

1 研究主題

一人一人が意欲的に活動に取り組む体育指導の工夫

2 研究の概要

(1) 第 1 回 (6 月 1 日) 実技講習会「鉄棒運動(逆上がり)」

講師 小杉 俊人 様(加茂市体操トレーニングセンター)

会場 燕市立吉田南小学校 体育館

[講習の主な内容]

日頃、体操指導に携わる講師ということもあり、マット運動や鉄棒運動の技の仕組みと運動の系統性を交えながらの実技講習会となった。鉄棒で逆上がりができるようになるための条件や練習過程をていねいに指導いただいた。ぶら下がり 10 秒、順手、つばめ(腕支持)ができる体力と恐怖心を和らげる指導方法はとても分かりやすかった。また、マット運動での後転が逆上がりに直結することも教えていただくことができた。講師の「体操は物理です。」という言葉がとても印象に残った。



(2) 第 2 回 (11 月 30 日) 授業研修

授業者 小田島 豊 教諭(燕市立栗生津小学校) 鉄棒運動

[授業の概要] 単元名 「ためして たしかめて どこまでできた」

① 指導の構想

ア 時間の構造化・・・1時間の授業の見通しをもたせる。

イ グループ学習の重視・・・相互評価をねらう。

ウ ICT の活用・・・動きを確認する手がかかりとする。

エ 単元構成の工夫・・・逆上がりにつながるマット運動を前単元に位置付ける。

② 指導の実際

足抜き、だんご虫、ゆっくり前回りを補助運動として行い、主運動である逆上がりにつながるようにした。また、めあて 1 の学習では、今できる技を繰り返して楽しんだり、少しがんばればできそうな技に挑戦したりする姿が見られた。その後、逆上がりのコツをつかませるために、タブレット PC で、見本となる動きや児童の動きを提示した。児童はコマ割り図を見たり、比較したりしながら、「腕を伸ばさない」「しっかり蹴る」のコツを見付けることができた。めあて 2 (チャレンジタイム) の学習では、コツを確かめるために、2 つのコースに分かれて逆上がりに取り組んだ。1 つは補助具を使って、1 つは補助具なしである。各グループで言葉かけをしたり補助したりする姿が見られた。



3 成果と課題

主運動につながる補助運動、動きのコツを目指した働きかけや運動履歴の把握が逆上がりという技の獲得につながるということが分かった。また、児童の体力や体格に応じた補助具の使い方が大切であることも分かった。今後も、児童が意欲的に活動する体育授業の在り方、指導者としてのスキルアップのための実技講習会を継続していくことが大切である。