パラスポーツ指導員活動促進研修会 開催要項

１　目　　的

パラスポーツ指導員資格取得後、実際に活動に繋がる指導員が少ない課題がある。その要因として資格取得後、実践経験のない中、実践の場に出向き活動することに精神的なハードルがあり不安であることが言える。

また、障害者は一人ひとり障害の状況が違い、既存のルールではスポーツ活動に取り組むことが難しい場合も多く、ニーズの多様化が進む昨今の状況が更に精神的なハードルを高めている。

そこで、パラスポーツ指導員が活動に踏み出しやすい環境を設定するために研修を実施し、考え方を学び、実践力・応用力を高めることにより、パラスポーツ活動の向上を図る。

２　主　　催　　公益財団法人千葉市スポーツ協会

３　協　　力　　千葉県パラスポーツ指導者協議会

４　日　　程　　令和９年１月３０日（土）　１０：００～１５：００

５　会　　場　　磯辺スポーツセンター　体育館

６　対　　象　　初級パラスポーツ指導員資格取得者及び取得予定者
・パラスポーツの振興・指導に関心が有り、今後実践しようとする意欲のある方。
・千葉市内のパラスポーツ活動に参加可能な方。

７　定　　員　　２０名　（応募者多数の場合は主催者側において抽選により受講者を決定します。なお、市内在住・在勤・在学者を優先します。）

８　講師・補助者　　千葉県パラスポーツ指導者協議会より派遣　５名程度

９　内　　容　　１「フライングディスクを活用した指導実践演習」
２「障がいの状況に応じた声かけ・プログラムの工夫」
３「パラスポーツ教室でのスタッフ体験」 等

10　申込方法　　別紙受講申込書に必要事項を記入し、下記に持参または郵送、ＦＡＸ、メールにて申込ください。
※HP よりダウンロード可

11　申込期間　　令和８年１１月１５日（日）～令和９年１月１５日（金）必着

12　申込先（問合せ先）

公益財団法人千葉市スポーツ協会スポーツ振興班
ちばしパラスポーツコンシェルジュ

〒260－0025
千葉市中央区問屋町１番 20 号　ちばぎんアリーナ内
電話：043-312-0605　FAX：043-312-7076
E-mail：paraspo-con@chibacity.spo-sin.or.jp
ホームページ　https://chibacity.spo-sin.or.jp

13　スケジュール・研修内容

時　　間	内　容
9:15 9:50 10:00	受付・会場設営 開会 研修会開始（午前の部） 〇FD とは　どのような競技か簡単に説明 〇ディスクの握り方・投げ方について（アキュラシーメイン） ・「握り方」や「投げるコツ」を、どのような表現がわかりやすいか、 　同時に考え学ぶ。その上で、基礎を理解する。 〇ディスクキャッチ ２人１組になり、フライングディスクでキャッチボール。 〇目標物に向かって投げる １　ペットボトルボウリング ・まっすぐ投げるための練習 ・目標物に向かって人差し指を指さすイメージで投げる。 ※進行具合によっては、グループ対抗の倒したペットボトルの 　合計を競うゲームを取り入れる。 ２　アキュラシーペットボトルボウリング ・輪（アキュラシーゴール）の先にあるペットボトルを倒す。 ・ゴールの先を目標物として投げる練習。 ３　アキュラシー 　全国障害者スポーツ大会の正式種目。５ｍもしくは７m離れた位置から１０投中何枚ゴールを通過するかを競う。 【ポイント】 真っ直ぐ投げることは難しく、時間が掛かる。また、ディスクキャッチは、人にぶつけたり、うまくキャッチできずケガをする場合もある。そこで投げる対象を「人」から「物」に変更し、楽しみながら同じ効果がある活動にアレンジする必要がある。 〇ディスタンス体験 ・体育館の両端に移動し、ディスタンスを体験する。 ・まっすぐ遠くに飛ばすには、練習が必要。５分程度の体験とする。 〇運動活動への動機付けについて 「運動する」という目的のある活動を実施しようとしても、なかなか活

	動に移れないケースが多い。興味関心を引き出し、「よし、動くぞ」という動機付けをどのようにするか、実際に実践した事例を体験してもらう。 ○手作りフライングディスク ・紙皿と新聞紙でオリジナルディスクを作成。 ディスクと投げ感が近い紙皿を使用し、自分だけのオリジナルディスクを作成し、FD の練習をする等に活用する。 ○グループディスカッション 今回の研修会をとおし、グループごとに事例「Ａくん」が楽しめる「フライングディスクを使用し、楽しめる活動を考えよう」 ※時間があれば発表・体験
11:30	午前の部終了 ・各自昼休憩に入る
12:30	○フライングディスク教室の準備
13:00	○研修会開始（午後の部） 【事前説明】 教室の内容や教室の流れ、様子等について、参加者に共有する
13:30	○教室開始 ・準備体操 ・ペガーボール ・アキュラシー等 ※どの時間でも、全教室参加者が楽しく安全に身体を動かせるよう、一緒に関わってもらう。 ※午前の研修での学びの実践の場
15:00	○教室終了 教室参加者に挨拶した後、時間があれば研修の感想、質問等を話す。
15:10	○研修終了

※午前、午後とも設営はスタッフが主に対応いたします。各部 10 分前に集合をお願いいたします。