

誰もが楽しくスポーツできるプログラムを



ユニバーサルスポーツワークショップ 実施報告書

2017年8月28日～30日

日本福祉大学ECOUS

仙台大学障害者スポーツサポート研究部 Co-Act.

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に取り入れ開発し、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、宮城県牡鹿郡女川町内において、障害のある子どもたち等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、プログラムを監修いただきました、日本福祉大学教授 藤田紀昭先生、今回のスポーツワークショップ全体のコーディネートにご尽力をいただきました、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、そして後援という形でにご協力を頂きました社会福祉法人女川町社会福祉協議会の皆様に御礼を申し上げます。

平成29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、指導者誰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三陸沿岸の宮城県牡鹿郡女川町において開催し、室内で団体で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、宮城県立支援学校女川高等学園の生徒さん、女川町身体障害者福祉協会とうみねこ園の皆様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後援 社会福祉法人女川町社会福祉協議会
- ③協力 日本福祉大学ECOUS
仙台大学障害者スポーツサポート研究部 Co-Act.
宮城県立支援学校女川高等学園

(3)日時 平成29年8月28日～8月30日

(4)会場 女川町まちなか交流館 (8月28日)
女川町総合体育館 (8月29日)
宮城県立支援学校女川高等学園 (8月30日)

(5)参加者 19名
※モデル事業実施時には下記の学校/施設合わせて合計43名の参加
宮城県立支援学校女川高等学園1年生26名
女川町身体障害者福祉協会9名
うみねこ園8名

2.スケジュール

8月28日	内容	備考
	※日本福祉大学（東京駅でナイスハート基金と合流） のぞみ106号8:02名古屋駅～9:43東京駅 はやぶさ51号10:04東京駅～11:39仙台駅 ※ナイスハート基金スタッフ はやぶさ51号10:04東京駅～11:39仙台	
11:45	仙台駅／仙台大 合流 ※レンタカーにて移動 ※途中昼食	日産レンタカー仙台駅東口店 電話：022-257-4123 昼食：四六時中 PA春日下り店 宮城県宮城郡利府町春日字二ツ石39-8 三陸自動車道下り線春日パーキングエリア 電話：022-352-7318
14:00	session A 活動紹介 ・日本福祉大学 ・仙台大学	女川町まちなか交流館 〒986-2261 宮城県牡鹿郡女川町女川浜字大原1-36 電話：0225-24-6677
14:45	session B ユニバーサルスポーツについて ・考え方の整理	
15:30	休憩	
15:45	ice break	
16:15	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	
18:00	終了／移動	ツルハドラッグ／宮城女川店 〒986-2231 宮城県牡鹿郡女川町浦宿浜字小屋ノ口79番3 電話：0225-50-2268
18:10	ホテル到着	
18:30	夕食	ホテル・エルファロ 女川トレーラーハウス宿泊村＝ 〒986-2271 宮城県牡鹿郡女川町女川浜字大原107-3 KK-7街区3画地 電話：0225-98-8703
19:30	懇親会	女川温泉ゆぼっぼ 営業時間9：00 ～ 21：00 （最終入館は20：30まで） 〒986-2261 宮城県牡鹿郡女川町女川浜字大原1-10 電話：0225-50-2683

8月29日		内容	備考
7:30	朝食		
8:45	ホテル出発		
9:00	session D グループワーク ・グループワークの続き		女川町総合体育館 〒986-2261 宮城県牡鹿郡女川町女川浜字大原190女川町総合運動場内 電話：0225-53-3151
11:00	・発表にむけた準備		
12:00	昼食		弁当：「さんさん亭」
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		
17:00	終了／移動		女川温泉ゆぼっぼ 営業時間9:00 ～ 21:00 (最終入館は20:30まで) 〒986-2261 宮城県牡鹿郡女川町女川浜字大原1-10 電話：0225-50-2683
17:10	女川温泉ゆぼっぼ 到着		
18:10	ホテル到着		ホテル・エルファロ =女川トレーラーハウス宿泊村= 〒986-2271宮城県牡鹿郡女川町女川浜字大原107-3 KK-7街区3画地 電話：0225-98-8703
18:30	夕食（バーベキュー）		
8月30日		内容	備考
7:30	朝食		
8:45	ホテル出発		
9:00	宮城県立支援学校女川高等学園到着 一年生の体育の授業で実施 ・男子18名女子8名合計26名（※軽い知的障害の生徒が多い） ・女川町身体障害者福祉協会 会員		宮城県立支援学校女川高等学園 〒986-2231 宮城県牡鹿郡女川町浦宿浜字十二神60-3 電話：0225-50-1088
10:35	スポーツ競技の体験と交流 ・準備体操 ・現行のふれあいのスポーツ広場プログラムより2競技紹介 ・新規プログラムの紹介		
11:35	閉会		
11:55	学校出発 ※途中昼食		ホテル「ステイイン 鈴家」 〒986-2243 女川町鷺神浜字内山62-12 電話：0225-53-4110
15:00	仙台駅到着 ※日本福祉大（ナイスハート基金；東京駅まで） こまち22号15:30仙台駅～17:04東京駅 のぞみ245号17:20東京駅～19:01名古屋駅		佐川急便 石巻営業所 〒986-0844 宮城県石巻市重吉町8-10 電話：0225-96-9030

3.このプログラムの目的

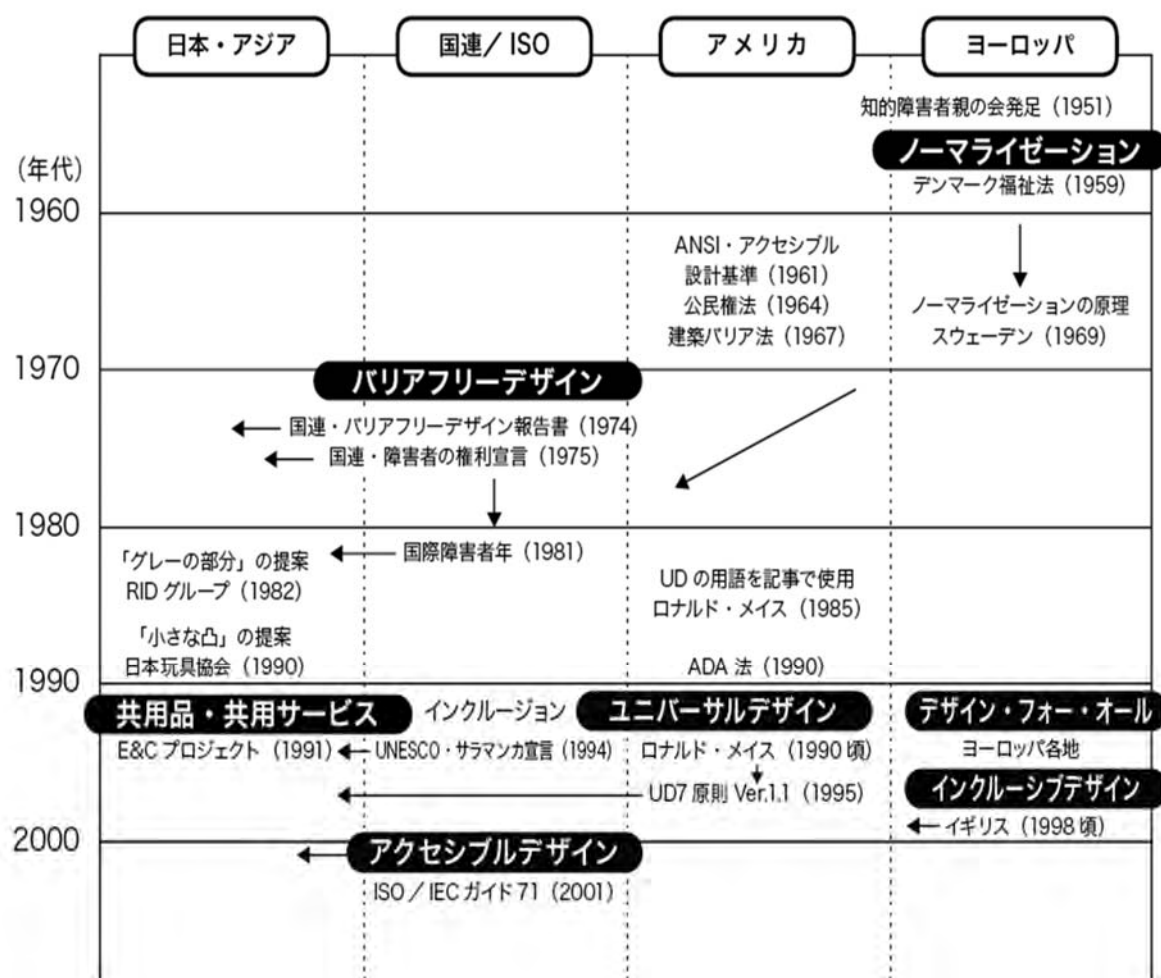
opening session

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々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。

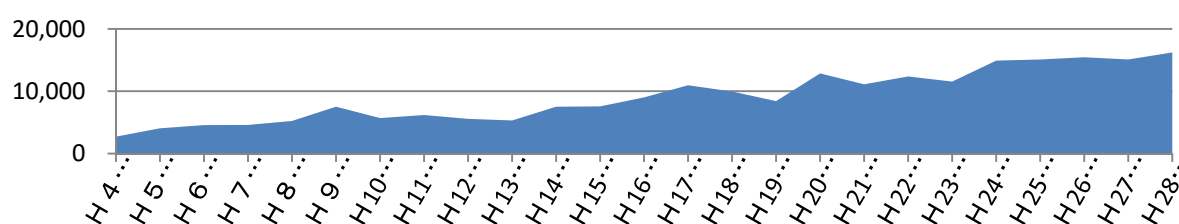
仙台大学
デビュー
平成23年度横浜大会



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
2014年（平成26年） 過去最大38都市において開催。過去最多の15,994名の参加。

2015年（平成27年） 過去最大38都市において開催。過去2番目の15,103名の参加。
2016年（平成28年） 過去最大41都市において開催。過去最多の16,225名の参加。

ふれあいのスポーツ広場参加者の推移



(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30年度への取組として採用する

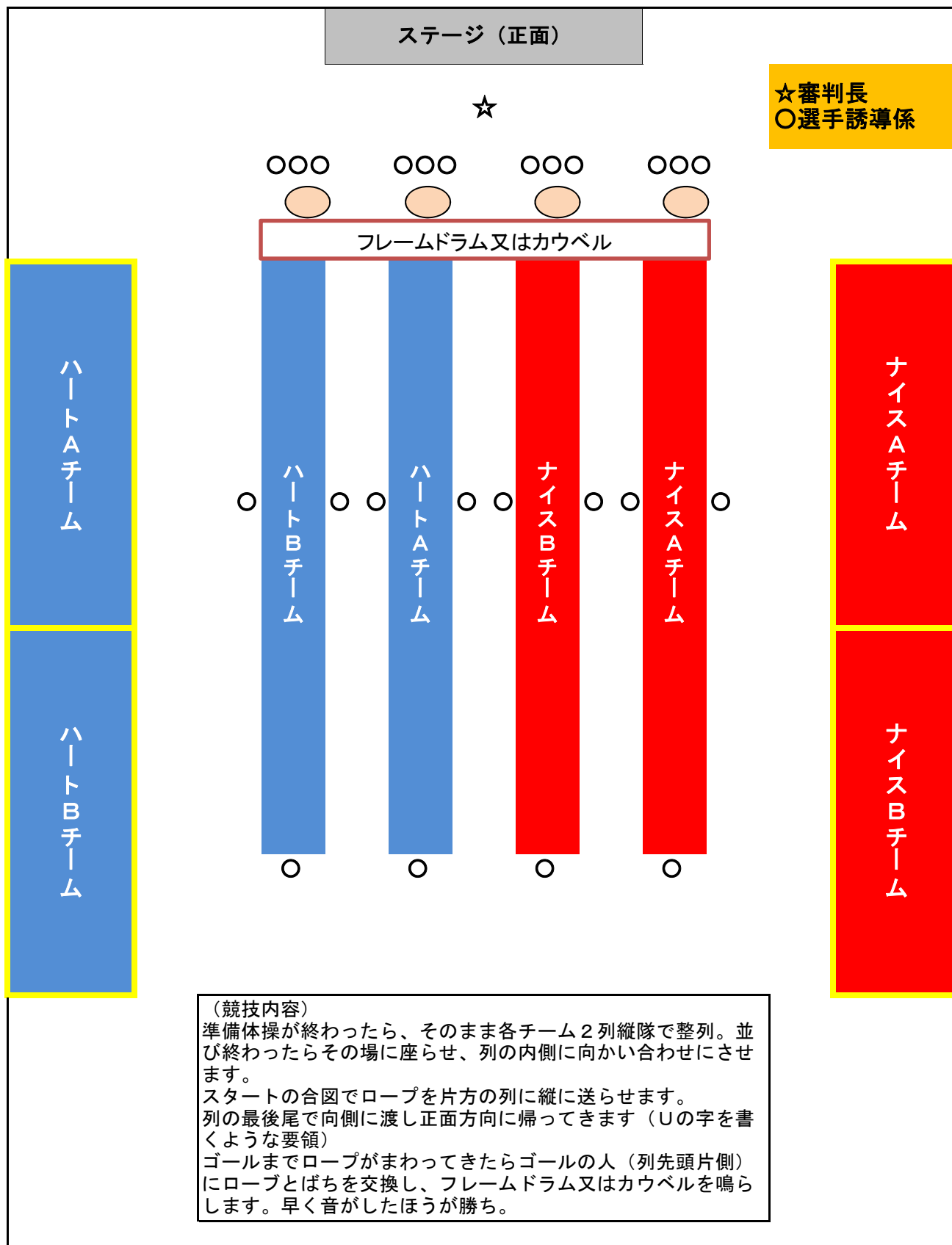
③障害のある子どもたちに、室内で楽しめるスポーツプログラムを提供する

- ・ 8月30日に宮城県立支援学校女川高等学園等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 ホール・イン・ワン
11:40	第3競技 風船バレー
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 日本福祉大学 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





事前にロープをよくほぐし、もつれないように準備しておく。



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。

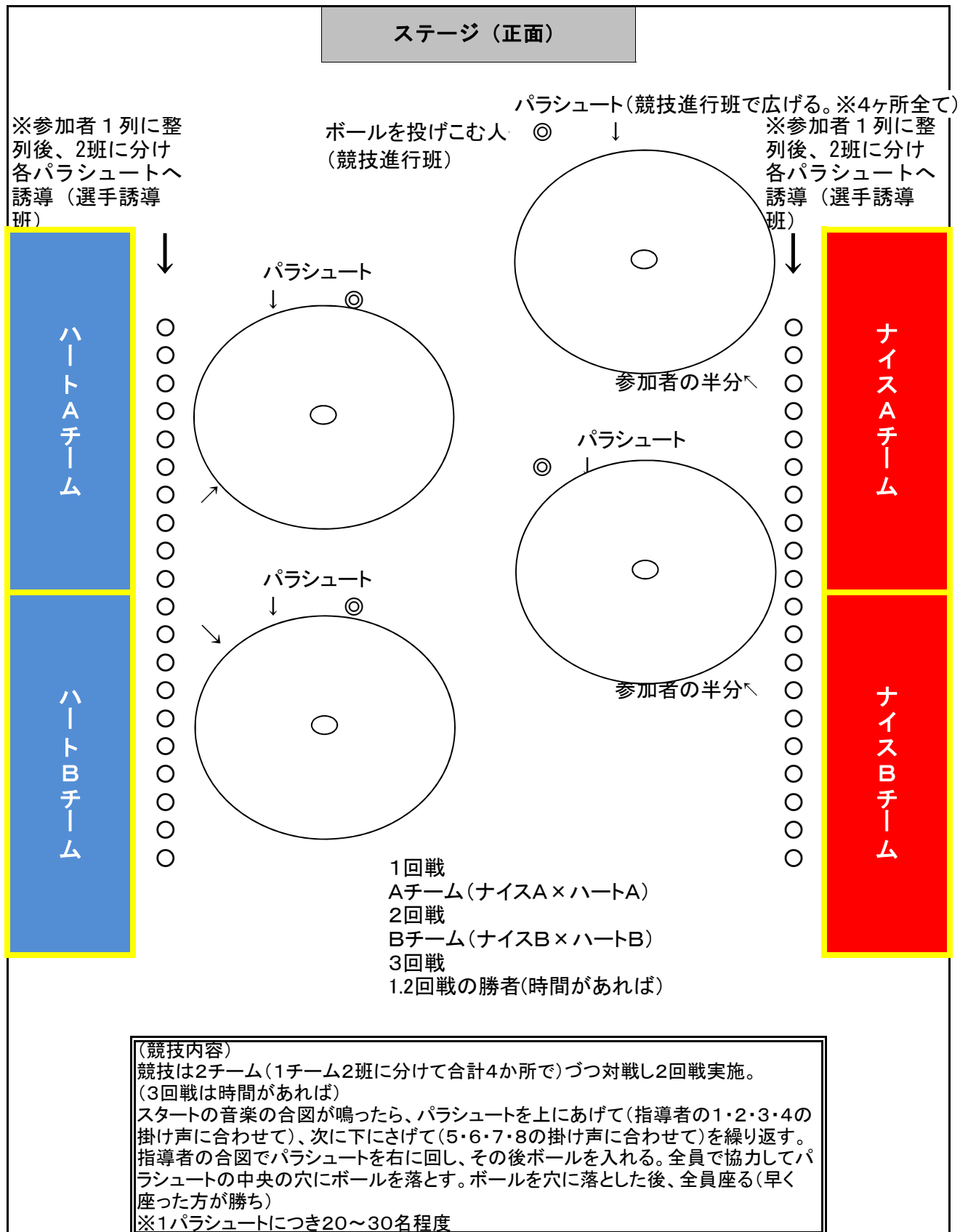


列の最後尾でUターン。実行委員のサポートが必要。



ロープの最後についているボールと、ばちを交換し、最後の選手がフレームドラム又はカウベルを鳴らしてゴール。

4-2.資料～競技マニュアル ホール・イン・ワン





パラシュートを広げてスタートの音楽（あまちゃん）の合図を待つ。（1パラシュートに20～30名程度※参加者が少ない場合、競技誘導班が入る）



スタートの音楽の合図が鳴ったら、パラシュートを上にあげて（指導者の1・2・3・4の掛け声に合わせて）、次に下にさげて（5・6・7・8の掛け声に合わせて）を繰り返す。



指導者の合図でパラシュートを右に回し、その後ボールを入れる。

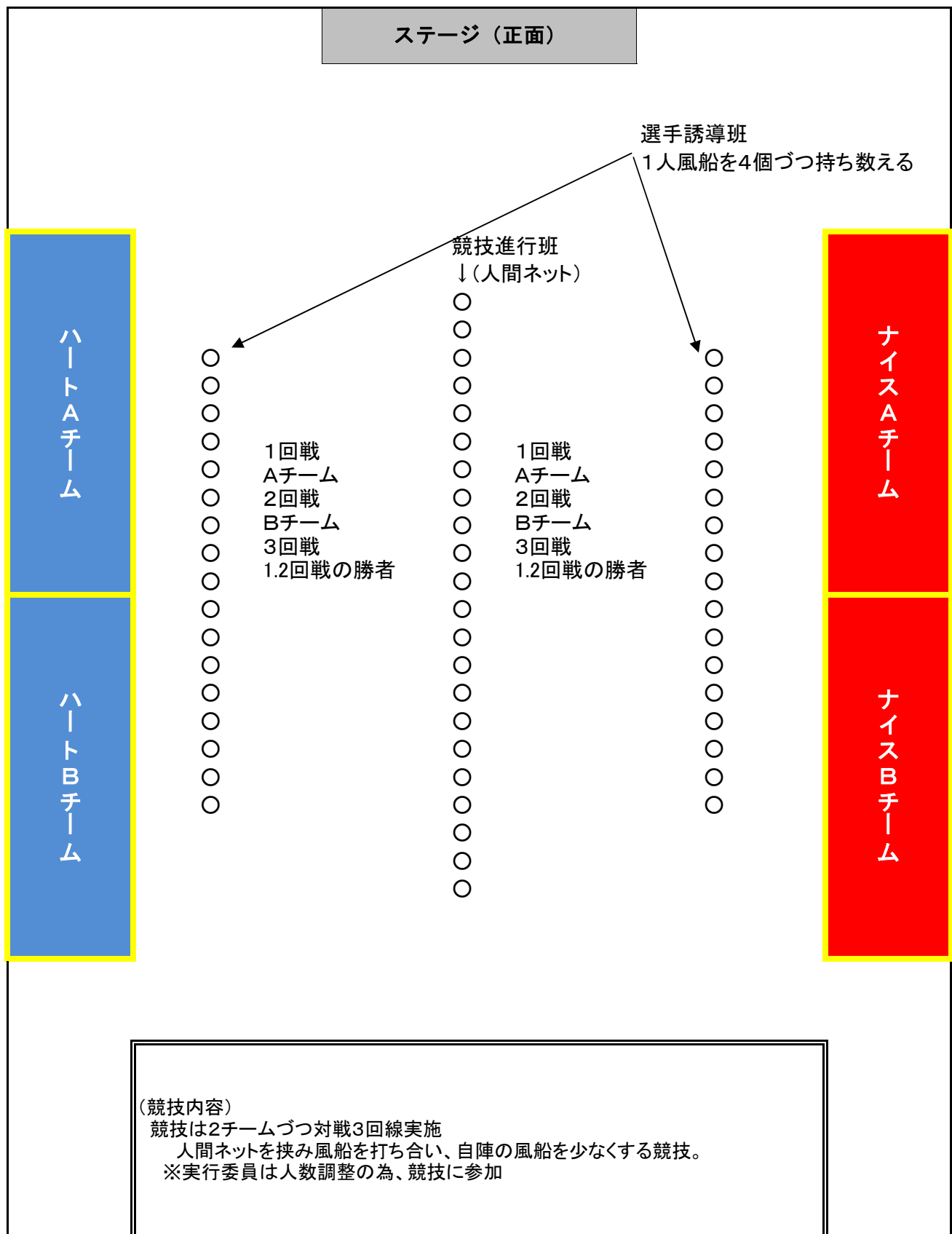


全員で協力してパラシュートの中央の穴にボールを落とす。



ボールを穴に落とした後、全員座る（早く座った方が勝ち）

4-3.資料～競技マニュアル 風船バレー





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。

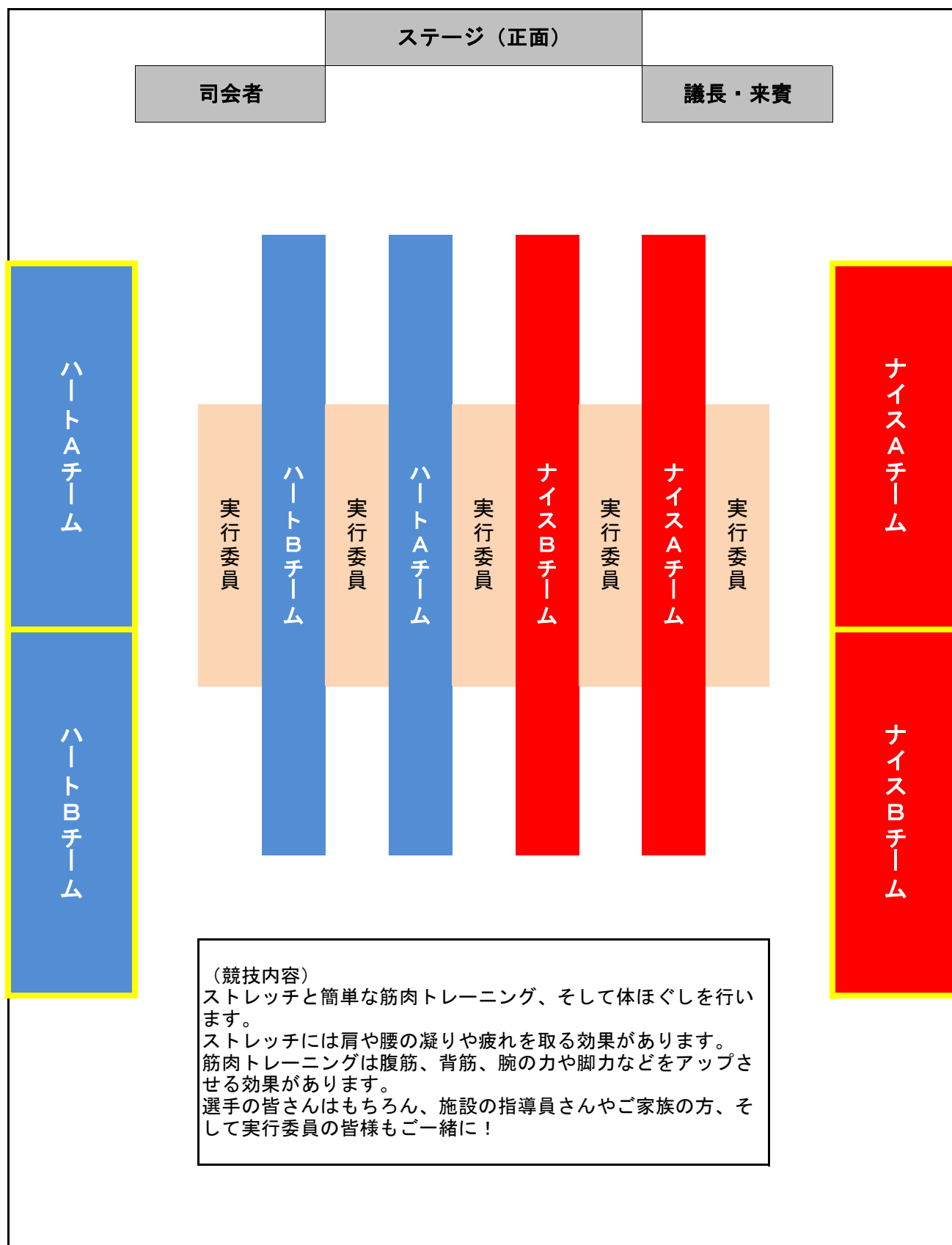


競技リーダーの指示で、大風船(緑色)1
つ、黄色を2つ投入。

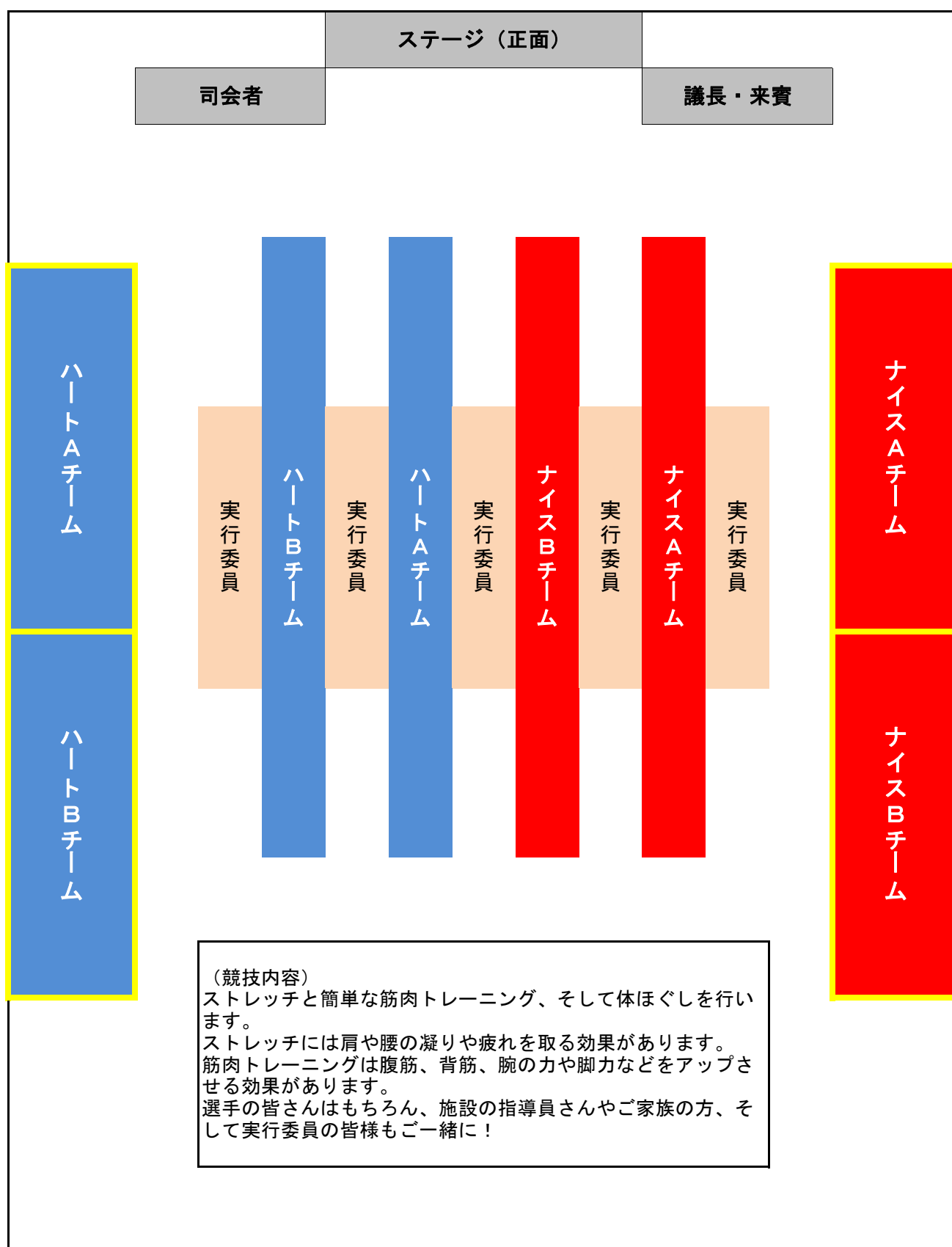


終了の合図で、選手は座る。風船を数え
るスタッフは、4つづつ風船を持ち整列。
大風船は、8個分の風船としてカウ
ント士、2人で持つ。
審判は、人数で数えて、座っていく。少
ない方が勝利。

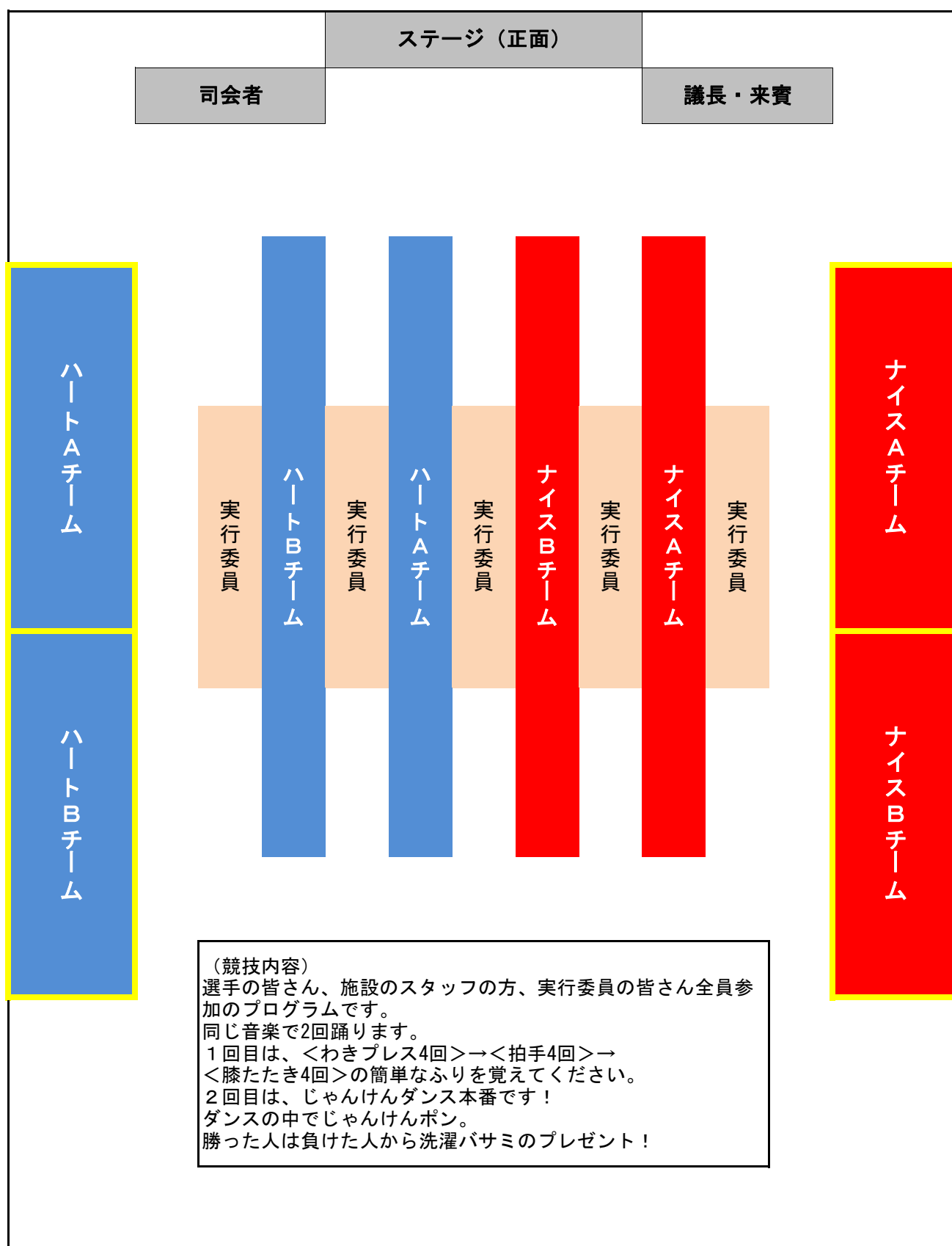
4-4.資料～競技マニュアル ストレッチ



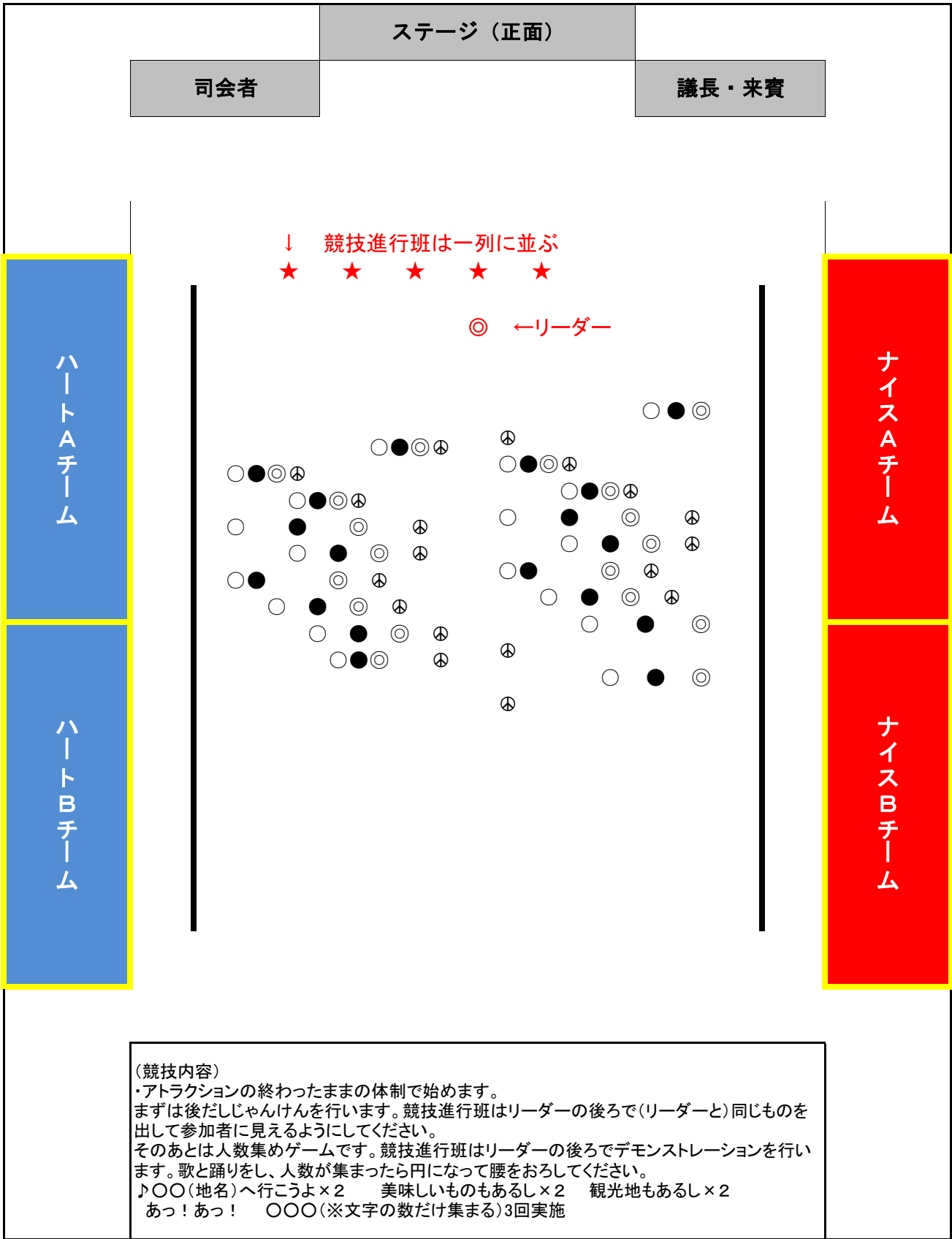
4-4.資料～競技マニュアル ストレッチ



4-5.資料～競技マニュアル じゃんけんダンス



4-6.資料～競技マニュアル ご当地ゲーム





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。

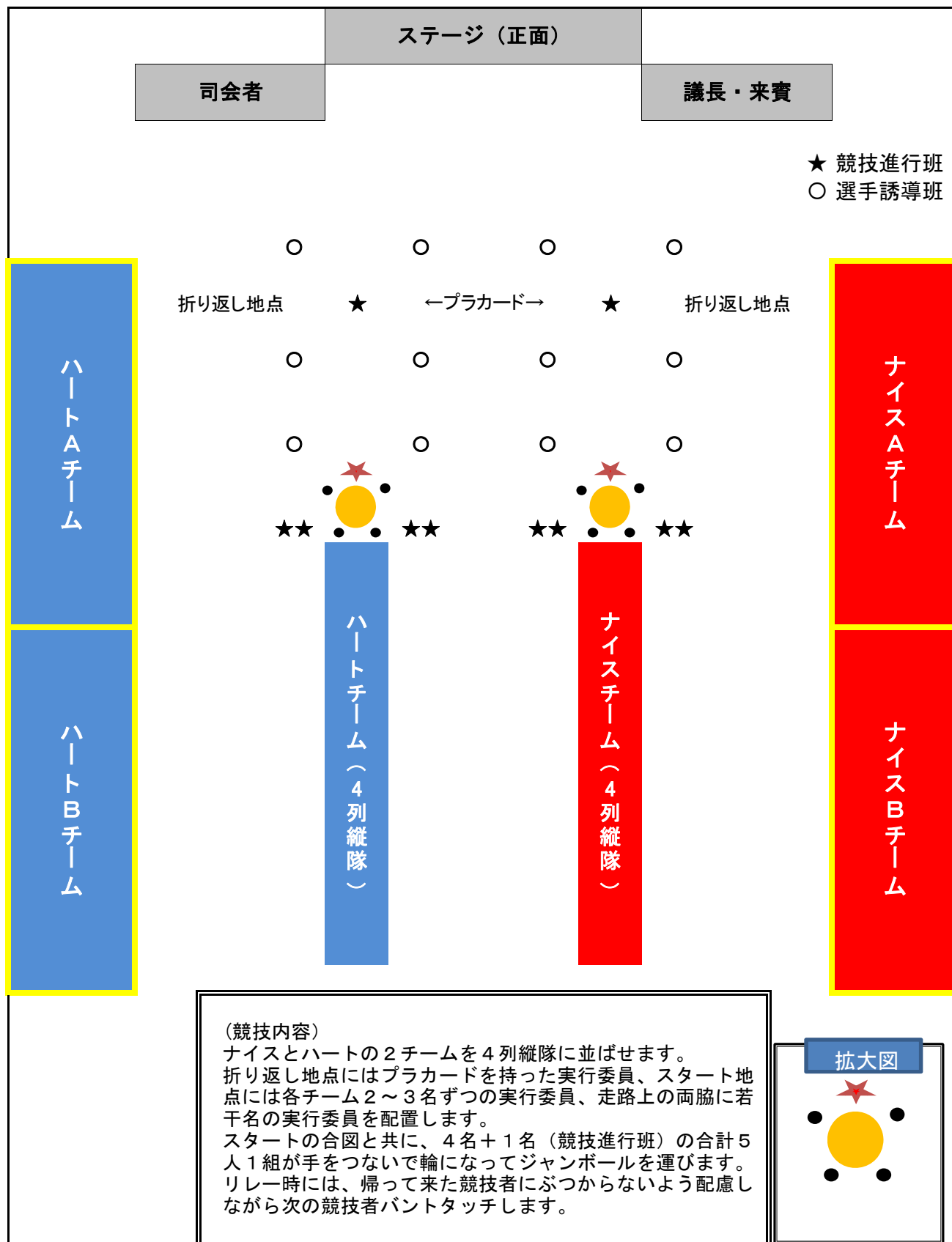


じゃんけんも分かりやすく図案化したポスターを使いながら進行いたします。



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。

4-7.資料～競技マニュアル輪になって運ぼう





ナイスとハートの2チームを4列に整列。整列後に座るよう誘導する。競技は、4名+1名(競技進行班)の合計5人1組でリレーを行う。スタート地点に実行委員を2~3名配置する。最後尾の列の組は、たすきをかける。

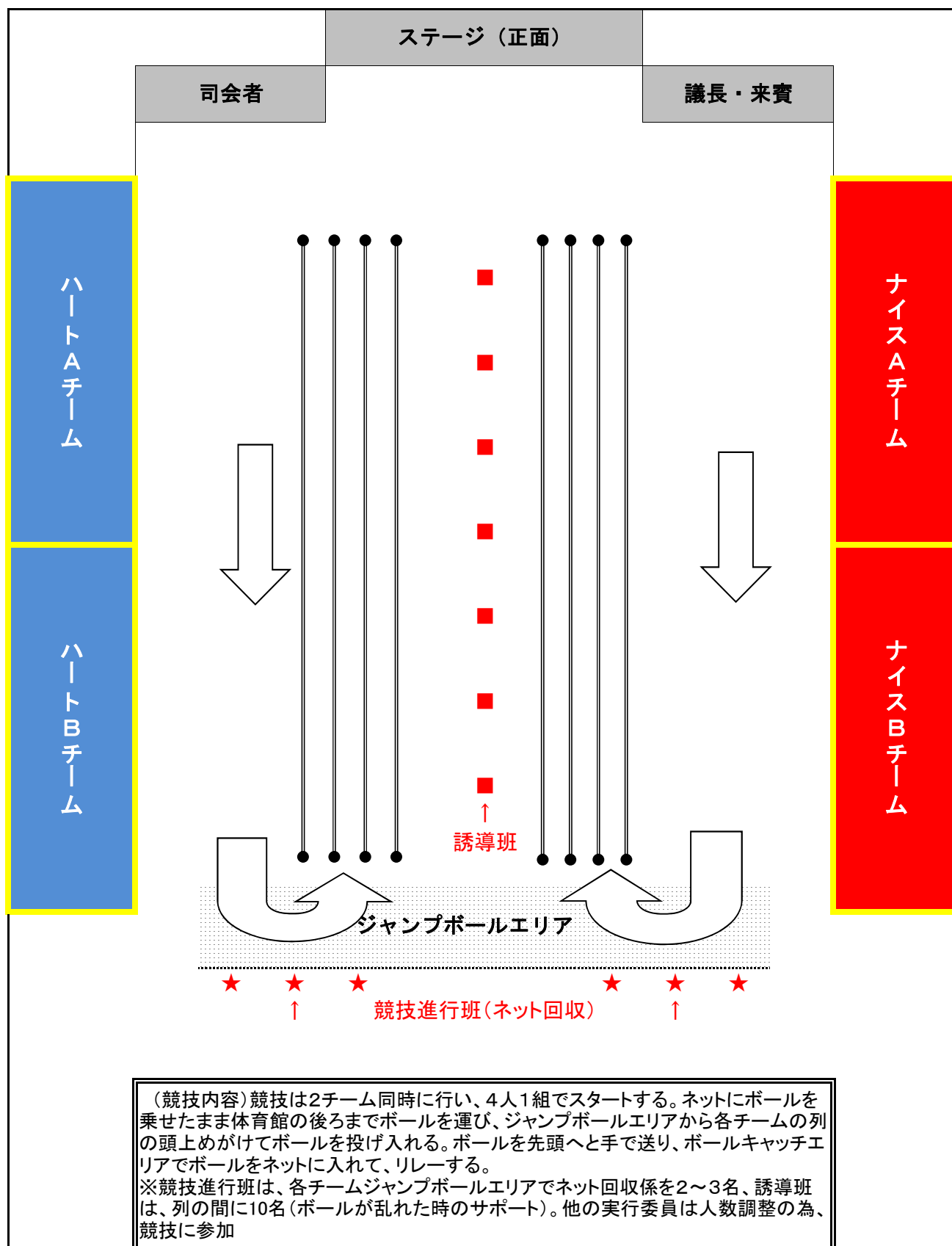


5人1組(内1人が競技進行班)で手をつないでジャンボールを囲み、前に進める。競技進行班は後ろ向きで進む。



ターンポイントより後ろに抜けてしまわないよう、実行委員を配置する。

4-8.資料～ジャンボールリレー





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、ネットに乗っているボールをチームの頭上に大きくジャンプさせ、頭上を手で送って前方への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。

5.自己紹介

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こと

②参加者の誰もが楽しみながら参加できるように

- 人任せにせずに自ら行動すること
- 参加しづらい人に配慮すること

(2)ice break

プログラムの内容は当日のお楽しみ。。。

6.活動紹介

session A

(1)日本福祉大学ECOUS

ECOUSの取り組み

サークル活動紹介

ECOUSの意味

- ▶ EはEnjoy
- ▶ CはConnect
- ▶ OはOpen
- ▶ UはUniversal
- ▶ SはSports
- ▶ みんなで、ユニバーサルスポーツを楽しみながら、繋げ、広げていく

活動内容

1. サークルメンバーの研修(学内・学外)
2. ユニバーサルスポーツの開発・発信
3. 施設等の交流
4. ナイスハート・ふれあいスポーツ広場への参加
5. スポーツ大会等のボランティア
6. サークルの目的を達成するための普段の活動

普段の活動

1. 活動日
毎週水曜日(12時30分～13時15分)
2. 会議
毎週月曜日(18時30分～)
3. 実践

普段の活動② 会議の様子



普段の活動② ユニバーサルスポーツの実践



地域との交流 みみたっ子ひろばへの参加

- ▶「みみたっ子ひろば」とは、美浜、南知多、武豊町の3つの地域に在住の特別支援学校、特別支援学級に在籍する子どもたちが楽しく過ごすこと、地域の人と繋がりづくりを目的としたイベント

みみたっ子ひろば

◆当日のプログラム◆

- ①開会式
- ②みんなで体をうごかそう
- ③えらんであそぼう
(音楽あそび・おもちゃづくり・カレーづくり)
- ④昼食
- ⑤ECOUS
(風船バレー)
- ⑥閉会式



おしまい



(2) 仙台大学障害者スポーツサポート研究部 Co-Act.

**仙台大学障害者スポーツサポート研究部
Co-Act.**

*** 部活紹介 ***

- ・部員 16名
- ・主な活動
 - 仙団協レクリエーション教室
 - ナイスハートふれあいのスポーツ広場
 - アサンテ夏祭り
 - ウェルフェアスポーツ
 - ニコニコキッズ
- ・良いところ
 - 専門的、人間的な成長
 - アルバイトなどの尊重
 - 部員同士の良好な関係

*** 活動内容 ***

＜仙団協レクリエーション教室＞

自分たちで考えたニュースポーツを知的障害者の方々と一緒にを行います！

～実際に行っている競技～

- ・ボール送り
- ・魚釣り
- ・しっぽとりゲーム
- ・障害物リレー
- ・爆弾ゲーム

その他にもたくさん
あります！



＜ナイスハートふれあいのスポーツ広場＞

ステージでニュースポーツの指導を行います！

～実際に行っている競技～

- ・グーバー体操
- ・後出しじゃんけん
- ・ご当地ゲーム

座ったままできる競技

- ・ジャンボールリレー
- ・輪になって遊ぶ

体を動かす競技

＜アサンテ夏祭り＞

体育館内に出店や遊びのコーナー、太鼓などのステージ発表が出来る場を設け、参加者さんに自由にお店を回ったり、ステージ発表をみてもらったりして楽しんでもらいます。

主に出店のお手伝いや遊びのコーナー
で自分達で考えた競技をおこなって
います！

＜ウェルフェアスポーツ＞

体育館内に、アーチェリー体験やトランポリン体験、ニュースポーツ体験などの様々なブースが設けられます。
ニュースポーツ体験の一角でボウリングや風船バレーなどを行い楽しんでもらいます。

＜ニコニコキッズ＞

小学生以下の子供達と鬼ごっこやバドミントン、卓球、おままごとなどをします。冬はクリスマス会もあり、プレゼント交換をするなど季節に応じて様々なイベントを行っています。

7.ユニバーサルスポーツについて(1)

session B

藤田 紀昭 日本福祉大学教授

Nihon Fukushi University



ユニバーサルスポーツとは...！？

日本福祉大学
藤田紀昭

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...

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
- 何千年の時を経て毎日、毎日、全く違った楽曲が作られているのと同じ
- きわめて人間的で文化的な行為

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

5

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脚や道具 ・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・ボールは卓球で卓球子テニス
変更	変えたらどうか、意味、色、動き、形	・卓球台の上でふんげんバレーボール ・ボール色を黒色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	・コートが大きくなるフロアでやる ・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 ・ボールをより遅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

6

7.ユニバーサルスポーツについて(2)

session B

藤田 紀昭 日本福祉大学教授

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



重症心身障害者の運動レクリエーション指導の留意点



- 参加者の実態把握(介助方法、コミュニケーション方法、禁忌事項の確認など)
- 医学的情報、配慮点のチェック(てんかん発作、アレルギー、トイレタイム、緊急時の対応方法など、水分補給)
- 安全面の配慮
- 好きなこと、好きな動き、好きな音(楽)は何か
- 快・不快のサインを読み取る

- 用具の工夫(色、大きさ、素材、柔らかさ)
- 発達段階に応じた運動内容、用具
 - 体に直接働きかけるような中身、身体意識の形成視覚、聴覚、触覚、全感覚器官を刺激する、首のすわり、安定座位を促す運動、快の体験をできるだけ多く、前庭覚の刺激
- 気持ちを外に向ける働きかけ(社会性の発達)
- もっとやりたい気持ちを育てる(自我の芽生え)
- 長い目で見る・変化のある繰り返し
- 多様な姿勢保持を行う
- 自分自身(本人)の動きを導く
- 残存機能を最大限にいかす
- 最小の経費で最大の効果をねらう

- 「他動的」から「自主的」に！子どもの小さな「主体的な動き」は見逃さない支援！
- 「座ること！」も「スポーツ！」「多様な姿勢保持」そのものが大切な運動！
- 既存の種目ではなく、子どもの障害実態から種目の考案をスタートさせた運動・スポーツ
- <結果>体力、病気をしない身体、筋力、姿勢保持する力、関節の柔軟性、良好な呼吸状態、摂食機能の向上、保有する感覚、見る・聞く等の力、上肢の操作性、物へ働きかける力、幅広い意味での「コミュニケーション能力」向上！

8.グループワーク

session C～session F

(1)テーマ 「支援学校と身体障害者福祉協会会員向けの運動会を想定したユニバーサル競技」

参加者の想定

・ 宮城県立支援学校女川高等学園 1 学年 26 名

(男子18名女子8名合計26名 ※軽い知的障害の生徒が多い)

・ 女川町身体障害者福祉協会 及びうみねこ園の施設の皆様

ロープを使用したプログラム/風船及びキンボールを使用したプログラム/パラシュートを使用したプログラム



9.モデルプログラム

宮城県立支援学校女川高等学園 1年生 26名/女川町身体障害者福祉協会 9名/うみねこ園 8名 合計43名

(1)opening 10:30～

司会：：成田 亜季保（日本福祉大学）/及川 和香（仙台大学）

(2)第1競技 10:32～10:40

ご当地ゲーム

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。歌と踊りをし、文字の数だけ人数が集まったら円になって腰をおろしていく。

♪○○（地名）へ行こうよ×2、美味しいものもあるし×2 観光地もあるし×2 あっ！あっ！

○○○（※文字の数だけ集まる）



(3)第2競技 10:40～11:00

サザエンさんダンス

サザエさんチーム/ ワカメちゃんチーム/カツオくんチーム/ マスオさんチームの4チームで、サザエさんの曲に合わせて2列に並びストレッチを取り入れたウォーミングアップの動きや電車の動作をしながら進んでいくゲーム。



(4)第3競技 11:05～11:15

風船バスケット

風船赤白各20個用意し、パラシュートを広げて、その周りから風船をパラシュートに投げ込むチームとその前に立って風船を阻止するチームで対決するゲーム。風船阻止するチームは、両手バンザイのポーズで動かずにボールを跳ね返すことがルール。



(5)第4競技 11:15～11:25

あまちゃんダンス

既存のホール・イン・ワンの応用で、広げたパラシュートを持ってあまちゃんの音楽に合わせてリズムカルな動作を行い、最後は風船をパラシュートの上に乗せて飛ばした後、チーム全員がパラシュートの中に潜って終了となる。

