

栄

光

を

わ

が

手

に

～オリンピック  
パラリンピック～

恵庭市立恵庭中学校

1年6組 鳥海航

# 目次

- ・ 動機 . . . . . p 1
- ・ 調べる方法 . . . . . p 1
- ・ オリンピック誕生 . . . . . p 2、3
- ・ オリンピックの競技種目 . p 4、5
- ・ オリンピックの豆知識 . . p 6
- ・ パラリンピックの歩み . . p 7

## 夏季編

- ・ 車いす競技 . . . . . p 8、9、10
- ・ 義足(陸上) . . . . . p 11、12
- ・ その他の競技 . . . . . p 13

## 冬季編

- ・ スキー、スケート . . . . . p 14、15、16
- ・ アイスホッケー
- ・ まとめ・感想 . . . . . p 17
- ・ 参考資料 . . . . . p 18



# 動力機

- ・今年の夏、オリンピックで義足の付けた選手が陸上競技で出場する事を知って、障害のある人のスポーツについて調べたくなったから
- ・「パラリンピック」は一応聞いた事はあったけど、実際あまりテレビで報わられていなかったから、詳しく調べたくなった。
- ・オリンピックが開催されると毎回テレビや新聞などで盛り上がっているから、どうやってそこまで有名な世界大会にまで発展したのかを知りたくなったから。

# 調べる方法

- ・市立図書館の本
- ・新聞の記事



陸上競技

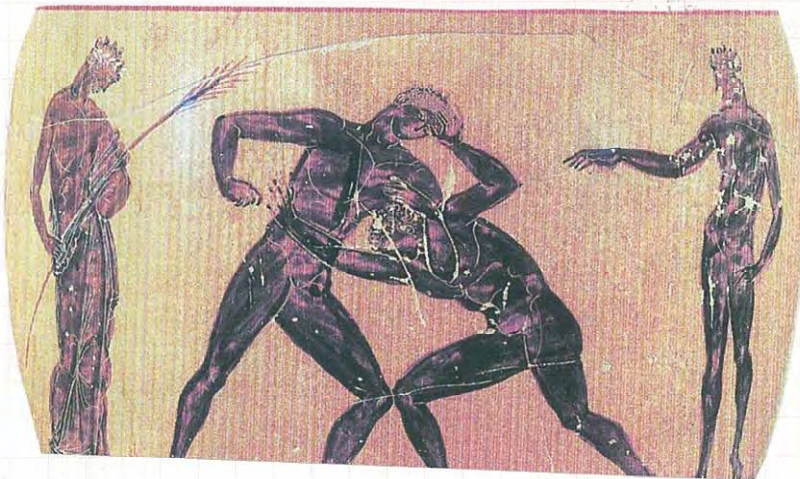


# オリンピック誕生

## オリンピックの起源

オリンピックとは4年に1度、たがいの力を競い合おうと、選り抜かれたスポーツ選手が世界中から集まってくる世界で最も偉大な国際スポーツ大会であり、世界の祭典である。

- もともと**古代ギリシア**で行われていた。
- 当時も4年に1度開かれていて期間は5日間。
- 人気のあった種目は**競走、格闘技、パンタスロン(古代の五種競技)、乗馬、戦車競走**など。
- 当時のローマ皇帝テオドシウス1世がキリスト教以外の宗教やそれにかかわる行事を一切禁止したため、神々をたたえる祭典であったオリンピックは**紀元393年**に終わりを迎えた。



## 「パンクラティオン競技」

どんな攻撃も許された1対1の格闘技。





# オリンピック再興という夢

19世紀の末になると「古代ギリシア」で行われていたオリンピックの伝統を受け継ぐような世界規模のスポーツ大会を、という夢をもった人がでてきた。

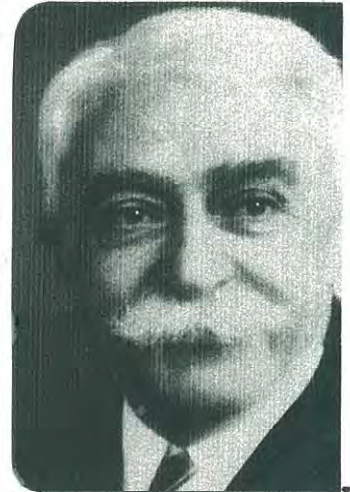
とくにスポーツが得意でないフランス貴族、「ピエール・ド・クーベルタン」が実現させた。

## ピエール・ド・クーベルタン(1863~1937)

・ 1892年からオリンピックの再興という夢に全精力をそそいで**オリンピック再興**を提唱。

・ 1894年、パリの会議で12カ国の代表を説得し、協力を頼んだ。

・ 1896年、オリンピック発祥の



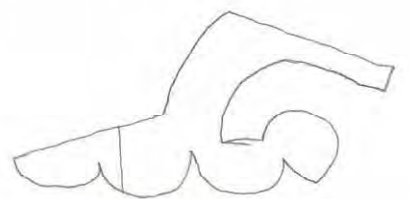
国ギリシア(首都**アテネ**)で、**第1回大会**が開催。

「近代オリンピックの父」と呼ばれている。

## 1894年国際オリンピック

**委員会(IOC)**が設立され、大会を組織監督するようになった。

クーベルタンは30年間委員長を務めた。



水泳

# オリンピックの競技種目

## 2012年、ロンドンオリンピックの競技

### 陸上競技

- 水泳 {
  - 競泳
  - 飛び込み
  - シンクロ
  - 水球
  - オープンウォーター

- アーチェリー
- バドミントン
- バスケットボール
- ボクシング

- カヌー {
  - スプリント (短距離)
  - スラローム (狭門を順序どおりにくぐる)

- 柔道
- 重量挙げ
- ボート
- レスリング
- 射撃
- テコンドー
- トライアスロン

### 自転車

- トラック
- ロードレース
- マウンテンバイク
- BMX (山林、原野などを走る)

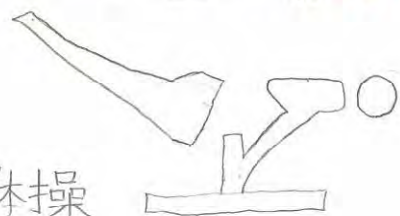
- 馬術
- フェンシング
- サッカー

- 体操 {
  - 体操
  - 新体操
  - トランポリン

- ハンドボール
- ホッケー
- 近代五種
- セーリング (ウインドサーフィン)
- 卓球
- テニス
- バレーボール {
  - バレーボール
  - ビーチバレー



- 全部で **26** の競技種目で競う
- 26 の競技中 **24** 種目、日本の選手が出場 (**293**人)





# 中止になった競技種目 (かっこ内は開催年)

## ・ クリケット (1900)

バットで木球を打ち合い、ウィケット(横木をのせた三柱門)へのタッチをめぐる得点を競う。

## ・ ラクロス (1904、1908)

二チームが先端にネットのついたスティックを使ってボールを取り合い、相手のゴールに投げ入れて得点を競う競技。

## ・ ゴルフ (1900、1904)

## ・ ポロ (1900、1908、1920、1924、1936)

一チーム四人の競技者が、馬上からマレット(先がT字型になった長い棒)で木製のボールを打ち合い、相手のゴールに入れて得点を競う競技

## ・ ラグビー (1900、1908、1920、1924)

## ・ 綱引き (1900、1904、1908、1912、1920)

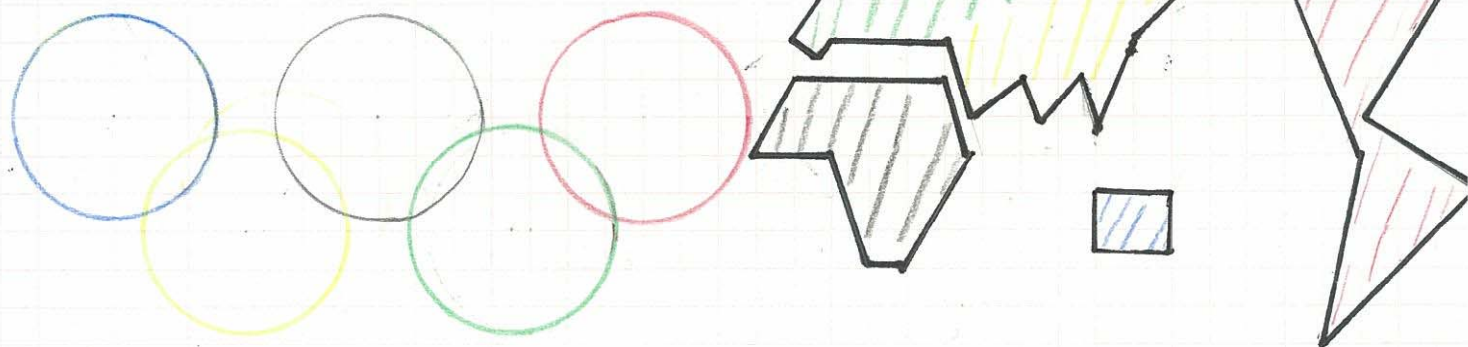
先に相手チームを6フィート(約1.8m)引っ張ったほうが勝ち。



# オリンピックの豆知識

## ○ オリンピック旗

- ・ オリンピックの旗の**五つの輪**は**世界の5大陸**の**結合**を表している。
- ・ 5つの色は、当時の諸国の国旗の色から選ばれた。



## ○ 聖火リレー

- ・ ギリシアのオリンピアで太陽光線によって発火された火をたくさんのランナーによって開催地まで運ばれる。

(今大会では**70日間**かけて**800以上のランナー**によりロンドン(メインスタジアム)に運ばれる)

- ・ 聖火リレーのルートは全人口の**95%**が1時間以内に来られるコースになっている
- ・ **聖火トーチ**(たいまつ)の火は雨や風、落としても消えないようになっている。



\* 1928年に聖火点灯が始まり、8年後のベルリン大会から聖火リレー開始。



バスケットボール



# パラリンピックの歩み・誕生

近代オリンピックが始まったころには、身体障害者がスポーツで競い合う国際大会がなかった。

そのことに、イギリスの「国立脊髄損傷センター」で理事長をしていたルドウィク・ガッドマンが心を痛めていた。

↓  
1948年、入院している人の為の競技会を開催。

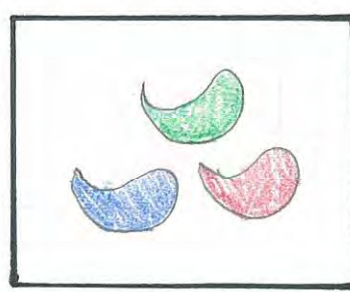
↓  
1960年にイタリアオリンピック委員会などの協力を得て、ローマで「第1回パラリンピック競技大会」が開催。(ローマでのオリンピック(第17回)の後に同じ会場を使って、開催した。)

## 名前の由来

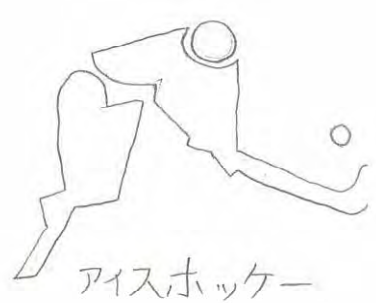
足(半身)の麻痺を意味するパラアレジア(Paraplegia)と、オリンピック(Olympic)を組み合わせ、パラリンピック(Paralympic)とした。

↓ 現在は

「平行した」、「同じもの」を意味するパラレル(Parallel)と、オリンピック(Olympic)を組み合わせ、パラリンピック(Paralympic)としたように(もうひとつのオリンピック)



パラリンピックの旗  
緑色が「心」  
赤色が「身体」  
青色が「精神」





# 夏季編

# 車いす競技

## バスケットボール用車いす

バスケットボールは人の間を素早くすり抜けなくてはならない。

日常生活で使う車いすとは**違う工夫**がある

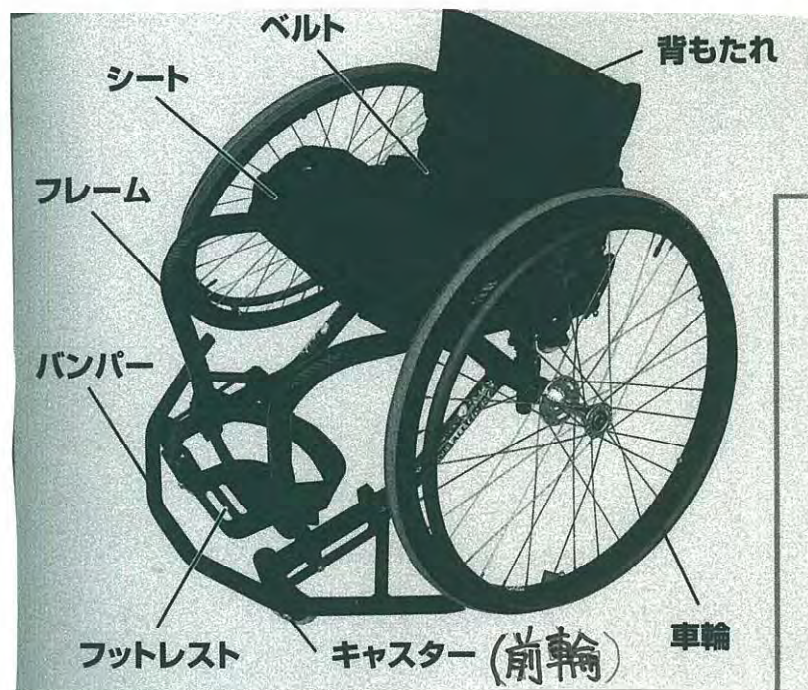
① **後輪**は正面から見て「ハ」の字に取り付けてある。

② **前輪**はゴム製ではなく、合成樹脂(プラスチック状のもの)で作られている。

素早いスタートがしやすいか。たり、方向を変える時にスピードをあまり落とさないようにするためのもの。

③ 足を置く所の前に金属の棒が取り付けられている  
**(バンパー)**

試合中などに他の車いすと衝突しても足を傷つけないようにするためのもの。



重量上げ



# 陸上競技の競技用車いす

・競争競技で使用される車いすは、障害物の間をできるだけ早く正確に通り抜ける技を競う**スラローム**といわれる種目に使うタイプ。

・**100m競争**や**マラソン**などに使うタイプ。

↓ 2種類

# 100m競争やマラソンなどに使う競技用車いす

① **前輪1つ**と**後輪2つ**が取り付けられている。

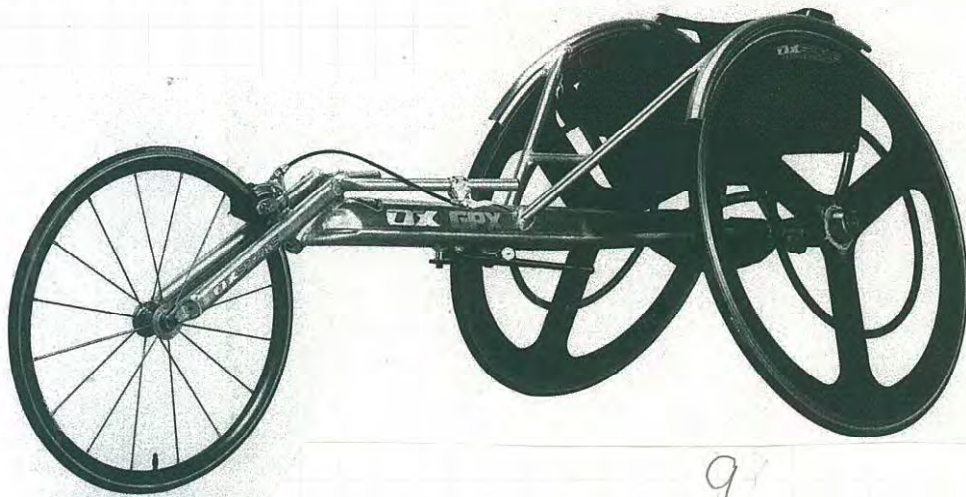
・早く走るための工夫

① 後輪の**ハンドリム**(タイヤを回す所)の**大きさ(直径)**が日常生活用の車いすに比べ**半分**くらいになっている。

② 正面から見ると**後輪が「ハ」の字**に取り付けてあり、車いすを漕ぐ時にタイヤが脇に当たりにくくなっている。

③ 走る方向に合わせて前輪の向きを変えられる

④ ブレーキは自転車でする形のブレーキが前輪に取り付けてある。





# テニス用車いす

① **前輪が1つで後輪が2つ**。

・**以前**は車いす **バスケットボール用** を使ってた。

↓ **改良**

- ① 足元に返球されたボールを打ち返しやすくするために **バンパー** (p8の③に説明) をはかした。
- ② すばやく車いすの向きを変えられるように前輪を1つにした。
- ③ ボールを打ちながら反対の手で <sup>からだ</sup> 身体を支えられるように座席の横に握るバーが付いている。

## ・後輪の構造

- ① バスケットボール用の車いすと同じように、正面から見ると **「ハ」の字状** に取り付けてある。
- ② 後方への転当防止の為の **リアキャスター** といわれる **車輪付きバー** が取り付けてある。

テニス用車いす





# 義足の構造(陸上)

義足は、足を失った時に足の代役をするもの。

・義足は大きく分けて、足の形を型どった「**殻構造**」といわれるタイプのものと、**パイプ**を使った「**骨格構造**」といわれるタイプがある。

↳ **スポーツ**で使うのは、軽くて丈夫なことが大切なので「**骨格構造**」を使う。

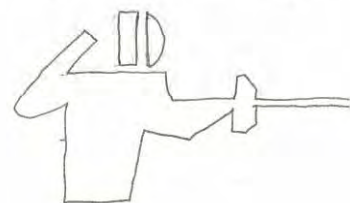
・義足には、残っている足の部分(断端)により、足首や膝などの関節の代わりをする部品を取付ける。

・義足は、つま先を強く振り出しても簡単には外れなくなっている。

# 義足の作製

・**ソケット**(断端をカップ状のものに入れる)が擦れて皮膚を傷つける事のないように、また、歩いたりする時のバランスを安定させる必要がある。

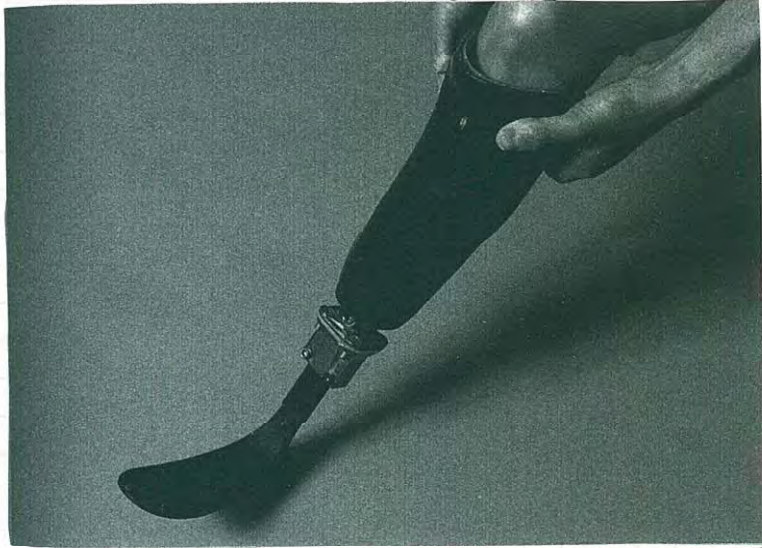
・スポーツを行うための義足では、走れるように関節の部品の動きを早く動くようにしたり、しっかりと体重をかけれるようにするなどの調整や工夫が必要。



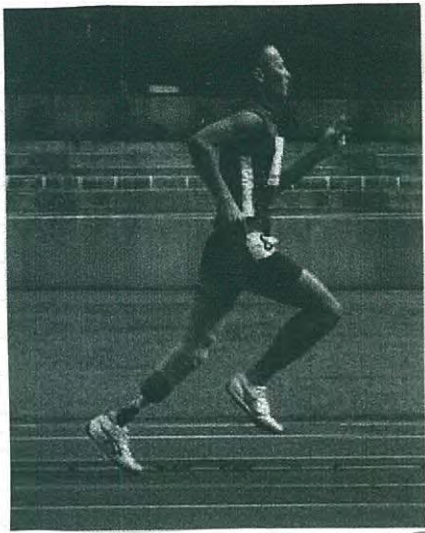
フェンシング



# スポーツ用義足

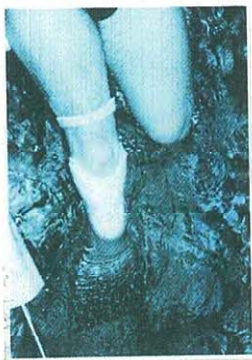


競技用義足の先には、反発力の強い金属を使っているものが多い。



## 「骨格構造の義足で走る選手」

- ・スポーツでは、この骨格構造の義足を使っている。
- ・走り幅飛びなど、強くジャンプしても義足がはずれなくなっている。



- ・スキューバーダイビングのように海に潜る時に使えるよう、義足の先にも「足ひれ」を付けたものもある。



サッカー



# その他の競技種目

## 2001年ローマ大会時の実施された競技

- ・陸上競技
- ・バドミントン
- ・卓球
- ・テニス
- ・水泳
- ・ボウリング
- ・射撃
- ・水球(男) など...
- ・オリエンテーリング  
(地図と磁石をたよりに指定コースを回り早く目的地に到着した者が勝ちとなる競技)
- ・レスリング
- ・バレーボール
- ・バスケットボール
- ・自転車
- ・サッカー(男)
- ・ハンドボール(女)

## 各競技のルール

**水泳** ・障害によって水中からスタート、**浮具の使用**が認められていない。  
・視覚障害のある選手は、ゴールやターンの際に**スポンジの付いた棒(合図棒)**で選手の頭や背をたたいて知らせる。

**バレーボール** ・障害によって、ネットの高さが違う。

**陸上(マラソン)**  
・視覚障害のクラスでは、**ガイドランナー**といわれる伴走者と一緒に走ることが許されている。





# 冬季編

# 冬季種目

## スキー

普段の生活で車いすを使っている人がスキーを行う時、**シットスキー**という座って行うスキーや、**アウトリガー**というストックの先に短いスキーが取付けられた用具を使う。

## 座ってできるスキー(シットスキー)

シットスキーは、1本のスキー板の上に椅子を乗せた形になっている。

## クロスカントリー用スキー

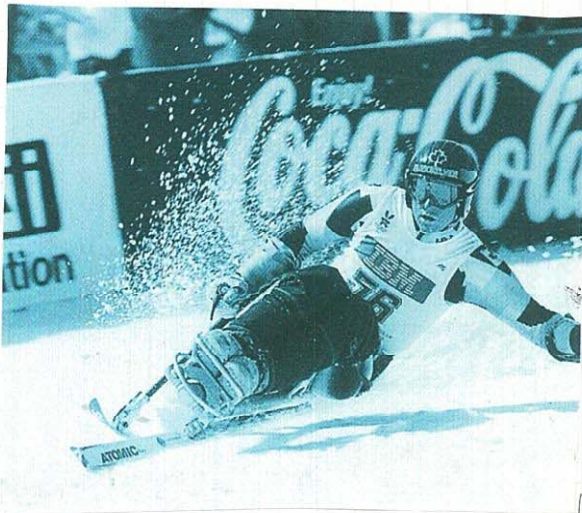
**クロスカントリー**..... 雪の積もった丘・森などを横断して走るスキー競技

クロスカントリー用のシットスキーもある。



椅子の下にクロスカントリー用のスキー板が、左右に1本ずつ取り付けられている。

ストックは、一般のクロスカントリー用ストックを改造して使う。



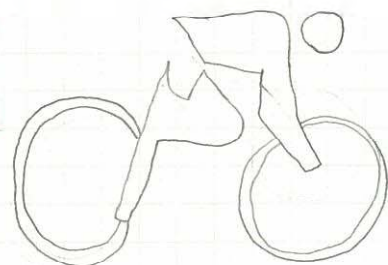
**シットスキー**



**クロスカントリー**



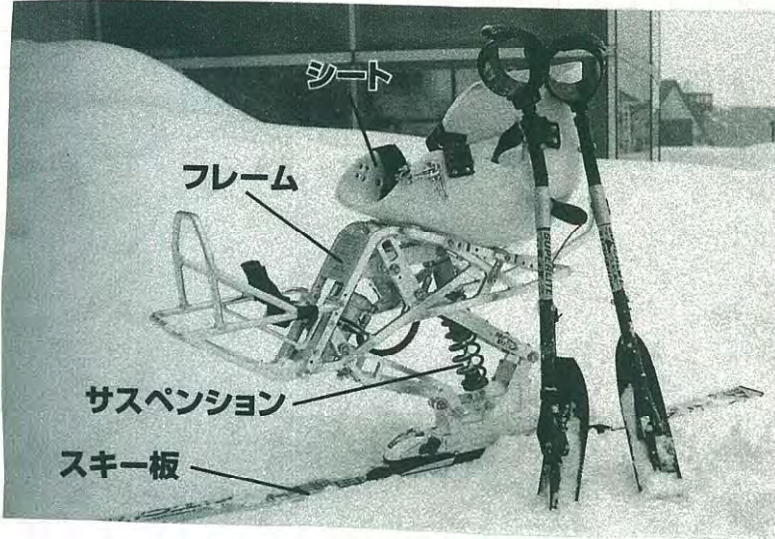
自転車





# 冬のスポーツ用具

## 「シットスキー」



- ・日本では、**チェアスキー**と呼ばれている。
- ・**サスヤンション**という**バネ**で、でこぼこした斜面を滑っても体が飛ばされないように**衝撃**を吸収する。



## 「アウトリガー」

- ・ストックの先に短いスキーが取付けられている
- ・このスティックでバランスをとる



## 「バイスキー」

- ・2本のスキー板が付いていて、転びにくい。



滑るのが難しい人の中には使う人もいる



# アイススレッジホッケー

アイススレッジホッケーをする時に選手が使っているのは「スレッジ」という専用のソリとスティック。

## スレッジの構造

フレーム、シート、ブレードの3つの部品でできている。

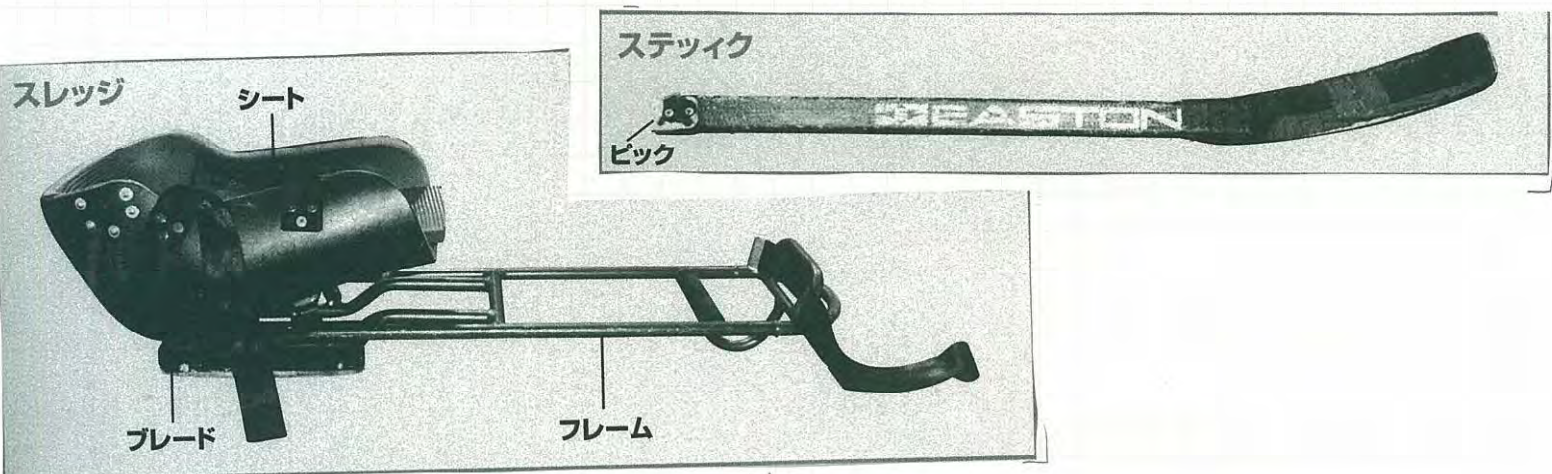
フレームとは、スレッジ全体を支えるパイプで、素早く動いたり、激しくぶつかり合っても壊れないように、**軽くてぶよぶよ**にできている。

シート(椅子)は、選手が激しく動いてもグラグラしないように、選手のおしりの大きさに合うように作られている。

ブレードとは、フレームの下に**2本**付いているアイスホッケー用のスケートの刃のこと

## スティックの構造

選手はプレー中、スティックの真ん中を握り、**パック**(アイスホッケー用の球)を運んだり、パスをしたりする時はヘラ状の部分、スレッジをこぐ時は、**ヒック**(ザの刃)を使う。





# まとめ感想

- ・競技種目によって、専用の車いすや義足、構造、工夫がそれぞれ違う。
- ・障害の程度によって、同じ競技でもクラス分けされていて、平等に競技を行っている。
- ・健全者も障害者も工夫をすればみんな楽しくスポーツをする事ができる事を知って、あきらめなければ何だってできるんだなと思った。



