

第8回 山口県小学校体育実技研修会 実施報告

- 1 趣旨 小学校体育科における陸上運動領域の効果的な指導法について研修し、体育授業の充実に向けた教員の指導力の向上を図る。
- 2 主催 山口県教育委員会 山口県小学校体育連盟 山口県小学校教育研究会体育研究部
- 3 後援 山口県教育委員会
- 4 日時 平成25年2月14日(木) 9:30~15:30
- 5 会場 山口きらら博記念公園多目的ドーム(きららドーム)
- 6 講師 愛媛大学 教育学部保健体育講座 准教授 日野克博 先生
- 7 参加者 小学校教員、中学校教員 53名
- 8 内容 テーマ「走・跳の運動(遊び)、陸上運動の授業づくり」
第1部 指導講話(9:40~11:00)



まず、次回平成30年頃の学習指導要領改訂に向けて、来年度からの2年間で大切であるというお話をされ、体育授業の質的保証という意味では、何を教えたかという説明責任より、何ができるようになったかという結果責任が大事であるということをお話いただきました。

そして、陸上運動の指導の充実に向けて、動画を多く使用していただきながら、「低学年期の走・跳の運動遊びの大切さ」「指導内容の明確化と楽しみ方の工夫」「指導のねらいに合わせた言葉かけ」について分かりやすくお話をされました。また絵描きゲームを用いて、教師がもつイメージがいかに子どもに伝わりにくいかということもお話いただきました。

第2部 実技指導(11:00~12:00)

はじめに、2人組の体操やストレッチ、コーディネーショントレーニングで心と体をほぐしました。また、往復20秒ぴったりで走れた人が勝ちというゲームをペアで楽しみました。

次に、「いろいろなかけっこ」で、先生が指示する難しい走り方(「手を下ろして走る」「手足をそろえて走る」「手を伸ばして走る」等)を試しながら、逆転の発想で、より走りやすいフォームを意識して走る体験をしました。

そして、「いろいろなリレー遊び」で、「ボール転がしリレー」をチーム対抗で行い、午前の部を終了しました。



第3部 実技指導(13:00~15:20)

午後の実技指導は、まず、「リレー」のバトンパスを行いました。2人組で、「手をつないで」「紙を渡して」「バトンを渡して」という3つの段階で、それぞれ同調してスピードを上げることを課題解決のポイントにして走りました。

次に、助走7歩の走り幅跳びで、「ワン・ツー・ワン・ツー・ワン・ツー・スリー」というリズムカルな助走からの踏切を体験しました。さらに、重心の引き上げを意識した、「ゴム切り幅跳び」も体験しました。

最後に、「ハードル走」につながる走・跳の運動「ワープ走」を行いました。フープを使って、「ワー・プ・1・2、ワー・プ・1・2」という「ピッチ」と「ストライド」の「リズムカルなコントロール」を体験しました。その中で、ハードル走の抜き足についての誤った考え方もお話いただき、多くの会員から「自分もこれまでそう教えてきた」という声が聞こえてきました。

