

令和6年度「学校部活動方針」 実践推進事業 優良事例発表会

令和7年2月18日

「地域移行に向け、生徒・教員共に
合理的でかつ効率的・効果的な部活動実践」

総社市立総社西中学校 バドミントン部



総社市立総社西中学校
教諭 荒木 雄介

本日の発表内容

1. 学校概要
2. 研究の目的
3. 取組内容
4. 成果と課題
5. 提案とまとめ



I. 学校概要

Ⅰ 学校概要



○ 学校紹介

総社駅⇒徒歩5分 生徒数 779名

運動部(10種)・文化部(7種) 約8割が入部

★外部指導者・部活動支援員が数名

○ バドミントン部の状況

男子27名 女子45名 計72名⇒現在40名

★学区外からの生徒も在籍

★小学校での児童クラブ・地域クラブ多数

Ⅰ 学校概要

○直近2年間の県大会の成績



男子	R5県総体	R5県秋季	R6県総体	R6県秋季
団体戦(結果)	ベスト8	ベスト16	ベスト16	ベスト8
個シングルス (出場数)	2人(第3位)	1人	1人	1人
個ダブルス (出場数)	2ペア	1ペア	2ペア	1ペア

女子	R5県総体	R5県秋季	R6県総体	R6県秋季
団体戦(結果)	出場なし	ベスト16	初戦敗退	初戦敗退
個シングルス (出場数)	2人	2人	3人	4人
個ダブルス (出場数)	2ペア	2ペア	1ペア	2ペア ⁴

Ⅰ 学校概要

○直近2年間の地区大会等の成績



<R5年度>

備南東地区総体 男子団体3位

倉敷市中学生夏季大会 女子団体2位

備南東地区新人戦 女子団体3位

倉敷市中学生冬季大会 男子A級3位 女子A級2位

<R6年度>

倉敷市夏季大会(複) 男子A級2位 女子A級3位

備南東地区新人戦 男子団体3位 女子団体2位

など

A painting of a landscape. The sky is a vibrant blue with white, star-like speckles. Below the sky is a green hill with a small, dark, rocky outcrop. The foreground is a golden, textured field. The overall style is impressionistic, with visible brushstrokes and a rich, textured appearance.

2. 研究の目的

2 研究の目的

～現状と課題～

- 現状 □練習場所・方法・指導法に工夫が必要
40名ほどで、平日3コート・土日6コート
朝練習は週に2回、週に1～2日は外
- 経験量の差が結果の差に
県大会上位は小学校からの経験者
- 課題 □効果的で効率的な運営・練習・指導・
道具の工夫

2 研究の目的



○現状と課題の把握

★事前アンケート

□時期 7月 県総体後（3年生引退後）

□対象 部員男女34名

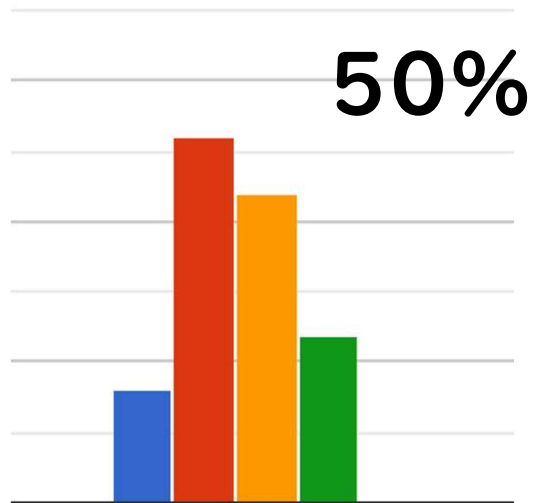
□内容 練習における意識調査

よくあてはまる ⇔ 全くあてはまらない

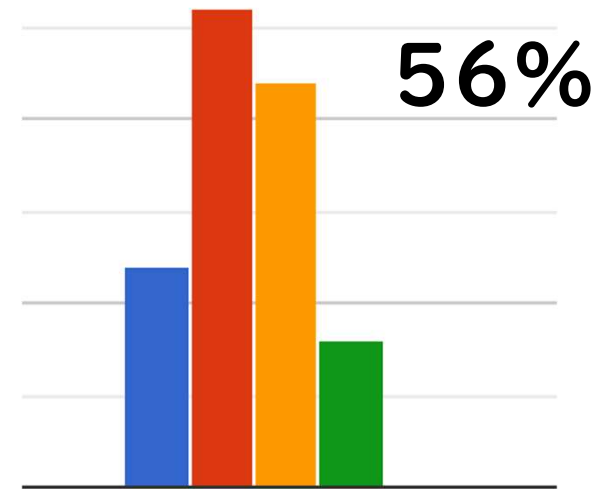


肯定的意見⇒肯定率

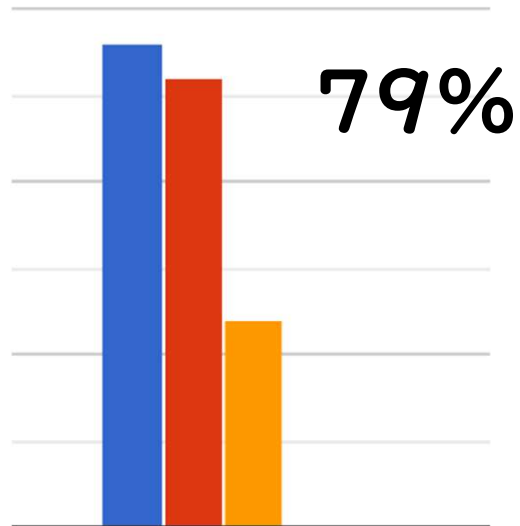
①問題に直面した時、いくつかの
解決法をいつも思いつくことができる。



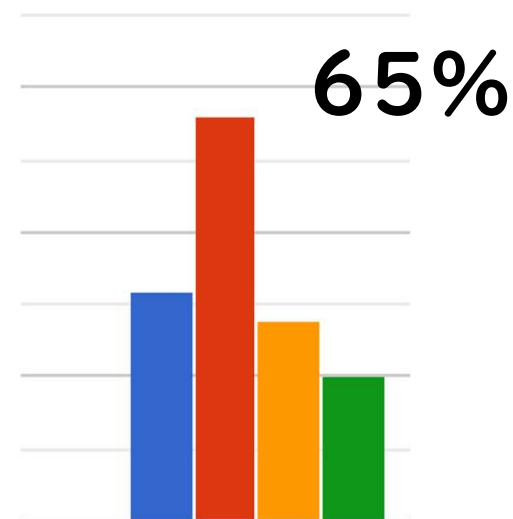
②自分で考えて練習をする時間が
欲しい。



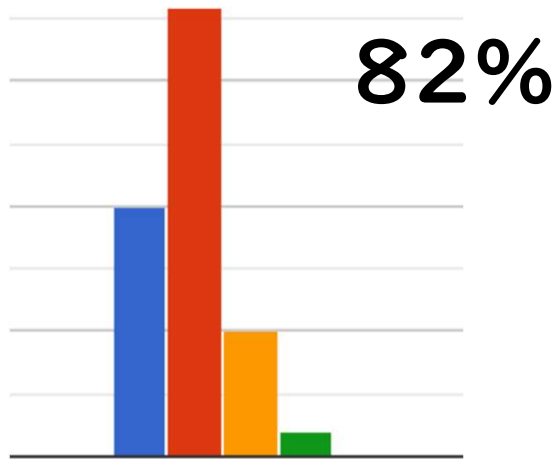
③自分でしたいメニューを
考えることができる。



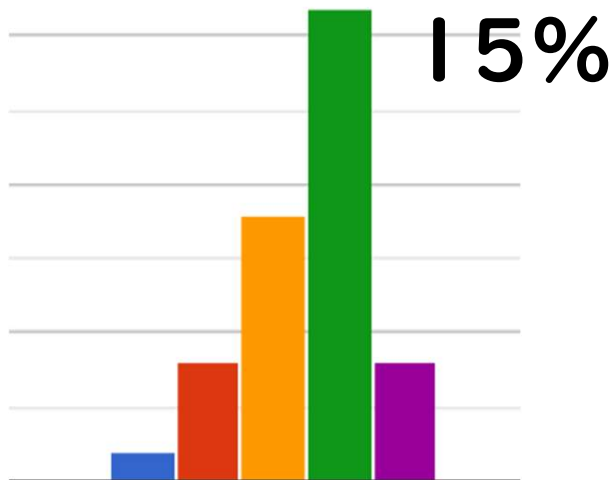
④取り組み方を工夫する力やその
ための知識を持っている。



⑤自分が立てた目標は、達成できる。



⑥目標を達成することは私にとって簡単である。



＜事前アンケートから＞

◎ 自ら練習法を考えることができる。

◎ 目標に向かって
努力することができる。

○△ 問題に直面した場合は、
解決法を50%が必要としている。

△ 取り組み方を理解していない
生徒が4割ほどいる。

△ 目標を達成することに難しさを感じている。

2 研究の目的

アンケート結果を踏まえて

- 生徒が自主的にメニューを考えて練習する機会を与えることで、「効果的な練習」を目指すことができるのでは？
- 「問題に直面した場合にどうするか」を考えさせることが必要

2 研究の目的

～現状と課題～

現状 □練習場所・方法・指導法に工夫が必要
40名ほどで、平日3コート・土日6コート
朝練習は週に2回、週に1～2日は外

□経験量の差が結果の差に
県大会上位は小学校からの経験者

課題 □効果的で効率的な運営・練習・指導・
道具の工夫

□生徒が自ら考え、主体的に取り組める
練習体制

2 研究の目的



○ 達成目標

成績 ☐ (団体戦) 県総体ベスト8以上
 ☐ (個人戦) 単3名・複3ペア以上出場

生徒 ☐ 主体的に取り組むことができる
 ☐ アンケートの達成率が90%以上

顧問 ☐ 準備や指導などの負担が減る
 ☐ 練習メニューを改善できる

2 研究の目的

○ 研究計画

時期	内容	大会
4月～7月	目標の設定	地区総体 県大会
8月	初回アンケート 講師派遣開始	団体大会
9月	きびじアリーナでの練習 バンド使用	シングルス大会 地区総体
10月	中期アンケート きびじ練習	
11月	アプリを利用したの反省 きびじ練習	県総体
12月	シャトルかご 映像利用 きびじ練習	ダブルス大会
1月～3月	後期アンケート きびじ練習	ダブルス大会 団体大会
4月～	効率的・効果的練習の継続	団体大会

An impressionist landscape painting featuring a bright blue sky with white clouds, a green hillside with a small white building, and a golden field in the foreground. The text "3. 取組内容" is overlaid in the center.

3. 取組内容

3. 取組内容

講師による指導のもとでの
効率的・効果的な部活動実践

I 効率的・効果的
な練習方法

II 効率的・効果的
な指導・運営

生徒&教員 効率的・効果的な部活動実践

講師の紹介

おだ はるか

小田陽花さん(旧姓 米元)



- 競技歴: 青森山田高校 → NTT東日本 →
ACT SAIKYO → ウィルソンアドバイザー
- 主な戦績: 全日本総合選手権大会
混合ダブルス3位 など
- 現在: 「きびじアリーナ」にて講習会など









I 効率的・効果的な練習方法

<コート外での練習メニュー> ラダー

シャトル置き

筒ジャンプ



バントトレーニング



縄跳び
素振り
テニスラケット素振り
チャイナステップ
筋肉トレーニング
壁打ち など





Ⅱ 効率的・効果的な指導・運営

①「部活アプリクラブマネージャー」の導入



□用途 連絡・スケジュール・出欠
活動記録の管理など

□費用 1人あたり年間880円
(ライトver)

※本年度は総社市が負担

□使用法 PC・スマホどちらも可

Ⅱ 効率的・効果的な指導・運営

①「部活アプリクラブマネージャー」の導入

□ 予定表の管理

12 休み	13 休み	14 休み	15 休み	16 休み	17 休み	18 8～11:30
19 B練11～14	20 C練14～17	21 A練8～11:30 宿題点検日 羽球道場女子2人	22 休み	23 C練14～17	24 vs井原中学校13～17	25 休み
26 休み	27 朝：×夕：中	28 休み	29 朝：○夕：中	30 朝：×夕：中	31 団体大会	

Ⅱ 効率的・効果的な指導・運営

①「部活アプリクラブマネージャー」の導入

□ 事務連絡

2024/12/21

21:38

12月15日練習試合.pdf

21:38

本日の練習試合の結果を添付しました。

17:18

12月21日(土)ダブルス大会の反省は、本日中に入力しましょう。その日の反省は、その日のうちに。振り返りシート(紙)は次の練習で提出しましょう。

2024/12/22

高橋涼太さんが追加されました

2025/1/12

17:54

振り返りをかきましょう

模野佳苗

Ⅱ 効率的・効果的な指導・運営

①「部活アプリクラブマネージャー」の導入

□練習試合の結果をデータとして添付

名前	名前	VS	名前
結果ゲーム数	2	—	0
得点 1 G	21	—	15
得点 2 G	22	—	20

名前	名前	VS	名前
結果ゲーム数	0	—	2
得点 1 G	17	—	21
得点 2 G	9	—	21

名前	名前	VS	名前
結果ゲーム数	1	—	1
得点 1 G	21	—	19
得点 2 G	12	—	21

名前	名前	VS	名前
結果ゲーム数	0	—	2
得点 1 G	17	—	21
得点 2 G	12	—	21

名前	名前	VS	名前
結果ゲーム数	0		2
得点 1 G	8		21
得点 2 G	10		21

名前	名前	VS	名前
結果ゲーム数	0	—	2
得点 1 G	12	—	21
得点 2 G	20	—	22

Ⅱ 効率的・効果的な指導・運営

①「部活アプリクラブマネージャー」の導入

□ 目標や反省事項の共有



名前

投稿日：2024/12/9(月)
公開範囲：全体



50点

📖 活動内容

ランニング
ステップ
フットワーク
ゲーム
レシーブのノック
課題別練
ゲーム

Ⅱ 効率的・効果的な指導・運営

○「部活アプリクラブマネージャー」の導入

□ 目標や反省事項の共有

目的意識

ラウンド側からスマッシュを打って前に落とされたシャトルをプッシュって打つというのをステップを早くして取れるように意識をしてそしてコースも狙うように意識しました。

気づき・学び

自分はプッシュがネットにかかる事が多いのでワンテンポ早く触ったり早くフットワークをすればいいということが分かりました。

次に向けて

次は今回見つけたラウンド側でスマッシュを打って前のシャトルというプッシュがまだ正確なコースに打てたりできていないので次はコースをしっかりと見て触るタイミングなどをしっかり確認しようと思います。

Ⅱ 効率的・効果的な指導・運営

①「部活アプリクラブマネージャー」の導入

□ 目標や反省事項に対してのコメント



荒木雄介

2024/12/15(日)

フレームショットの原因を考える1週間にしたいなと思っています。テークバックの際に、手首を内側に入れてしまわず、ブレを減らすことが必要かなと個人的には思います。一緒に考えていきましょう。



小田陽花

2024/12/16(月)

プッシュを打つ時にラケットの面がきれていて、しっかりミートしていない事がありますよね。
私が前衛で意識しているポイントは、ラケットの握り方です。イースタングリップとウエスタングリップの中間で握るとミスを減らせてショットの安定感が増すので、是非やってみてください👍
パートナーと2人でね。良い時も悪い時も、戦える準備をしていきましょう！！



Ⅱ 効率的・効果的な指導・運営

② 効率的な練習運営

□ シャトルかごの使用 準備・片付けの時短



Ⅱ 効率的・効果的な指導・運営

② 効率的な練習運営

□ ホワイトボードの使用 指導・指示の明確化



Ⅱ 効率的・効果的な指導・運営

② 効率的な練習運営

□ きびじアリーナでの練習



A painting of a landscape. The sky is a vibrant blue with white, star-like speckles. Below the sky is a green hill with a small, dark, rocky outcrop. The foreground is a golden, textured field. The overall style is impressionistic with visible brushstrokes.

4. 成果と課題

4 成果と課題



○ 達成目標

成績 △ (団体戦) 県総体ベスト8以上
 ◎ (個人戦) 単3名・複3ペア以上出場

生徒 ◎ 主体的に取り組むことができる
 ◎ アンケートの達成率が90%以上

顧問 ◎ 準備や指導などの負担が減る
 ◎ 練習メニューを改善できる

4 成果と課題

<成果>

- 目的などがしっかり持てるようになった。
- 練習ごとの意味を考えて取り組めるようになった。
- 時間についての意識もしっかり上がった。
- 道具が増えたので、練習の合間時間に細かい部分を鍛えられるようになった。
- バドミントンに集中でき、「もっとうまくなりたい」という気持ちが増した。そのため、自主練習などをすることが増えた。

4 成果と課題

<成果> 練習メニューについて

①問題に直面した時、いくつかの解決法をいつも思い出すことができる。

50%⇒53%

②自分で考えて練習をする時間が欲しい。

56%⇒75%

③自分でしたいメニューを考えることができる。

79%⇒91%

④取り組み方を工夫する力やそのための知識を持っている。

56%⇒75%

⑤自分が立てた目標は、達成できる。

82%⇒75%

⑥目標を達成することは私にとって簡単である。

15%⇒20%

4 成果と課題

<成果> 講師派遣について

年間で計**20**回の派遣



満足度
★4.73



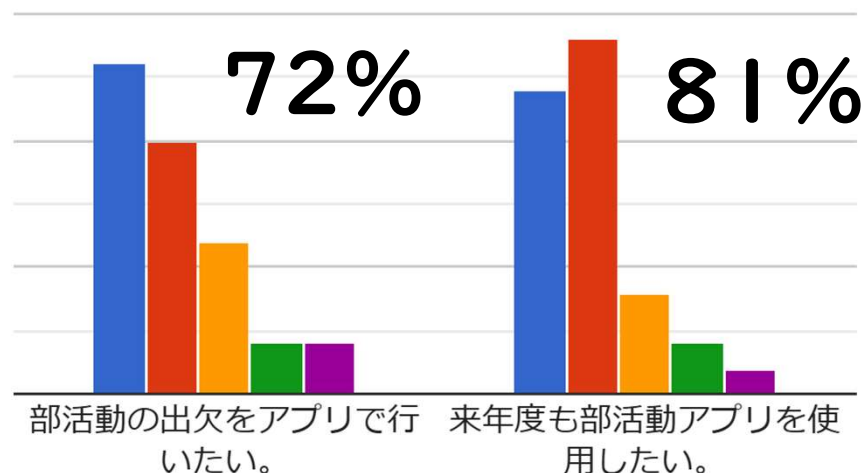
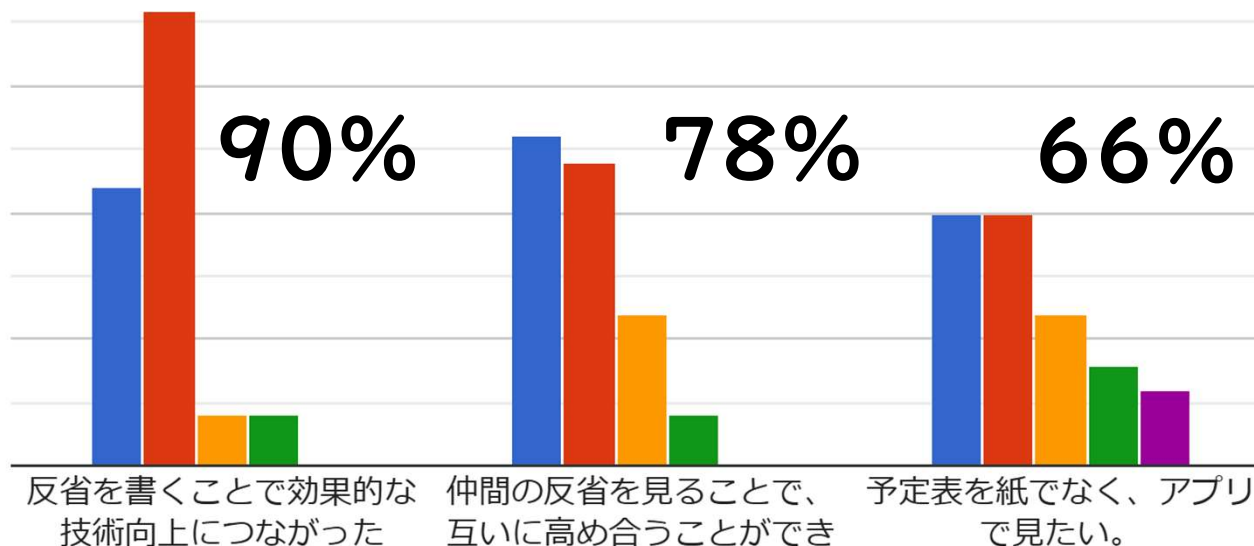
○プレイやノックなどのお手本を見ることができた。

○今までとは違う視点で練習することができた。

○選手としての姿勢・マナー・気持ちの持ち方など
技術面以外の大切なことまで教えてもらった。

4 成果と課題

<成果> 部活動アプリについて



課題を言語化・記録



「考える」練習

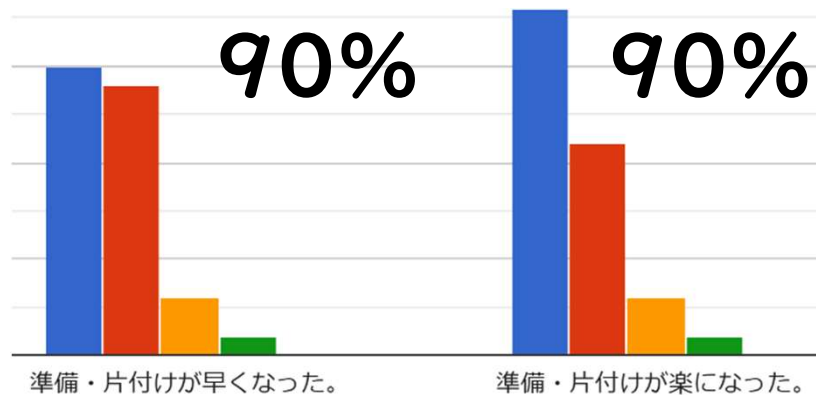


効果的な練習

4 成果と課題

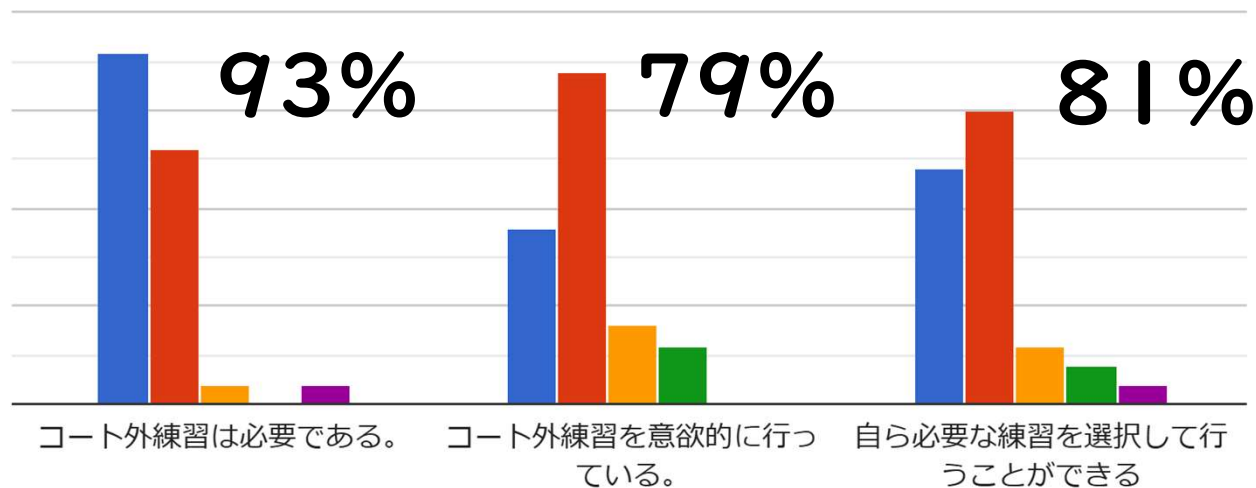
<成果> シャトルかご・コート外練習など

○シャトルかご



○準備時間が
約3分⇒30秒 短縮

○コート外練習



○練習メニュー
の増加



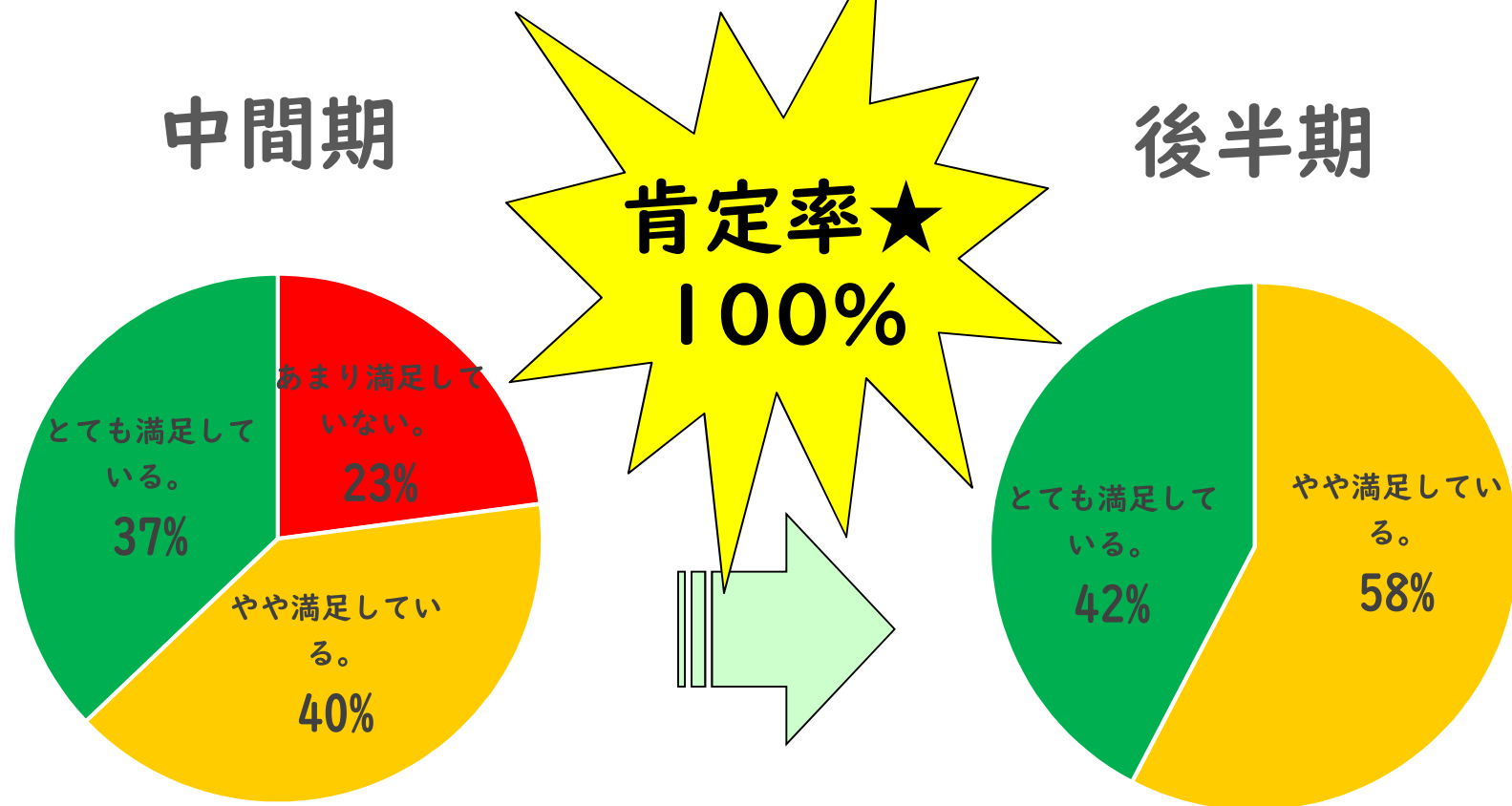
自ら選択して
練習



効果的な練習

4 成果と課題

＜成果＞ あなたは、今の合理的でかつ効率的・効果的な部活動に満足していますか。



4 成果と課題

<課題>

○指導者の確保

効果的練習⇒効果的な視点での長期的指導
指導者一人当たりに対しての生徒の割合
部活動の地域移行のため

○効率的部活動練習・運営を目指す意識の統一

実践しようとする意欲・意志⇒コート外でも練習
指導者・生徒共に「目標」と「目的」を一致させる

○教員業務との兼ね合い

効率的・効果的な指導⇒変化・成果を「みとる」



5 提案等

○部活動実践を外部指導者と顧問が“協働”して、
一年間行った上での地域移行

⇒生徒理解や現状の把握、目標と目的の共有

○「トップアスリート・上級者」との交流・見学

⇒「効率的・効果的な部活動実践」の根幹は、
“生徒の**実践意欲**”

⇒顧問は「指導者」から「**伴走者**」へ

○ICTの活用（部活動アプリ・Classroomなど）

⇒目標・課題の**共有**は地域移行後も対応可

⇒生徒・教員共に運営面での**負担軽減**

5 まとめ

効率的・効果的な部活動実践

★「地域移行」に向けて★
外部指導者&教員
協働しての部活動実践

★効率的な部活動実践★
コート外練習・道具の**工夫**
ICTを活用した運営

★効果的な部活動実践★
生徒主体の活動
実践意欲の向上



ご清聴ありがとうございました。