

# ENJOY SPORTS



長野県総合教育センター  
学校体育担当

〒399-0711 塩尻市大字片丘字南唐沢 6342-4  
TEL 0263-51-5400 FAX 0263-51-5401  
E-mail taiikusports@pref.nagano.lg.jp

## 今年度もよろしくお願ひいたします!

令和7年度がスタートしました。今年度もこの「ENJOY SPORTS」を通じて、学校の先生方やスポーツ指導者の皆様に体育・スポーツに関わる話題や研修講座の情報などお伝えしていきたいと思ひます。どうぞよろしくお願ひいたします。

## 総合教育センター(学校体育)では、以下の事業を行っています! ぜひ、ご活用ください!

### ①学校体育・生涯スポーツ研修事業

今年度は、学校体育・スポーツ研修講座…32講座 生涯スポーツ研修講座…6講座 の合計38講座を開設する予定です。詳しい内容は、学校体育ホームページまたは総合教育センターの研修講座案内等でご確認ください。



昨年度は、学校の教職員の方、地域のスポーツ指導員の方など、のべ1,080名の皆様に受講いただきました。今年度も体育の授業づくりの基礎を学ぶ講座から、インクルーシブ・ICTなど現代的な諸課題に対応する資質の向上を図る講座まで、様々な研修講座を実施します。多くの方の受講をお待ちしております!

### ②体育・スポーツ振興事業(講師派遣)

学校・教育団体等が行う研修会や地域スポーツクラブの指導者講習会などへ、要請に応じて専門主事を講師として派遣いたします。また、ニュースポーツ・パラスポーツの普及のための体験会や研修会等へも派遣いたします。詳しくは学校体育ホームページ上の「専門主事派遣要領」をご覧ください。



昨年度は、職員研修でボッチャの体験会をしたいという学校からの派遣のご依頼や、学校保健委員会で児童、保護者、教員を対象とした「体づくり講座」の講師の要請など、様々な派遣申請をいただきました。

### ③ 体育・スポーツ情報提供事業

学校体育HP (<https://www.pref.nagano.lg.jp/taiikusports/>) で、学習指導案等の授業で使える教育資料を提供しています。ぜひご活用ください。



#### 学習指導案

小・中・特別支援学校の体育・保健体育の指導案が、計401本、誰でもダウンロードいただけます。パスワードは「                    」です。

小・中・特別支援学校へ送信した「ENJOY SPORTS No.1」に記載してありますのでそちらをご覧ください。または、長野県総合教育センター学校体育担当（0263-51-5400）へお問い合わせください。

#### 運動動画

体育の授業はもちろん、長期休業中に家でひとりでもできるような楽しい運動動画をたくさん紹介しています。体育授業の導入や朝の会など少しの時間で、どこでもできる運動がたくさんあります。ぜひ、ご活用ください。

#### 長野県版運動カード（小学校低・中・高学年版・中学校版）

運動習慣の定着を目指し、1週間の運動の計画と振り返りを行うカードです。運動動画ともリンクしていますので、一緒に活用していただくと効果的です。

**※2025年2月に内容を更新しました。**



#### excel版 評価と指導の一体化シート（小学校・中学校・高等学校用）

「学年・領域・種目」の選択をクリックするだけで、単元の目標（例）や単元の評価規準（例）、苦手な児童への配慮の例（小学校用のみ）が1枚の表にまとまる便利なシートです。実際に単元後の評価や学期末・年度末の総括的評価の作成にも活用できるようになっていますので、ぜひダウンロードしてご活用ください。



### ④ ニュースポーツ・パラスポーツ等の用具の貸出し

ニュースポーツ・パラスポーツの普及を目的に、用具の無償貸出しを行っています。次ページに用具が貸出可能な種目一覧を掲載しましたので、ご覧ください。

また、安全意識の普及を目的に、「人体蘇生模型・AEDトレーナー」の貸出しも行っております。保健の授業等に合わせて、ぜひご活用ください。

#### ニュースポーツ・パラスポーツ

#### R6年度 用具貸出 人気ベスト3

	種目名	件数
1	ポッチャ	39
2	ラダーゲッター	17
3	スマイルボーリング ヒットだターゲット モルック	各 16



ラダーゲッター

モルック



ヒットだターゲット

# 当センターで貸出しをしている

## ニュースポーツ・パラスポーツ等用具一覧

現在 84 種目の用具貸出しを行っています。詳しい内容、数量、ルール等については学校体育ホームページをご覧ください。右の二次元コードから閲覧できます。



★…昨年度貸出件数ベスト 10

あ	<input type="checkbox"/> アキュラシー	<input type="checkbox"/> アトラックゲーム	<input type="checkbox"/> アルティメット
行	<input type="checkbox"/> 囲碁ボール	<input type="checkbox"/> インディアカ	<input type="checkbox"/> エースドッジボール
か	<input type="checkbox"/> ガラッキー	<input type="checkbox"/> カローリング★	<input type="checkbox"/> キンボール★
	<input type="checkbox"/> クップ（屋内・屋外）	<input type="checkbox"/> キャッチング・ザ・スティック	
	<input type="checkbox"/> グラウンドゴルフ	<input type="checkbox"/> クロッケー	<input type="checkbox"/> クロリティ
	<input type="checkbox"/> ゲートボール	<input type="checkbox"/> けん玉	<input type="checkbox"/> ゴールボール
さ	<input type="checkbox"/> 皿まわし	<input type="checkbox"/> シャッフルボード	<input type="checkbox"/> ジャベリックスロー
	<input type="checkbox"/> スカイクロス	<input type="checkbox"/> スカットボール	<input type="checkbox"/> スクエアポッチャ
	<input type="checkbox"/> ストレッチマット	<input type="checkbox"/> スナッグゴルフ	<input type="checkbox"/> スポーツチャンバラ
	<input type="checkbox"/> スポーツ吹き矢	<input type="checkbox"/> スポレック	<input type="checkbox"/> スマイルボーリング★
	<input type="checkbox"/> スラックライン	<input type="checkbox"/> セパタクロー	<input type="checkbox"/> ソフトラクロス
た	<input type="checkbox"/> タグラグビー	<input type="checkbox"/> ターゲットバードゴルフ	<input type="checkbox"/> タスポニー
	<input type="checkbox"/> タルコボール	<input type="checkbox"/> ダンボルック	<input type="checkbox"/> チャンスボール
	<input type="checkbox"/> チュックボール	<input type="checkbox"/> テニピン	<input type="checkbox"/> ディアボロ（中国コマ）
	<input type="checkbox"/> ティーボール	<input type="checkbox"/> ディスカスボード	<input type="checkbox"/> ディスクゴルフゴール
	<input type="checkbox"/> テニスパッド	<input type="checkbox"/> ドコデモピンポン	<input type="checkbox"/> どこでもボーリング
	<input type="checkbox"/> ドッジビー★	<input type="checkbox"/> トラックボール	
な	<input type="checkbox"/> ニチレクボール	<input type="checkbox"/> ネットパスラリー	<input type="checkbox"/> ノルディックウォーキング
は	<input type="checkbox"/> バウンドテニス	<input type="checkbox"/> バスケットピンポン	<input type="checkbox"/> パストボール
	<input type="checkbox"/> パドルテニス	<input type="checkbox"/> ビーンボーリング	<input type="checkbox"/> ピックルボール
	<input type="checkbox"/> ヒットだターゲット★	<input type="checkbox"/> ピロポロ	<input type="checkbox"/> フライングディスク★
	<input type="checkbox"/> フラッグフットボール	<input type="checkbox"/> ふらば～るバレー★	<input type="checkbox"/> フリーブロー
	<input type="checkbox"/> フリンゴ	<input type="checkbox"/> フロアホッケー	<input type="checkbox"/> フロッカー
	<input type="checkbox"/> ブローライフル	<input type="checkbox"/> ふわっとテニス	<input type="checkbox"/> ペアリングキャッチ
	<input type="checkbox"/> ペタンク	<input type="checkbox"/> ヘルスバレーボール	<input type="checkbox"/> ペロック
	<input type="checkbox"/> ポールウォーキング	<input type="checkbox"/> ボッチャ★	
ま	<input type="checkbox"/> マレットゴルフ	<input type="checkbox"/> ミニテニス	<input type="checkbox"/> モルック★
や	<input type="checkbox"/> ユニカール	<input type="checkbox"/> ユニホック	
ら	<input type="checkbox"/> ラダーゲッター★	<input type="checkbox"/> リングテニス	<input type="checkbox"/> ローンボウルズ
わ	<input type="checkbox"/> 輪投げ		

### 《貸出しまでの流れ》

#### ステップ1 「電話で予約」

まずは電話にて、貸出しを希望する用具、期日等をご相談ください。  
Tel 0263-51-5400

#### ステップ2 「申請書の用意」

予約が取れましたら、学校体育HPより『借用申請書』をダウンロードし、必要事項をご記入ください。

#### ステップ3 「受け渡し」

予約の日に『借用申請書』をお持ちになり、総合教育センターまで用具の受け取りにお越しください。



# 武道の研修講座(剣道・柔道)が

## 受講しやすくなりました!

今年度実施する武道の研修講座は、右のとおりです。

剣道・柔道の講座はこれまでも複数の日程で行ってきましたが、「受講したいけれど、何日も学校を空けるのは…」という方もいらっしゃると思います。

そこで今年度は、少しでも先生方が受講しやすくなるよう、剣道・柔道の研修講座で下のようなコースを設定しました。

- 空手道・少林寺拳法 (7/17)
- 剣道(9/4~9/5)
- 柔道(10/15~10/17)

### 剣道の研修講座

① 一日のみ受講するコース	
期 日	9月4日(木)
講座番号	3-1-16-16
講座名	剣道の魅力を味わう授業づくり① ~剣道技能・指導法講習会(基礎)(1日)~

② 二日間受講するコース	
期 日	9月4日(木)~9月5日(金)
講座番号	3-1-16-17
講座名	剣道の魅力を味わう授業づくり② ~剣道技能・指導法講習会(基礎・応用)(2日間)~

③ 二日間受講し、段位認定審査を受けるコース	
期 日	9月4日(木)~9月5日(金)
講座番号	3-1-16-18
講座名	剣道段位認定(2日間) ~初段・弐段~



### 柔道の研修講座

① 一日のみ受講するコース	
期 日	10月15日(水)
講座番号	3-1-16-24
講座名	柔道の魅力を味わう授業づくり① ~柔道技能・指導法講習会(基礎)(1日)~

② 二日間受講するコース	
期 日	10月15日(水)~10月16日(木)
講座番号	3-1-16-25
講座名	柔道の魅力を味わう授業づくり② ~柔道技能・指導法講習会(基礎・応用)(2日間)~

③ 三日間受講し、段位認定審査を受けるコース	
期 日	10月15日(水)~10月17日(金)
講座番号	3-1-16-26
講座名	柔道段位認定(3日間) ~初段・弐段~



いずれの講座も、これまでありがちだった「痛い」「つらい」「厳しい」という武道のマイナスイメージを持つことなく、子どもたちが「楽しく」「主体的に」取り組める武道の授業づくりについて学ぶことができます。

- ①では、そんな授業づくりの基本となる楽しい運動の指導方法、基本的なルールや礼法などを学びます。
- ②では①に加え、より応用的な技や指導方法について学びます。
- ③では、①と②での学びを活かし、段位(初段・弐段)の取得を目指します。

先生方のご都合とニーズに応じて、武道の研修講座にぜひお越しください!!