

スポーツ科の授業紹介

2年生の時間割の例

	月	火	水	木	金
1	生物基礎	国語表現	英語コミュニケーションⅡ	国語表現	英語コミュニケーションⅡ
2	スポーツⅡ	数学A	スポーツⅡ	英語コミュニケーションⅡ	公共
3	スポーツⅠ	スポーツ概論	論理国語	情報Ⅰ	論理国語
4	スポーツ演習	生物基礎	保健	スポーツ概論	数学A
5	公共	フードデザイン	総合的な探究の時間	スポーツⅡ	スポーツⅡ
6	情報Ⅰ	フードデザイン	LHR	スポーツⅥ	スポーツⅢ/Ⅳ

スポーツ総合演習

自分が取り組んでいるスポーツに関する研究発表をしたり、スポーツに関する諸問題についてグループディスカッションを行い、問題解決能力を養います。



～スポーツ科専門科目～

スポーツⅠ

夏季は水泳、それ以外は通年で陸上競技を実施しています。水泳、陸上競技ともに定期的に測定を行い、自己記録の更新を目指します。

スポーツⅡ

多様な球技種目を学びます。1種目を3～4ヶ月間継続して実施することにより、基礎技術の習得を目指します。

スポーツⅢ・Ⅳ

スポーツⅢは男子が対象で、柔道と剣道から1種目を選択して3年間継続して学びます。スポーツⅣは女子が対象で、ダンスを3年間学びます。

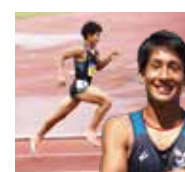
スポーツⅥ

ウエイトトレーニングやカヌー、ニュースポーツ、体操、集団行動などにより、仲間と関わって運動する楽しさを味わいながら体力を高めます。

スポーツ概論

スポーツの歴史、オリンピックとパラリンピック、スポーツに関わる諸問題、トレーニング理論、外傷・障害と応急処置、指導法などについて学びます。

卒業後も競技をがんばる先輩たち



陸上

呂比須 聖一さん

駿河台大学
現代文化学部 現代文化学科

中学・高校から続けている800mという種目をしています。全日本インカレ入賞、日本選手権出場を目標に頑張っています。社会人になっても競技を続け、陸上の中距離界を盛り上げていけるような強い選手になり、今まで支えてきてくださった方々に結果で恩返ししたいです。



野球

八木橋 遙大さん

東洋大学 法学部 法律学科

厳しい練習や熾烈なレギュラー争いに身を置きながら、競技レベルの向上、自身の成長を目指して努力しています。そして、東都大学リーグでの優勝、全日本大学野球選手権や神宮大会等の全国大会への出場を目標に頑張っています。



ウエイトリフティング

山根 大地さん

自衛隊体育学校

スナッチ155キロ、クリーン＆ジャーク190キロを挙げてオリンピックに出場し、今まで自分の競技人生に関わってくれた方々に恩返しをしたいと思います。そして、元オリンピック選手の祖父と伯父にもう一度オリンピックの舞台を見せてあげたいです。



サッカー

山井 夏希さん

栃木県社会人1部リーグ
FC CASA 所属

FWとしてゴールを決めることでチームを勝利に導くことができるような選手を目指しています。また、チームの目標でもある関東二部に昇格し、個人タイトルを一つでも多く取れるように日々努力しています。令和4年度は、この二つの目標を達成できるような一年間にしたいです。



バスケットボール

佐々木 健斗さん

日本ウェルネススポーツ大学
スポーツプロモーション学部

10月から開幕するリーグ戦に向けて練習を頑張っています。チームの目標は、3部昇格です。また、個人ではプロバスケットボール選手を目指して、日々努力しています。大学に進学しても本気で競技を続けており、充実した毎日を送っています。



カヌー

木原 周平さん

日本体育大学 体育学部

令和3年度はインカレで200メートル7位に入賞できたので今年はもっと上を目指していきたいと考えています。種目はカナディアンをやっており、令和4年度もより多くインカレで点数を取れるように精進していきます。

実習授業

スポーツⅤ 野外実習



ティーピング実習



栄養学講座



～スキー実習～



2泊3日、楽しく仲間と過ごしなが、分りやすく滑り方を教えてもらいました。たくさん思い出ができてよかったです。



～スノーボード実習～



仲間と一から学ぶ楽しさを体験できました。同時に、見て学ぶことの大切さも実感することができました。



～フィールドワーク～



自然を身近に感じながら大平山を歩きました。チームワークも高まり、とても楽しい経験ができました。

卒業した先輩からのメッセージ



Nanako Shimizu

清水 菜々子さん **警察官** 平成29年度卒業生

質問①「小山南高校で学んだことは何ですか」

スポーツを通じて、社会に貢献するための知識等を学びました。また、バレーボール部ではキャプテンを務め、チームをまとめる力を身につけました。

質問②「現在されているお仕事について教えてください。」

栃木県警で、犯罪の被害に遭われた方の支援を行う部署に勤務しています。また、カラーガード隊員として、交通安全教室や広報活動の場でフラッグ演技やダンスを披露しています。

質問③「中学生へのメッセージをお願いします。」

小山南高校は、勉強も部活も一生懸命取り組むことができる素晴らしい環境があり、高校で学び鍛えた経験が必ず皆さんの役に立ちます。また、文化祭や体育祭などの行事も充実しており、一生の思い出が作れます。



Miki Imaizumi

今泉 美紀さん **教員** 平成25年度卒業生

質問①「小山南高校で学んだことは何ですか」

目標に向かって努力し続けることや、周りの人への感謝を忘れずに生活する大切さを学びました。

質問②「現在されているお仕事について教えてください。」

県立高校で教員をしており、保健体育を教えています。高校時代に体育科の先生方に憧れて教員を目指し、夢を叶えることができました。

質問③「中学生へのメッセージをお願いします。」

スポーツに興味・関心がある中学生は、ぜひ小山南高校スポーツ科へ！スポーツに関する座学や実技・実習などがあり、充実した高校生活を送ることができると思います。

スポーツ科の発展に期待

小山市シルバー人材センター
理事長 生井克明氏

小山南高校は、多くのアスリートを輩出しています。特にウエイトリフティングとカヌーが有名です。また、スポーツを通じて学んだことを生かして保健・医療系に進む生徒も多く、今後の活躍を期待しています。