I'm POSSIBLE

LEARN. ENGAGE. INCLUDE.

2-1

[パラリンピックスポーツについて学ぼう !]

教師用　授業ガイド

（小学生版）

〇授業の展開にそって、【指導・声かけ例】【＋アルファ情報】を掲載しています。

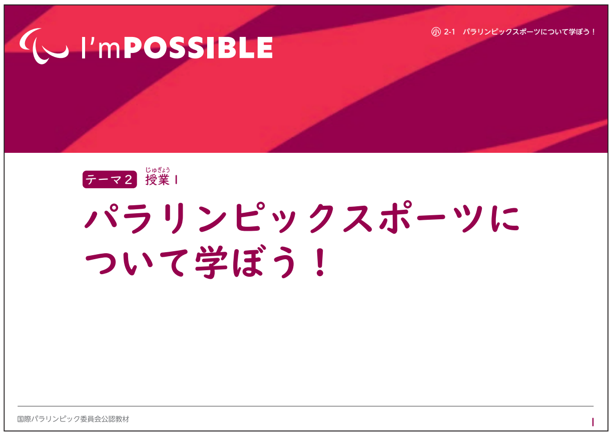
〇【＋アルファ情報】は、すべて伝えなければならない情報ではありません。興味・関心を引き出すために、クラスのそれまでの学習経験なども踏まえてご活用ください。

〇一方的に教師が話すのではなく、児童の既習事項などと絡め、児童に考えさせるような展開にしましょう。

（教材の内容は、2022年4月1日現在の情報をもとにしています。）

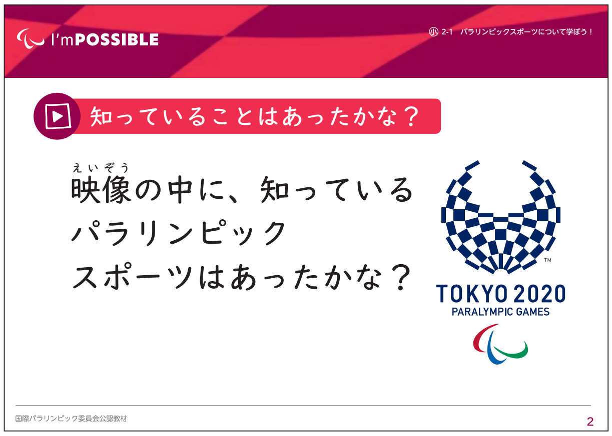
国際パラリンピック委員会公認教材

本資料の無断での転載、複製、改変等の行為を禁止します。



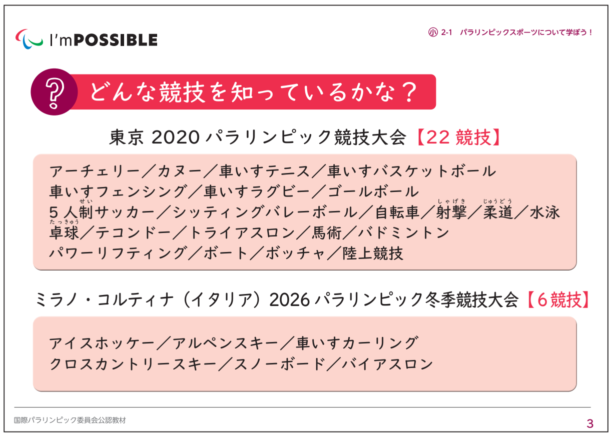
【指導・声かけ例】

- 導入なので、クラスの予備知識などに合わせて、入り方は工夫したい。
- パラリンピックの予備知識がない場合は特に、スライド1、2はあえて飛ばして、すぐに映像に入ってもよい。



【指導・声かけ例】

- 映像を見終わった後で、口頭で感想を聞く。何の映像だったか、どう思ったかを聞くとよい。
- スライド1、2を見せずに、どんな映像だったかを聞くと、「オリンピック」、「オリンピックとパラリンピック」などと答えると予想されるが、この映像はパラリンピックのみであること、オリンピックと変わらないスピード感や戦う様子が見て取れることを伝え、興味を湧かせる。



【指導・声かけ例】

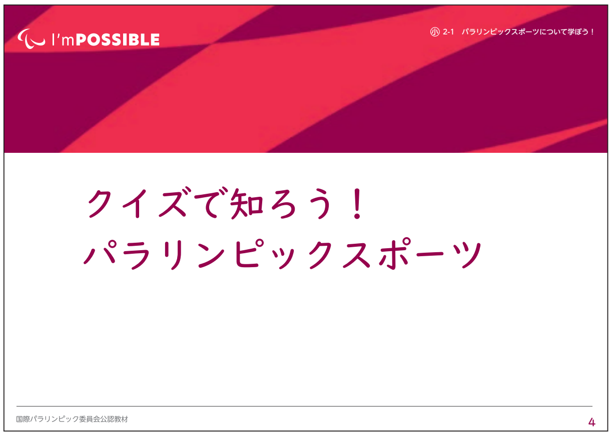
⇒「色々なパラリンピックスポーツが出てきたね。」
- （見終わった後）知っていたもの、映像で見たものに○をつけさせてもよい。

⇒「東京 2020 大会は 22 競技あったよ。」
⇒「冬季パラリンピックは 6 競技だね。」
- たくさん競技があることに気づかせる。
- 知っているもの知らないもの様々あるが、詳しく知っていきたいという気持ちにさせる。

+アルファ情報

- 東京 2020 大会ではバドミントンとテコンドーが新競技として導入された。
- 大会は 2021 年に延期になったが、大会名称は「東京 2020 パラリンピック競技大会」のまま実施された。

※「アイスホッケー」は 2018 年の平昌大会より「アイススレッジホッケー」から名称変更された。
※「車いすラグビー」は、2019 年に「ウィルチェアーラグビー」から名称変更された。
※「5人制サッカー」は、2022 年から「ブラインドフットボール」に名称変更された。

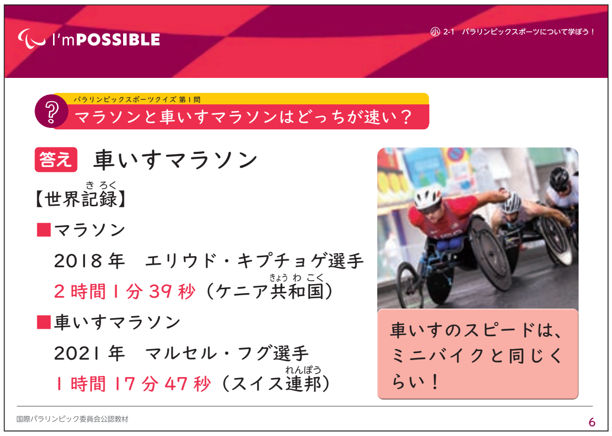


【指導・声かけ例】

- まずは、児童に純粋にクイズに取り組んでもらい、クイズから様々なことを感じ取らせる。
- ただのクイズとならないように、各クイズの後に「記録」「工夫」「用具」「サポートする人」の4つの切り口でパラリンピックスポーツを紹介している。4つのワードを板書するなどして、パラリンピックスポーツへの理解をより深めたい。
- スライド 19 を参照。クイズを出していく中で、この趣旨が伝わるように意識しながら授業を進めていく。

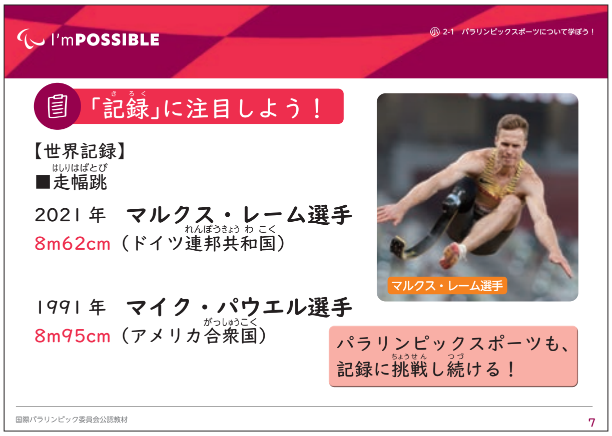
【指導・声かけ例】

・写真をよく見せ、考えさせていく。
・教師の一方的な説明にならないように、児童に多く発言させる。
・既習事項などに合わせて、これらのクイズを身近なものに感じさせ興味を持たせる。
・適宜、児童用ワークシートに答えを書くことを促す。
⇒「2 枚の写真の違いは？」
⇒「自分が走るのと自転車とどちらが速い？」など



【指導・声かけ例】

・時速などを習っていたら、置き換える。
マラソン…時速 20 キロくらい 高学年の子が自転車の立ち漕ぎで必死に漕ぐのと同程度。
車いすマラソン…時速 30 キロくらい ミニバイクと同程度。



【指導・声かけ例】

・パラリンピック選手の世界記録は障害がない選手の世界記録に迫っているんだね
・長さの感覚を思い起こさせる。
⇒「皆はどのくらい跳べた？」
⇒「8 メートルは、前の黒板から教室の後ろ位？」

+アルファ情報

・他にもパラリンピックには素晴らしい記録がある。
リオパラリンピック男子 1500 メートル（T13 視覚障害）で、アブデラティフ・バカ選手が世界記録の 3 分 48 秒 29 で優勝した。この記録は、リオオリンピック男子 1500 メートルの金メダル記録 3 分 50 秒を上回る。つまり、バカ選手がもしリオオリンピックに出ていたら、金メダルに輝いた記録である。
2 位のタミル・デミッセ選手は 3 分 48 秒 49、3 位のヘンリー・カーワ選手は 3 分 49 秒 59、4 位のフォーダ・バカ選手（アブデラティフ選手の弟）は 3 分 49 秒 84 でゴールし、4 人がリオオリンピック金メダル記録を上回った。

I'mPOSSIBLE　2-1 パラリンピックスポーツについて学ぼう！

「記録(きろく)」に注目しよう！

タチアナ・マクファデン選手(せんしゅ)

リオパラリンピックの陸上競技(りくじょうきょうぎ)で、

100m 銀／400 m 金／800m 金

1500m 金／5000m 金／マラソン 銀

瞬発力(しゅんぱつりょく)と持久力(じきゅうりょく)が求(もと)められ、

短距離(たんきょり)、長距離の両方で

力を出せる選手はとてもめずらしい！

走競技の個人種目
すべてにエントリー！

記録に挑戦し続け、パラリンピックスポーツ界の偉業達成！

国際パラリンピック委員会公認教材　8

+アルファ情報

- リオ大会ではタチアナ選手のクラスで実施された、走競技７種目全てにエントリーした。(100m、400m、800m、1500 m、5000 m、4 × 400 m、マラソン)
- 瞬発力が必要な短距離と、持久力が必要な長距離を両方できる選手は少ない。

I'mPOSSIBLE　2-1 パラリンピックスポーツについて学ぼう！

パラリンピックスポーツクイズ 第２問

視覚障害(しかくしょうがい)がある柔道選手(じゅうどうせんしゅ)は、試合中(しあいちゅう)にどのように相手の場所を知るのかな？

1. 体にすずをつける
2. あらかじめ、組んでから試合を始める
3. 声を出して、自分の場所を相手に伝(つた)える

国際パラリンピック委員会公認教材　9

【指導・声かけ例】

⇒「相手が見えない、または見えづらい中で、どうやって競技を行うのかな？」

I'mPOSSIBLE　2-1 パラリンピックスポーツについて学ぼう！

パラリンピックスポーツクイズ 第２問

視覚障害(しかくしょうがい)がある柔道選手(じゅうどうせんしゅ)は、試合中(しあい)にどのように相手の場所を知るのかな？

答え ２

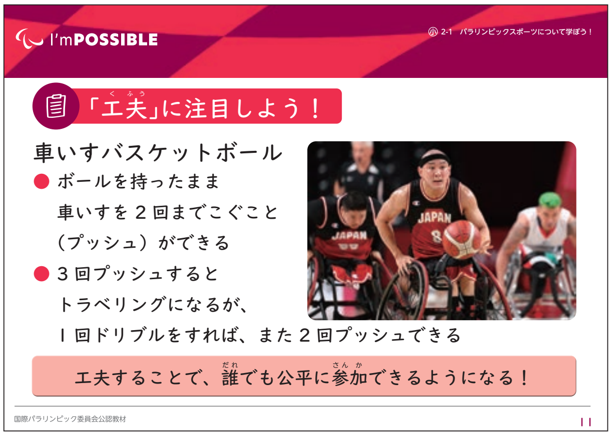
あらかじめ、組んでから試合を始める

国際パラリンピック委員会公認教材　10

+アルファ情報

【柔道】

パラリンピックの柔道は、視覚に障害がある選手が対象となる。オリンピックの柔道とほぼ同じ規則で競技を行うが、相手が見えない中で競技を始めるのは難しいため、両者が互いに組んでから主審による「はじめ」が宣告され、２人が離れたときは試合開始の位置で組み直すルールがある。常に組んだ状態で行うため、体力の消耗が激しい。試合は、視覚障害の度合いに応じて全盲（J1）と弱視（J2）の２つのクラスに分かれ、視覚障害の程度が異なる選手の対戦もある。



+アルファ情報

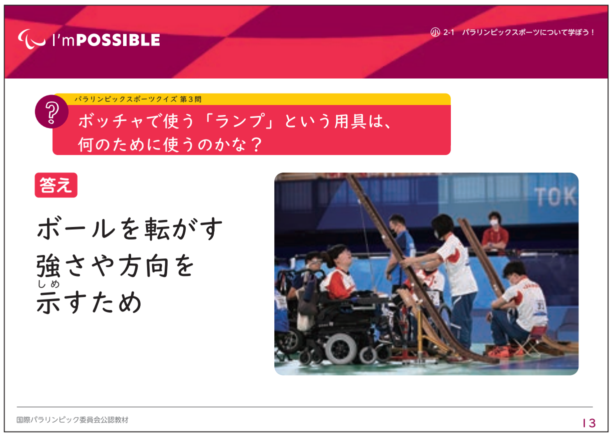
・コートの広さやゴールの高さ、ボールの大きさなどは同じ。３ポイントシュートもある。
・２回プッシュしても１回ドリブルをすれば、その後同じ選手が続けてボールを保持できるので、車いすバスケットボールには、ダブルドリブルという概念はないと言われる。車いすでは「走る、ボールを扱う」という動作を手だけで同時に行うため、このようにルールが工夫されている。
・また､障害の重い選手も試合に出場できるように「持ち点」のルールがある。選手には、障害の程度により 1.0 ～ 4.5 点まで 0.5 点刻みで持ち点が割り振られ、試合中コートに立つ５人の持ち点の合計が、常に 14.0 点以内になるよう定められており、各チームが公平な条件でプレーできるように工夫されている。

【指導・声かけ例】

⇒「ボッチャには、首から下を自分で動かすことができないような重度の障害のある選手も出場するんだよ。」

+アルファ情報

・ボッチャでは、ジャックボール（目標球）と呼ばれる白いボールにめがけて、６個のボールをいかに近づけられるかを競う。ボールは転がしたり、投げたり、蹴ったり、ランプと呼ばれるスロープを使ったりしてリリースすることができる。



【指導・声かけ例】

・この用具を工夫することで、スポーツを楽しむ機会が少なかった、重度障害者のスポーツ参加が促進された。

+アルファ情報

・選手が自分の力でボールを押し出すことができない場合は、ランプオペレーター（アシスタント）が選手の指示を頼りに、「ランプ」と呼ばれる滑り台のような投球補助具にボールを置き、転がすことが認められている。このアシスタントは、選手の指示に従ってランプにボールを置くだけで、コートには背を向け、一切ボールの行方を見ることはできない。
・自分で投げられないクラスの人のみが使え、大きさは決められている。ボールを飛び出させるような装置はつけてはいけない。ランプの滑り台の部分を透明にしたり、先を曲げたりするのはよい。

+アルファ情報

【自転車】
自転車に乗ったときにバランスがとれるように、また、操作性を上げるために、この選手は右手に義手、左足に義足を装着している。

【車いすテニス】
車いすの操作性や安定性を高めるために、正面から見たときに左右のタイヤがハの字になるように取り付けられたり、後ろの車輪をつけることで、体を大きく動かしても倒れない。

【アルペンスキー】
一部の選手はストックの代わりにアウトリガーを使う。先端にブレード（小さなスキー）がついており、グリップ（にぎり部分）に付けられた紐でブレードを立てたり、倒したりして滑らせることができる。

【車いすカーリング】
車いす使用者によるカーリングで、スウィーピング（ブラシで掃くこと）は行わない。助走することなく手またはデリバリースティック（棒状の補助具）を使ってリリースすることが特徴。試合は２チームによる対戦形式。１チームは４名で、男女混合でなければならない。

【指導・声かけ例】

- 目が見えない時は、何を頼りに走るんだろうね？
- 体育などで走幅跳を経験している場合は、その体験にひきつけて考えさせる。

【指導・声かけ例】

- 先生が実際にコーラーを再現してみる。
- 動画サイトで、「Paralympic T11 Long Jump」と検索すると、実際の競技映像を見ることができる。

+アルファ情報

- 視覚障害がある選手は、跳躍種目では助走のスタート位置まで誘導し、走る方向を伝える「ガイド」と、試技の最中などに音響や声によって踏切位置などを教える「コーラー」も伴える。「ガイド」と「コーラー」の兼務も可。一方、投てき種目では「ガイド」が必ず「コーラー」役も務めねばならない。ガイドやコーラーは言葉や手拍子などで指示するが、審判を邪魔したり危険を伴う行為をしたりしない限り、立つ位置や音声の出し方は自由。日々の練習で作りあげたオリジナリティあふれる多様なコンビネーションも見どころのひとつ。ただし、指示が選手に届くよう、観客は静かにする必要がある。
- コーラーは踏切が近づくと拍手を早くしたりして、選手にわかりやすくする。

I'mPOSSIBLE　2-1 パラリンピックスポーツについて学ぼう！

「サポートする人」に注目しよう！

■ブラインドフットボール「コーラー」　■陸上競技「伴走者」　■自転車「パイロット」

パラリンピックスポーツではサポートする人も活やくしている！

国際パラリンピック委員会公認教材　17

＋アルファ情報

【ブラインドフットボール】
相手ゴールの裏に、「コーラー」と呼ばれる人が立つ。攻めている場面でゴールの位置と距離、角度、シュートのタイミングなどを声で伝える。

【陸上競技 視覚障害】
ロープを輪にしたものを使って誘導する。エントリーから決勝まで全てのレースを一人の伴走者が伴走した場合、伴走者もメダルがもらえる。

【自転車 視覚障害】
前には障害のない選手（パイロット）、後ろに視覚障害の選手（ストーカー）が乗る。パイロットもメダルがもらえる。

I'mPOSSIBLE　2-1 パラリンピックスポーツについて学ぼう！

パラリンピックスポーツの映像を見てみよう！

■ボッチャ

■ゴールボール

国際パラリンピック委員会公認教材　18

【指導・声かけ例】

・実技の授業を行う、または興味を持たせたい方の映像を見せる。

I'mPOSSIBLE　2-1 パラリンピックスポーツについて学ぼう！

パラリンピックスポーツ

ルールや用具に様々な工夫をし、一人ひとりの個性を尊重して、誰もがスポーツを楽しむことができるようにしている。
スポーツ、競うことの喜びや楽しみを味わえるように工夫されている。

パラリンピックスポーツに挑戦してみよう！

国際パラリンピック委員会公認教材　19

【指導・声かけ例】

・パラリンピックスポーツの価値をしっかりと伝えたい。
⇒「今まで、記録、工夫、用具、サポートという視点から、パラスポーツを見てきたね。」
⇒「工夫することで、障害がある選手が最高のパフォーマンスができるようになるんだね。」

I'mPOSSIBLE　2-1 パラリンピックスポーツについて学ぼう！

まとめ

パラリンピックスポーツについて、どう思ったかな？

国際パラリンピック委員会公認教材　20

【指導・声かけ例】

・最後にここまでの授業の内容を振り返り、考えたことや気づいたことを引き出すように問いかける。
⇒「機会があればパラリンピックスポーツにも挑戦してみたいね！」