

平成25年度 阿賀野市学校教育研究会体育部会 活動報告

部長 佐藤 仁

1 研究主題 「子どもが生きる体育の学習指導」

2 活動の概要

4月23日 第1回体育部会

6月11日 第2回体育部会（実技講習会）

「陸上競技の効果的な指導～長距離・ハードル走～」

講師 村上市立荒川中学校 小池 哲也 教諭

11月26日 第3回体育部会（実技講習会）

「器械運動の効果的な指導～マット運動・鉄棒運動～」

講師 新発田市立猿橋小学校 金子 康太郎 教諭



3 活動の実際

（1） 第1回体育部会

日頃体育指導で困っている点や感じている点について部員間で意見交換をした。部員の多くから、陸上指導と器械運動を専門としている先生から指導方法について教えを請いたいという声が上がったため、実技講習会を2回設定し、部員の技術指導向上を図ることにした。

（2） 第2回体育部会（実技講習会）

阿賀野市では、市内の小学校の6年生が集い、親善陸上大会を実施している。技術的な要素が多い陸上運動のハードル走の指導方法について知りたいという声が多かったため、昨年度に引き続き荒川中学校の小池教諭を招き、実技講習会を実施した。

水原小学校体育館を会場として、関節をほぐすストレッチ運動をはじめとして、ハードル走や長距離走の練習方法を伝達していただいた。手作りのハードルを使って恐怖心を無くすことやハードルを跳び越す前と後の意識のさせ方や練習方法を部員が実際に体験することで学ぶことができた。また、ハードルを跳ばせる前の基礎感覚づくりも大切であると実感した。

（3） 第3回体育部会（実技講習会）

猿橋小学校の金子教諭を招き、マット運動を中心とした器械運動の指導方法を紹介していただいた。金子教諭が体操をしていた経験があり、専門的な知識を紹介していただいた。

特に、前転のまわり方には「みかん型」と「バナナ型」の2種類があることを教えていただき、前転について刺激のある実技講習会となった。また、できる・できないによって意欲の差が大きいマット運動であるが、できるようになるための段階的な場の工夫や練習方法、声かけなどを具体的に教えていただき、とても有意義な時間になった。

4 成果と課題

昨年に引き続き、実技講習会を実施し、明日から使える指導方法を学んだ。これまでの経験による指導では分からなかったことを、外部講師を招いたことで学ぶことができた意義は大きい。部員の学んだことが、子どもたちだけでなく、他の職員にも広がっていくことを期待している。今後は体育授業の参観や部員同士による研修を実施し、より具体的な指導方法を追求していきたい。