

# 平成27年度 妙高市体育・保健体育部 活動報告

部長 猪又 英一

## 1 研究主題

仲間とかかわり合いながら、運動の楽しさや達成感を味わう体育授業の工夫（3年次）

## 2 研究の概要

妙高市内の児童生徒は、雪国の特性を生かし、冬季間には授業や部活動等でスキー活動に取り組んでいる。また、平成26年度のスポーツテストの結果は、当市の昨年度の平均と比較しても、下降傾向にある。特に、小学校高学年から中学校にかけて、大きな落ち込みが見られる。これは、県平均との比較でも同様である。日頃の体育授業の中で、いかにして運動の楽しさや達成感を味わわせ、自ら進んで運動に親しむ子どもを育てていくかが喫緊の課題である。そこで、本年度も「仲間とかかわり合いながら、運動の楽しさや達成感を味わう体育授業の工夫」をテーマとして研修に取り組んできた。

## 3 研究の実際

### 【体育実技研修会①】

- (1) 日 時 平成27年8月7日（金）
- (2) 会 場 妙高市立新井小学校
- (3) 講 師 上越教育大学大学院 体育教育学系 周東和好 様
- (4) 内 容 「日々の体育授業に活かせる器械運動の指導方法について」

○器械運動に共通している動きづくりの運動

- ・だるまさん回り ・ゆりかごのバリエーション ・かえるジャンプ ・あざらし
- ・あざらしのゆりかご ・だんご虫

○マット運動

- ・横転、側転 ・前転のバリエーション ・倒立 ・側方倒立回転

○とび箱運動

- ・基礎技能 ・切り返し系

○鉄棒運動

- ・支持の仕方 ・布団ほし（腹部でのぶら下がり）の仕方

○動きの感覚に目を向けた指導のためのポイント

- ・動きの観察 ・動きの志向性 ・動きの運動感覚を養う ・動きの感覚的な類縁性（アナログン）

- (5) 参加者 上越地区の教職員 72名

### 【体育実技研修会②】

- (1) 日 時 平成27年11月10日（火）
- (2) 会 場 妙高市立新井中学校
- (3) 講 師 妙高市立新井中学校 教諭 矢沢洋一 様
- (4) 内 容 実技研修「子どもを笑顔に」（ボール運動）

○2011w-up ○小中学校でやってほしいボール遊び

○みんなが楽しめるサッカーの授業（技能差を埋める） ○初心者から始めるバレーボールの授業

○みんなが楽しめるバスケットボールの授業

- (5) 参加者 妙高市学校教育研究会体育・保健体育部会員 25名

## 4 終わりに

実技研修会①では、参加される先生方に、最初にweb映像を視聴してもらい、それを直後の実技講習につなげるという「反転授業」形式での研修を行った。参加者にとっては、web映像という事前の予備知識があるので、より考えながら体を動かし学ぶことができた。学習カードや場づくりで終始する授業ではなく、意味のある動きを効果的に指導していくことで、子どもたちの技能向上につながっていくことを実感することができた。

また、実技研修会②では、経験豊富な新井中学校の矢沢先生から、「体育授業で心掛けてきたこと」を皮切りに、小学校の低学年からできるようなボールを使った運動遊びから、中学校でのボール運動の授業構成に至るまで、多岐に渡って学ぶことができた。特に、ご自身の専門であるバレーボールの「2011w-up」の研修は「目から鱗」であった。全身の筋バランスの向上を図りながら、可動域を広げたり、柔軟性を高めたりと、子どもたちの体力向上に直結する優れたストレッチ運動であった。

両研修では、体育主任以外に、普段体育授業を担当する先生方からも多数参加していただくことができた。ぜひ、今後の妙高市の子どもたちのために生かしていきたい。

