多数
利用する用具：ボッチャの玉・得点もつけられるもの(ダンボール・ペットボトルetc)
場所：どこでも可能

☆スポーツのルール,試合の進め方（イラスト等も入れて）

ルール
- **ボールを３６０°好きな方向に投げる。**
- **一番近いダンボールの得点をもらえる。**
- **得点はあえて表に向けず伏せておく。**
- **遠くに投げればいいってわけではない。**
- **３球投げるチャンスあり。**
- **投球方法は下投げのみ。**



☆ゲームのバリエーション

・最初に目標得点を決めてそれに近づけるようにするゲーム
・300点などの持ち点を減らしていき０点にしていくゲーム。
（投球で勝敗をつけるor　時間制限）

☆実践してみての感想,問題点、改善方法
・感想
ボッチャボールがないため、実践することができなかった。

・問題点
どのチームにも実際に行ってないので
問題点が出ませんでした。

・改善方法
改善点も同様。

9.モデルプログラム

宮城県立西多賀支援学校

(1)opening　13:20

司会：遊佐　萌藍（同志社大学）

：丸山内　雄大（仙台大学）

(2)第1競技　13:25～13:45

進化じゃんけん

じゃんけんで勝つごとに進化していくゲーム。
ミジンコ→魚→猿→人間→神の順に勝ったら進化していく。
負けた場合はそのままで退化はしない。
同じ進化過程の人としかじゃんけんができない。
それぞれの進化過程にはポーズが決められていて、それをしながら同じポーズの人を探してじゃんけんをする。
神になったら前に出てきてもらう。
時間制限を作るか、神が何人になったら終わりという形でゲームを終了する。

(3)第2競技　13:45～14:05

ボッチャビンゴ

９マスのマスごとに得点のついたマスを用意し、２チーム対抗で行い、各チーム４球を手持ちとしてボッチャをマスに投げ入れ得点を競う。ビンゴという名前がついているためビンゴ要素もあり、１列ビンゴを揃えれば＋２０点。2列ビンゴを揃えれば＋５０点といったようにボーナスポイントが加算される。注目点としては、各チーム手持ちの４球以外にマスに入ればどちらのチームのマスにもなるジャックボールというボールを試合開始時に先行のチームが投げること。ビンゴで最初真ん中を抜くようにこのボールが入ったマスはどちらのチームもとったことになる。ただし、得点は加算されないので注意。このジャックボールはあくまでビンゴをしやすくするためのものである。このようなルールを全て含めた上で合計点数が多い方チームの勝ちとなる。