

校内研究だよ!

町田市立金井小学校
2018年12月20日
研究推進部

第5回ミニミニ講座 講師 窪田 純先生

『マット・跳び箱運動の指導』

ありがとうございました。



今回は、窪田先生に「マット・跳び箱の指導」についてご指導いただきました。



マットや跳び箱運動の前には、腕を使ったゲームや動物歩き（うさぎ・熊・かえる・アザラシなど）をさせるなどして、腕支持の力や体幹を鍛えることが大切だそうです。（首や手首などのストレッチなどをしっかり行わせ、けがの防止も忘れずに！）

また、『台上前転』の指導の仕方や場の設定を教えてくださいました。



① 腰を高く、まっすぐまわる場

ロイター板で腰を高く上げられる。



②自分で腰を高く上げる場

踏み切り板を使って、自分の力で腰を高く上げる。



③落ちる恐怖を払拭する場

落ちないように両側にも跳び箱やマットがある。



④ 平場

①～③の段階を追って指導し、最終的には、この平場でできるようにする。

このように、スモールステップで学習すると、児童も恐怖心をもたずに『台上前転』に挑戦できますね！

分かりやすいご指導を窪田先生、ありがとうございました。

12月21日に予定していた塩澤先生のミニミニ講座は、また3学期にお願いしたいと思います。

2学期も、皆様のご協力・ご参加、ありがとうございました。



～参加して下さった先生方からの感想～



小宮先生
 ありがとうございました。
 とび箱の授業は、教壇ながら、もと何かお
 はいいんたろうと思っております。今日の授業を
 作本レベルアップにつながるため、次回は
 今更な作本で作り直して、球教して下し、松井

跳び箱運動(器械も)はやはり
 場の工夫が大事だと思えました。
 普段 かなかな場の準備ができて
 限られた場で行っているのが反省した
 木下

窪田先生
 スモールステップの場の設定、やはり
 大切な点だと実感したので、結構いい
 なるための 様々な工夫、オマケを
 使って技能ポイントの表現など、勉強に
 利用したい。ありがとうございました。⑦

マッパ運動は、自分から小さい頃より
 あまり好きではなかったのですが、ポイント
 がよくわかるように教えてもらって、
 勉強になりました。小さい頃(小
 2年生)から、しっかりと覚えておくのが
 大事だと思えました。 村上

スモールステップで場の設定の方法、
 踏み切りや着地をオマケで表現し
 理解させよう方法など、具体的な指導法
 を知ることができました。日常の体ほし
 なども共に繰り返して、楽しく体を動かす
 ことができる体育ができるとうれしいです。
 今後のやり取り、窪田先生ありがとうございました。 東

窪田先生へ
 今日は何よりもいい指導法をありがとう
 ございました。組体操を6年生で
 やるのに、小さい頃から腕をまたいでおく
 んだ、大抵だと思っております。今日も
 いろいろとありがとうございました。日頃より
 丁寧な教えていただき、ありがとうございました。 谷田部

窪田先生 ありがとうございます
 スモールステップで 杖を習
 得させていくと、小布でも 大きく
 感じることもできるようにさせら
 れることがわかりました。準備
 運動も本時につながるものが大
 変ですね。 高山

子どもたちが安心して取り組め
 る場の工夫が大変だと改めて
 学びました。マッパ、とび箱は教師
 側も腰痛になってしまいかちですが、
 安全に気を付けて指導します！
 石黒

窪田先生
 スモールステップの場を設定することで、
 できる経験を積み重ねることにつなが
 ることを実感しました。
 中学年、高学年を見据えた指導につなげて
 いきたいと思っております。ありがとうございました。 杉山

今日のような場の設定準備のある事で
 台上前転がスモールステップで、小布や
 拍子のバリエーションがあると実感でき
 る。このような準備をして授業をい
 いう思いはありましたが、か...
 その問題です!! 笑目のボール運動
 し合ふことも勉強になりました。
 ありがとうございました。 小坂

一つ一つのポイントが、とても
 わかりやすく勉強になりました。
 低学年(特に1年)には、準備の問題
 が、ありますが、スモールステップを
 大事に指導したいと思っております。
 ありがとうございます。 吉野

窪田先生、マッパ運動講座ありがとう
 ございました。スモールステップの場づくり、
 子どもへのサポートの方法や言葉かけ
 など 大変勉強になりました。
 「腕支持の力、転がる感覚」大事で
 いろいろな場面面で身につけてい
 たいと思います。 たきお

指導の工夫を詳しく知れてとても参考
 になりました。ちよとしたこつ(声かけ)
 が、子どものできるにつながるのを実感。
 さっそく、試してみます。ありがとうございました。
 さとう

指導のポイントを多く教えていただき、
 ありがとうございます。場の設定を
 しっかり整えてから、授業に入ることで
 子どもの能力別に子どもが、のびのびと
 できるのが想像できました。場の設定を
 事前にお考え、安全に配慮して授業して
 いただき、全
 全

