

中学校の外部指導者としての活動



キーワード

中学校・部活動・ソフトボール・地域連携

○取り組んだきっかけ

私は高校卒業までの約10年間野球に打ち込んできた。その中で多くの事を学び、度重なる怪我を経験したことから理学療法士を志した。これまでの野球経験から得た技術や知識と、大学の授業を通して得た技術と知識を理学療法士となる前の段階で活かすことはできないかと考えこの活動に至った。

○活動の目的

専門的な観点から指導し、より質の良い部活動の時間とすることで生徒の心身の健康と成長に繋げること。また大学で得た知識を活用し、自身の学習意欲と学力の向上に繋げることが目的である。

○具体的な内容

- 木曜日 16時～
- 土日祝のいずれか 8時～12時

授業後や休日に部活動の活動方針に従いチームに帯同している。すべての活動に参加できるわけではないため、部活動の顧問のみならず、生徒とのコミュニケーションを密にとることが重要であると感じている。

✓ 技術指導

中学校入学を機にソフトボールを始めた生徒が多いため、基礎基本から戦術(応用)まで指導している。

✓ 障害予防

活動時間が制限されているため、怪我で運動制限をかけられる時間は極力さげたい。そのために大学で学習した知識に加えて論文や書籍を活用してウォーミングアップ、クールダウン、トレーニング、ストレッチを行いコンディション調整を行う。

✓ 環境整備

効率良く生徒のスキルを向上させるためには、より良い環境で活動させることが大切だと考えている。生徒が活動する環境は生徒自身で整備させるべきとの考え方も当然あると思うが、積極的に環境整備を行うことを大切にしている。

✓ その他 (選手とのコミュニケーション)

生徒との年齢が近いという利点を活かして話しやすく、親しみやすい存在でありたいと考えている。時には厳しい内容を伝えなければならないこともあるが、話しやすい関係でいることで、より技術的な相談や会話が増え育成に良い影響があると考えている。

○期待される効果

- ✓ 専門的な観点から指導し部活動の質がより向上すること (SDGs4) で生徒の心身の健康 (SDGs3) に繋がる。
- ✓ 女子選手がスポーツの現場に必要なことや現在の問題点・課題を見つけ (SDGs11)、その解決により女性や子供が生きやすい社会にできる。
- ✓ 部活動の地域移行・連携という新たな取り組みに参加 (SDGs8) し、新たな部活動形態の先駆けとなる。
- ✓ 上記の3つを達成することで成功体験を得る。(SDGs17)

外部指導者としての活動は現場を通じて素朴な疑問を持つことができ、自分の課題を多く見つけることができるため、自身の学習意欲と学力の向上に効果があると感じている。また、この活動を通じて得られた経験は今後の就職活動と理学療法士としての活動に活かしていきたいと考えている。



健康科学部 静岡理学療法学科 3年
鈴木 翔大

連携先

藤枝市立青島中学校 女子ソフトボール部