

テーマ2 じゅぎょう 授業1

# パラリンピックスポーツについて学ぼう！



知っていることはあったかな？

えいぞう  
映像の中に、知っている  
パラリンピック  
スポーツはあったかな？





どんな競技を知っているかな？

## 東京 2020 パラリンピック競技大会 【22 競技】

アーチェリー／カヌー／車いすテニス／車いすバスケットボール  
車いすフェンシング／車いすラグビー／ゴールボール  
5人制<sup>せい</sup>サッカー／シッティングバレーボール／自転車／射撃<sup>しゃげき</sup>／柔道<sup>じゅうどう</sup>／水泳  
卓球<sup>たっきゅう</sup>／テコンドー／トライアスロン／馬術／バドミントン  
パワーリフティング／ボート／ボッチャ／陸上競技

## ミラノ・コルティナ（イタリア）2026 パラリンピック冬季競技大会 【6 競技】

アイスホッケー／アルペンスキー／車いすカーリング  
クロスカントリースキー／スノーボード／バイアスロン

# クイズで知ろう！ パラリンピックスポーツ

パラリンピックスポーツクイズ 第1問



マラソンと車いすマラソンはどっちが速い？





パラリンピックスポーツクイズ 第1問

マラソンと車いすマラソンはどちらが速い？

**答え** 車いすマラソン

【世界<sup>きろく</sup>記録】

■ マラソン

2018年 エリウド・キプチョゲ選手

2時間1分39秒 (ケニア<sup>きょうわこく</sup>共和国)

■ 車いすマラソン

2021年 マルセル・フグ選手

1時間17分47秒 (スイス<sup>れんぽう</sup>連邦)



車いすのスピードは、  
ミニバイクと同じく  
らい！



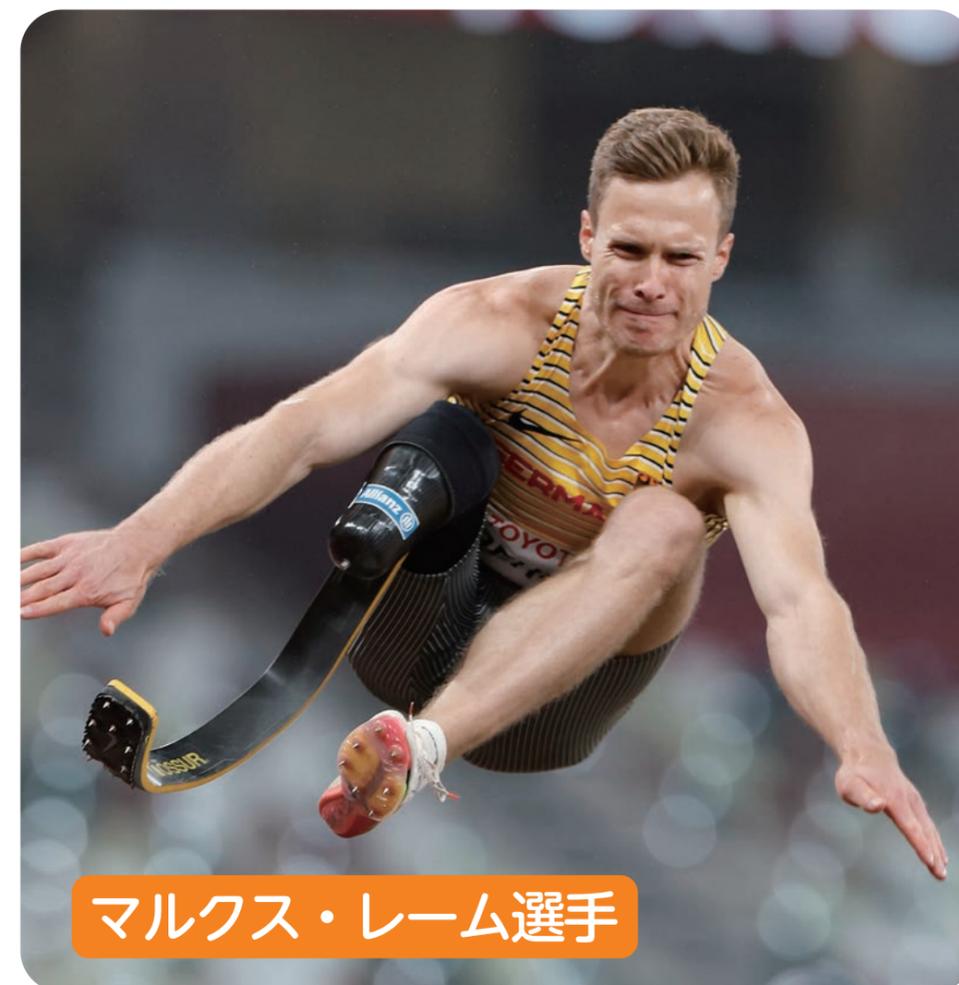
「記録」に注目しよう！

## 【世界記録】

はしりはばとび  
■ 走幅跳

2021年 マルクス・レーム選手  
8m62cm (ドイツ連邦共和国)

1991年 マイク・パウエル選手  
8m95cm (アメリカ合衆国)



パラリンピックスポーツも、  
記録に挑戦し続ける！



## 「記録」に注目しよう！

タチアナ・マクファデン選手

リオパラリンピックの陸上競技で、

100m 銀 / 400 m 金 / 800m 金

1500m 金 / 5000m 金 / マラソン 銀

瞬発力と持久力が求められる、

短距離、長距離の両方で

力を出せる選手はとてもめずらしい！



走競技の個人種目  
すべてにエントリー！

記録に挑戦し続け、パラリンピックスポーツ界の偉業達成！



パラリンピックスポーツクイズ 第2問

視覚障害がある柔道選手は、  
試合中にどのように相手の場所を知るのかな？



- ① 体にすずをつける
- ② あらかじめ、組んでから試合を始める
- ③ 声を出して、自分の場所を相手に伝える

パラリンピックスポーツクイズ 第2問



視覚障害がある柔道選手は、  
試合中にどのように相手の場所を知るのかな？

答え 2

あらかじめ、組んで  
から試合を始める





## 「工夫」に注目しよう！

### 車いすバスケットボール

- ボールを持ったまま  
車いすを2回までこぐこと  
(プッシュ)ができる
- 3回プッシュすると  
トラベリングになるが、  
1回ドリブルをすれば、また2回プッシュできる



工夫することで、誰でも公平に参加できるようになる！

パラリンピックスポーツクイズ 第3問



ボッチャで使う「ランプ」という用具は、  
何のために使うのかな？



ジャックボールという白い  
玉に近づけることを競う<sup>きそ</sup>

ランプ



パラリンピックスポーツクイズ 第3問



ボッチャで使う「ランプ」という用具は、  
何のために使うのかな？

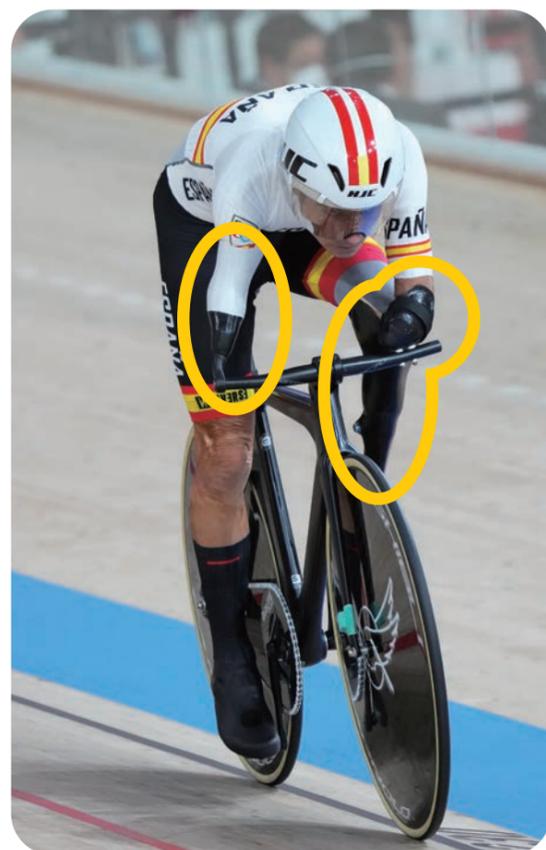
答え

ボールを転がす  
強さや方向を  
しめ  
示すため



📋 「用具」に注目しよう！

自転車



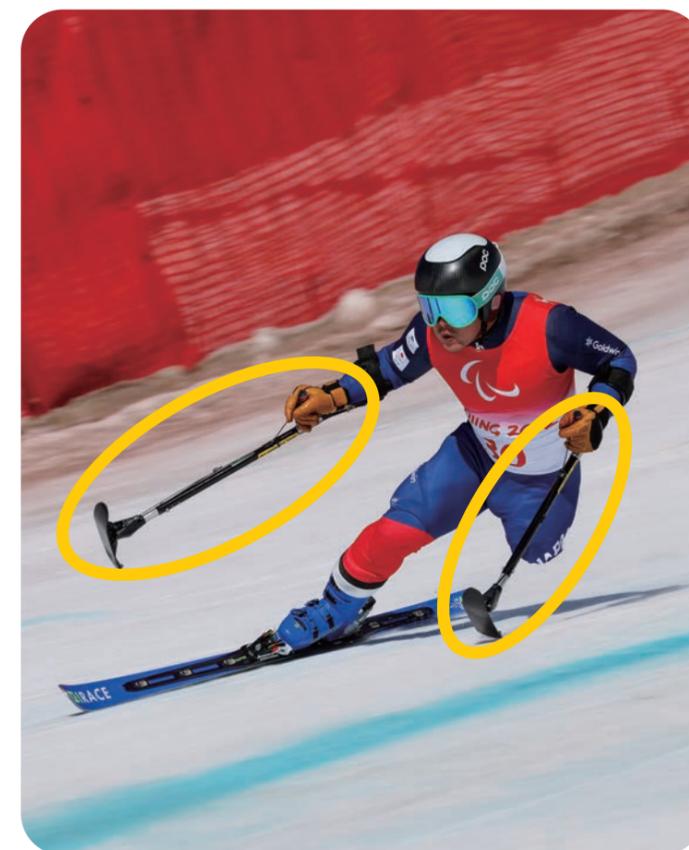
車いすテニス



車いすカーリング



アルペンスキー



パラリンピックで使用される用具にはさまざまな工夫くふうがいっぱい！



パラリンピックスポーツクイズ 第4問

しかくしょうがい      せんしゅ      はしりはばとび  
視覚障害がある選手は走幅跳の  
ふ      き      い      ち  
踏み切り位置をどうやって知るのかな？



パラリンピックスポーツクイズ 第4問



視覚障害がある選手は走幅跳の  
踏み切り位置をどうやって知るのかな？

答え

コーラーが、  
踏み切り位置を  
知らせる



📋 「サポートする人」に注目しよう！

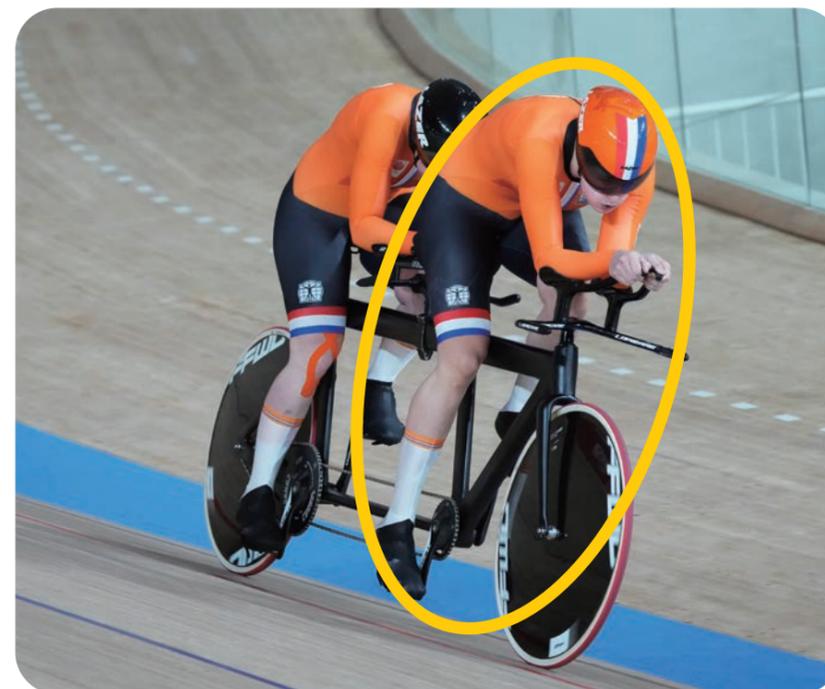
■ ブラインドフットボール  
「コーラー」



りくじょうきょうぎ  
■ 陸上競技  
ばんそうしゃ  
「伴走者」



■ 自転車  
「パイロット」



パラリンピックスポーツではサポートする人も活やくしている！

 **パラリンピックスポーツの映像<sup>えいぞう</sup>を見てみよう！**

■ **ボッチャ**



■ **ゴールボール**





## パラリンピックスポーツ

ルールや用具に様々な工夫をし、一人ひとりの個性を尊重して、誰もがスポーツを楽しむことができるようにしている。

スポーツ、競うことの喜びや楽しみを味わえるように工夫されている。

パラリンピックスポーツに挑戦してみよう！



## まとめ

パラリンピックスポーツについて、どう思ったかな？