

## 平成 28 年度 国立大雪青少年交流の家リレーションシップ事業

# 「びえいアスリートキッズ！」事業報告書

### 1 事業実施の背景

本事業は、水泳のトップアスリートによる指導のもと、美瑛町をはじめとする北海道内の小学生を対象に、水泳の楽しさや目標をもって努力する大切さを伝えることを目的として企画したもので、今年度で2年目を迎える。

今年度の事業では、オリンピックメダリストによる技術指導のほかに、管理栄養士による講義を設け、強いからだづくりに必要な栄養についても学ぶことのできる内容とした。さらに、水泳指導のできるボランティアの協力を得て、参加者が自分の技能や目標に見合った練習を十分に行えるように配慮した。

### 2 事業趣旨

トップアスリートの豊かな経験と高い技術をもとに、水泳を通して技術の向上を図るとともに、スポーツのすばらしさを伝え、主体的にスポーツを楽しむ態度や習慣を身につけさせる。

### 3 主催 独立行政法人国立青少年教育振興機構 国立大雪青少年交流の家

### 4 協力 旭川医科大学水泳部

### 5 事業概要

- ・期日 平成 28 年 10 月 29 日（土）～30 日（日）（1泊2日）
- ・会場 国立大雪青少年交流の家
- ・対象 道内の小学校4年生～6年生
  
- ・定員 30名
- ・講師 2016年ロンドンオリンピック水泳男子200m平泳ぎ銅メダリスト 立石 諒 氏  
自衛隊体育学校冬季特別体育教育室管理栄養士 小山 奈緒美 氏

### 6 目的の達成指標（アウトプット）

（1）参加者の満足度

### 7 広報

北海道内の小学校長、及び全道のプール施設と、ターゲットを絞った広報を行った。昨年度より広報の開始を早めたことで、定員を大きく超える51名の参加者を確保することができた。

### 8 参加者人員・類型

参加者 51名（定員比170%）  
内訳：小学生51名

9 事業日程・内容

(1) 日程

										13:00	13:30	14:00	14:30		15:30	16:30	17:00	19:00		20:00	21:00
10/29 (土)										受付	開会式	タイム 交流	準備		立石選手の水泳教室	夕食		講義 「成長期のからだ づくりについて」		入浴	就寝 準備
		7:15			9:00									12:00	13:00	13:30					
10/30 (日)	起床	タイム さわやか	朝食	掃除	部屋点検	実技 水泳	昼食	閉会式													

(2) 概要・運営のポイント

参加者各自の技能レベルに応じた指導体制を整え、初級者から上級者まで、達成感を味わうことができるように配慮した。

また、トップアスリートによる水泳指導の後に、トークタイムを設け、辛い練習に耐え得る体力や精神力の養い方、夢や希望を持つことの大切さなどが、参加者に印象深く伝わるような運営を行った。

さらには、栄養やバランスのよい食事メニューについて考えさせる時間を設けることで、技能の向上だけではなく、運動のための資本となるからだづくりについても学びを深め、参加者が日常生活の改善に目を向ける機会を保障することができるように配慮した。

(3) 各プログラム内容

①「立石選手の水泳教室」(150分)

【講師：2016年ロンドンオリンピック水泳男子200m  
平泳ぎ銅メダリスト 立石 諒 氏】

ロンドンオリンピックメダリストの立石選手から、平泳ぎを中心とした泳法の指導が行われた。また、水泳後に行われた立石選手とのトークタイムでは、参加者から多数の質問が寄せられた。



②講義「成長期のからだづくりについて」(60分)

【講師：自衛隊体育学校冬季特別体育教育室  
管理栄養士 小山 奈緒美 氏】

自衛隊体育学校の管理栄養士を講師に招き、スポーツに適したからだづくりのための、栄養の取り方について学んだ。参加者はグループに分かれ、栄養バランスの取れた献立について考えたり、ジュースやスナック菓子に含まれる砂糖や油の量を実際に目で見たりといった学習を行った。



③実技「体験活動をとおした望ましい人間関係づくり」(150分)

【指導者：旭川医科大学水泳部ボランティア  
斜里町水泳少年団指導者】

参加者を技能や種目別のグループに分け、水泳の実技練習が行われた。ボランティアと交流の家職員の協力により、初級者から上級者までが各自の技能に応じた目標を立てながら練習に臨むことができた。



## 9 参加者アンケートから

### (1) 総合的満足度

- ・満足 34 66.2%
- ・やや満足 16 30.9%

> 「満足」「やや満足」を合わせて満足度は97.1%となった。

### (参加者の声)

- 水泳のいろいろなことを知れたのでよかった。
- とても楽しく、友達もできたし、楽しく水泳ができたと思います。立石選手と水泳ができたのもよかったです。
- 充実した時間だったと思う。
- もっと泳ぎたかった。

### (2) その他参加者の声

- 大事なこと（水泳や体に）が知れてとてもよかったです。
- 泳ぐことが好きになれたし、いろんなことを教えてもらえて、良かったです。食事にも気を付けて、生活したいと思います。
- 他の人とも仲良く出来たので良かった。にがてだった平泳ぎが「楽しい」と思えるようになって良かった。
- 自分のためになったし、勉強にもなったからきてよかったと思えた。これからも練習でも大会でもおそわったことを、いかしてがんばりたいです。

## 10 事業の成果

ターゲットを絞った早い時期からの広報の効果があり、定員よりも多くの参加者を集めることができた。また、その結果、参加者同士の交流も活発に行われ、「友達ができてよかった」という声がアンケートの随所に見られた。

事業については、オリンピックのメダリストを講師に招いたことで、専門的な知識や技術を学ぶ機会を提供し、参加者の水泳に対するモチベーションを向上させることができた。また、講師と参加者との質疑応答の時間を設けたことにより、参加者は、日ごろ聞くことのできない、トップアスリートのもの見方や考え方を聞くことができ、興味・関心が満たされた。

管理栄養士による講義では、「バランスのとれたメニューを考える」という活動をとおし、スポーツに適したからだづくりに必要な栄養の取り方について学びを深めることができ、参加者に日常生活の見直しを行う機会を提供することができた。実技では、ボランティアの協力により、参加者の技能や目標に応じたきめ細やかな指導を行うことができ、どのレベルの参加者も楽しみながら練習に取り組むことができた。

## 11 事業の課題

予定を大きく上回る定員の参加者を確保できたことについて、実技指導のボランティアを増員することができたが、生活面をサポートするためのボランティアについても、十分な人数を確保していく必要がある。

講師と事前に打ち合わせを行うことが度々あったが、特にオリンピック選手との打ち合わせについては、サインのタイミングや方法についても細かく相談しておく必要がある。

