

プールでサーフィン体験



実施
学校名 渋谷区立笹塚中学校

日時 令和6年9月12日（木）

場所 体育館・プール

プログラム概要

- ・東京2020オリンピックから正式種目になったサーフィンを、学校のプールで体験しました。
- ・プールでの体験に備えて、体育館でのバランストレーニングを行った後に、プールに移動しました。
- ・プールでは、講師のサポートを受けながら、実際に水上でのサーフィンを楽しく学びました。

体験風景

1 事前レクチャー



はじめに、講師から、サーフィンの楽しさや体験の流れについて、お話がありました。

2 バランストレーニング



プールでの本番に備え、バランスキューブ（写真）などを使ったトレーニングを行いました。生徒は、パドルングの姿勢から、テイクオフ、立ち上がった後の姿勢や目線など、一連の動きを学びました。

3 サーフィン体験①



生徒がサーフィン体験をしているときは、講師等が常に安全に配慮するとともに、生徒へのアドバイスやサポートを行っていました。

4 サーフィン体験②



生徒は、水上のサーフボードでバランスを取ることに苦労しつつも、講師の指導とサポート、仲間からの声援を受け、ボードの上に立ち上がることができ、全員が笑顔で体験を終えました。

参加した生徒の声・反応

- ・サーフィンは難しかったけど、教えてくれる講師が優しくかったので、とても楽しかったです。
- ・初めてサーフィンをしてみて、率直に楽しいと思いました。なかなかボードの上に立てなかったので、いざ立てたときはとても嬉しかったです。
- ・事前学習でボールの上を歩く練習が楽しかったです。言われたことを意識してやってみたら、本番でボードの上に立つことができました。