

# 県小教研見附市 体育科部 研修報告

見附市体育科部長 川井田忠之 (名木野小)

## ◎ 今年度研修の目的

ここ数年、小中合同で体力を高める授業の在り方について、実技を伴いながら研修を進めてきた。今年度は、長期の帯单元にも使える体づくり運動「縄跳び運動」の可能性について探る。

1 日 時 平成23年8月22日 10:00~12:00

2 会 場 名木野小学校

## 3 研修内容

### ○講義・実技指導

「なわとび実技研修会」

講師 加茂市立加茂南小学校教諭 和田 薫 様

### ○ 研修の概要

実技メニューとして、短なわ・長なわのそれぞれでいくつかのメニューを行った。短なわでは、(株)アシックス「INFなわとびハンドブック」や「JNFなわとび価値点表 2009」で紹介されているなわとびカードをに沿って練習した。また、大人も安心して使えるジャンピングボードを利用して、三重跳びや四重跳びの空中動作感覚を実際に体験できたことは、大変貴重な経験になった。

長なわでは、ダブルダッチのみならず、3本・4本を使っても跳べることを体感でき、小学校高学年・中学校の教員が実践化への意欲を高めていた。

どの実技メニューも、工夫次第で帯单元にも一单元にもアレンジできる柔軟性を持っており、教育現場で実践できる内容であった。大変充実した研修であった。