

## 伊台小学校 障がい者スポーツ体験

(9:00～準備)10:00～12:00

2021.10.28

9:00		準備(フライングディスク・ポッチャ・車椅子スラローム)	
10:00	5分	開会式(特になければ整列、挨拶の後、始めます)移動	
10:05	40分	各班1種目目を体験 <b>FDア(A) デ(B) ポ(C)</b>	・40分をタイマーで計リブザーを鳴らし体験と移動をする (次の種目への移動やトイレなどの時間も含まれます) ・3班に分かれ、フライングディスク、ポッチャ、車椅子スラロームの3種目を順番で体験 ・スラロームは2チーム、ポッチャは3チーム、フライングディスクは3チームに分かれます ・状況によって時間は前後します
10:45	40分	2種目目体験 <b>FDア(B) デ(C) ポ(A)</b>	
11:25	40分	3種目目体験 <b>FD(C) デ(A) ポ(B)</b>	
12:05		体験終了	

1 5学年 66人 3班編制(1つの班22人) ※ (車椅子で参加の児童1名)

2 FD指導者

・ローテーション(上記青枠)で指導する。「障害者FD競技のすすめ」を参考に指導する。

3 FD体験時間(30分)

(1) アキュラシーやディスタンス競技の概要とキャッチ&amp;スロー(10分以内)→22人 (A)指導

(2) 2班にわかれて

1班は・アキュラシー競技(10分)11人。アキュラシーサイト2基用意 (A)指導

11人を2つの班にわける。→6人で投げ、記録

→5人で投げ、記録

2班は・ディスゲッター9とディスクゴルフ(10分)→11人 (B)指導

11人を2つの班にわける。→6人でディスゲッター9をする。(5分)

→5人でディスクゴルフをする。(5分)

※5分ごとに交代

(3) 次に、

1班は・ディスゲッター9とディスクゴルフ(10分)→11人 (B)指導

11人を2つの班にわける。→6人でディスゲッター9をする。

→5人でディスクゴルフをする。

2班は・アキュラシー競技(10分)→11人 (A)指導

11人を2つの班にわける。→6人で投げ記録

→5人で投げ記録

4 アキュラシー競技(10分)

(1) ①練習は1人2枚。②全員投げ終わったら拾いに行く。③ディスクかごに入れる。

(2) 係が配置後、競技を開始する。ディスク渡し係からディスクを受け取るとディスクを5枚投げ、記録係から記録賞(本人が練習中に名前を書く。通過枚数だけ記入)を受け取る。ディスク5枚なので、通過枚数は通過枚数×2とする。(10枚投げたいが時間短縮のため5枚としている)

- ・役割分担 (4人) 主審とディスク渡し1人、副審1人、ディスク拾い1人、記録1人でローテーションする。

5 ディスゲッター9とディスクゴルフの紹介と体験 (10分)

(1) ディスゲッター9とディスクゴルフ→11人

11人を2つの班にわけると。

→6人でディスゲッター9をする。(5分)

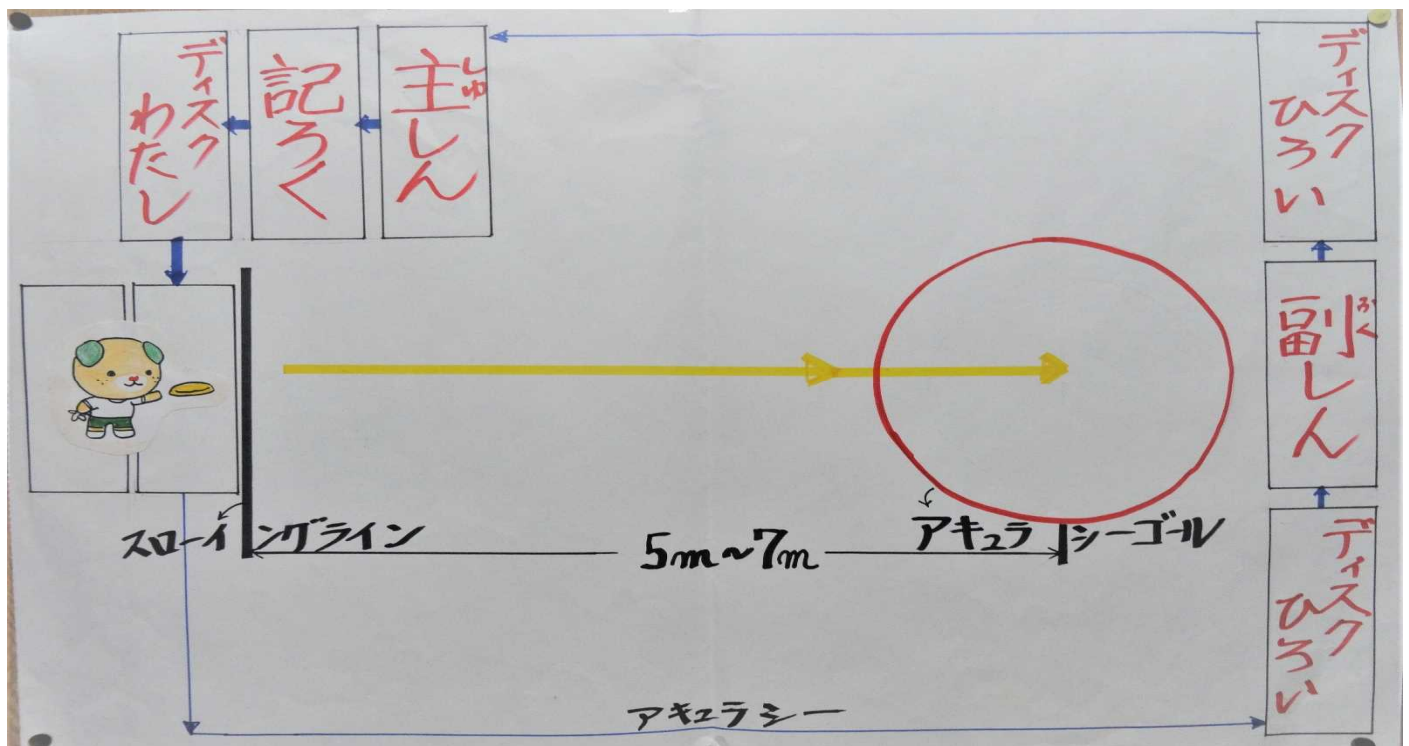
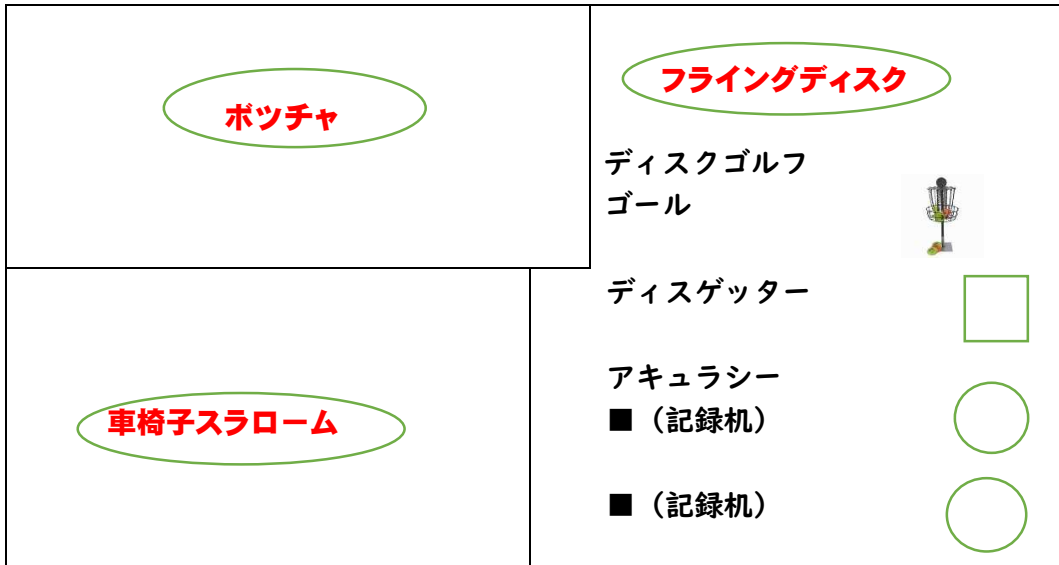
- ・ ①ストラックアウト②ディスゲッタービンゴなど

→5人でディスクゴルフをする。

- ・ ディスクゴルフの紹介と体験 (5分)

※5分ごとに交代して競技を体験する。

6 体育館



7 準備物 (FD協会から)

記録賞 66 立ち位置に目印 6枚×2 記録用の机と椅子 2×2 ホワイトボード 1

ディスク入れかご 6 養生テープ 1

(アキュラシー2基、ディスゲッター1基、ディスクゴルフゴール1基、ディスク2袋はセンター)