日本体操学会学校体育分科会 第1回研修会報告

2018 年 1 月 20 日(土) 11 時~15 時、国士舘大学世田谷キャンパスにおいて本分科会第1回研修会を開催しました。講師を含め 21 名(会員 17 名、一般参加 4 名)による充実した研修会でした。

研修会概要

テーマ『新学習指導要領に対応した体つくり運動の授業づくり』

- 新学習指導要領で"体つくり運動"の何が、どう変わったのか
- 体の柔らかさを高めるための運動と効率のよい運動の組合せ
- 用具を操作する運動(巧みな動きを高めるための運動)と バランスのよい運動の組合せ(Gボール編)
- まとめ・質疑応答・情報交換





『新学習指導要領で"体つくり運動"の何が、どう変わったのか』

新しい学習指導要領では、従来から表記が変更になった部分や削除された内容など、体つくり運動の何が、どう変わったのかが示されました。体つくり運動領域では、取り上げる運動内容に大きな変更は見られないものの、小学校から中学・高校までの全体の枠組みや考え方には大きな転換があった、ということが報告されました。

また、これまで小学校高学年以降の内容の中で、「体力を高める運動」から「体の動きを高める運動」へと名称が変更され、動きづくりの観点が加わったことも紹介されました。さらに「音楽に合わせて運動」という文面が掲載されたということは、日本体操学会関係者にとっても好ましい改訂となっているようです。

『体の柔らかさを高めるための運動と効率のよい運動の組合せ』(大塚 隆)

学習指導要領で示された体の動きを高める4つのねらい(柔らかさ、巧みさ、力強さ、持続する能力)の中から、1つを取り上げて、それを高めるためのさまざまな運動を組み合わせることを"効率のよい組み合わせ"とし、今回は体を柔らかくする効率のよい組合せの例が紹介されました。

アイスブレイクも兼ね たウォーミングアップの 後、音楽に合わせた効率の よい組み合わせの一例と して、振りを中心とした一 連の動きを体験しました。

その後、柔らかさをテーマに各自(各ペア)で動きを考え、全員でそれをシェアしていくと、最終的には10個の動きのアイデアとなり、それを音楽に合わせて動くことで、1つの体操が完成しました。









静的なストレッチよりも、全身をダイナミックに使う動的な動きが多く取り上げられました。 また現役の小学校の先生も参加されていたので、最後は活発な意見交換ができました。

『用具を操作する運動(巧みな動きを高めるための運動)とバランスのよい運動の組合 せ(Gボール編)』(長谷川 聖修)

"バランスのよい運動の組み合わせ"というのは、4つのねらい(柔らかさ、巧みさ、力強さ、持続する能力)がバランスよく組み合わされた一連の運動のことをいいます。G ボールの「不安定・転がる・弾む」という運動特性を活かすことで、それぞれのねらいに応じて、幅広い動きを考えることができます。

今回のワークショップでは、不安定さを活かしたグループでのバランス(巧みな動き)、弾みに合わせ て体幹に力を入れるバウンド(力強い動き)、音楽に合わせたペアでの運動(動きの持続)、そして最後に









学校での授業をイメージした、子どもたちの自発的な学びを引き出すアイデアと動きの紹介、そして小さいボールを使ったプログラム例など動きの豊富な時間となりました。

ボールの丸みに身体を預けてリラックス(柔らかい動き)といった運動例が紹介学れました。また実際に小学校での運動の授業をする様子のでのでは、とても楽したのでは、までのでした。参加されたけるのでは、実際についだが、変の先生からは、実際についだが、変しいただき、楽しいだが、変した。



今回、学校体育分科会として開催する初めての研修会となりました。参加者は学会員以外(特に現場の学校教員)の参加をいただけたことは、とても有意義な機会であったと思います。しかしながら、実際に授業の中で体つくり運動を行う難しさもあるという意見もいただきました。

学校体育の中で、動きのアイデアの豊富な"日本体操学会"の強みをアピールしていくためにも、さまざまなジャンルの方に体操に触れていただける機会を設定していく必要性を強く感じました。とはいえ、今後の予定は未定。。。次回の企画を考えるにあたり、皆さまからご意見・ご希望などございましたら、学校体育分科会世話人まで、あるいは学校体育分科会メーリングリストへ是非ご一報ください。

<学校体育分科会世話人 大塚隆(東海大学)> <u>school_subcommittee@taisou.jp</u> 〈学校体育分科会メンバーの方はコチラ> <u>school@ml.taisou.jp</u>