

# 平成28年度 魚沼市体育部 活動報告

部長 平原 哲雄

- 1 研究主題 『児童の意欲を高める指導  
～器械体操が苦手な児童のための実技指導～』

## 2 研究の概要

### <第1回部会>

- 期 日 平成28年4月20日(水)
- 会 場 堀之内中学校
- 内 容 ・会員の自己紹介  
・事業計画立案

### <第2回部会>

- 期 日 平成28年8月5日(金)
- 会 場 魚沼市立井口小学校 体育館
- 内 容 器械運動指導実技講習会
- 講 師 八木 義克 様  
(長岡市立東北中学校 教頭)



【マット運動の補助の体験】

## 3 研究の実際

### (1) 器械運動指導についての講話

跳び箱運動で開脚跳びが苦手でも閉脚跳びが得意な子もいれば、マット運動で前転は苦手でも後転が得意な子もいる。技の順番や練習の型にこだわらず、様々な動きや技の経験をさせ、動機づけを大切にしてほしい。

### (2) 実技講習(参加者が実際に動き体感しながら)

#### ① 器械運動におけるウォームアップの仕方や種目に通じる動きづくり

首の柔軟や手首の柔軟から、四足歩きや跳び箱上でのおしり移動など、様々な動きを教えていただき体験してみた。自分で体験することにより、動きの意味や技の流れの関係など実際に感じることができ、授業に生かしていきたいと意欲が向上した。

#### ② 各種目の基本動作習得のための指導・補助

マット運動、跳び箱運動、鉄棒運動の種目ごとに基本動作やポイント、補助の仕方を実際に児童になってみたり、教師になってみたりしながら体験した。例えば、マット運動の後転は、「両足で蹴る・お尻を後ろにつく」ことをポイントに、「ゆりかご(小～大)」「ロイター板、板マット」「V字マット」「魔法のマットレス」など(上写真)を補助の仕方として実際に体験することができた。

## 4 成果と課題

器械体操が苦手な児童への指導方法を中心に指導していただいた。種目につながるウォームアップや練習の順序など、楽しみながら種目練習に取り組むことができる指導方法を学ぶことができた。

小学校段階ではそれぞれの種目の練習順序や型にとらわれ過ぎず、楽しみながら運動に取り組むことができる場作りや指導が必要である。ここでの指導を校内研修等で伝達し、共有を図り職員に伝えていく必要がある。