

ENJOY SPORTS

長野県総合教育センター 〒399-0711 塩尻市大字片丘字南唐沢 6342-4
 学校体育担当 TEL 0263-51-5400 FAX 0263-51-5401
 E-mail taiikusports@pref.nagano.lg.jp

★6月の研修講座の様子を紹介します。

6月7日 『小学校体づくり運動 〈長野県版運動プログラム普及講座B〉』

信州大学の渡辺敏明先生を講師にお迎えし、講義と実技を通じて体づくり運動への理解を深めました。小学校低学年～高校3年生のすべての段階で必修となっている唯一の領域が体づくり運動です。なぜそうなっているのか、各段階での系統を意識し、単元をどのように構想していけばよいか、具体的な運動をもとに教えていただきました。

《参加者の声》

・体づくり運動で「何の力をつけるのか」そのために「具体的に何をすればよいのか」を体験しながら学ぶことができ、大変ありがたかった。



6月11日 『指導者が身につけておきたい応急手当と心肺蘇生法 ～スポーツ活動における危機対応～』

午前は理学療法士の山本葵さん、午後は広丘消防署の中村さんと清水さんより、緊急時の対応や予防の仕方、心肺蘇生法の方法について、講義や実習を通じて学びました。具体的な傷病の事例や対応についてのお話を伺う中で、事前に危険を予想してしっかりした準備をすることが重要であることを学びました。

《参加者の声》

・事前に準備できることが多かったので、何か起こる前に準備し、混乱しないように行動したい。



6月25日 『プロセスから学ぶコミュニケーション・ワーク ～よりよい人間関係の構築に向けて～』

松本大学名誉教授の犬飼己紀子先生より、レクリエーションやグループワークを通じてより良い人間関係を構築するプロセスについて学びました。緊張気味であった参加者も、様々な活動を通じて積極的に他の方とコミュニケーションをとるようになり、実際の体験と理論とを結び付けて学ぶことができました。

《参加者の声》

・レクを通して自己開示することで相手のことを受け入れたり、自分自身のことを知れたりすることができるといった。



6月28日 『幼少期の運動能力を伸ばすバルシューレ～ドイツで生まれた子どものためのボール遊び～』

「バルシューレ」は、1996年にドイツで生まれた子ども向けボールゲーム指導プログラムです。(株)クラスティブの福士唯男さんを講師にお迎えし、子供たちの「楽しい！」を引き出すボール遊びについて体験しました。参加者の皆さんも、子供になりきって楽しみながら、コートやボール、ルールの工夫について学びました。

《参加者の声》

・発達段階によって、使うものやゲームの条件を変えれば、その子供たちに合ったボール遊びが提供できることを学ばせていただいた。



★2024 パリ オリンピック・パラリンピック!

学習指導要領とオリ・パラの関係は・・・?

7月26日にパリオリンピック、8月28日にパラリンピックの開幕を控えています。4年に一度のスポーツの祭典ですが、学習指導要領にもその扱いについて記載されています。今回は、小・中学校学習指導要領解説から抜粋し、紹介します。




《小学校学習指導要領解説 体育編》

項目	内容
第1章 2 体育科の改訂の趣旨および要点 (p.13)	(2) -ウ- (コ) オリンピック・パラリンピック に関する指導 オリンピック・パラリンピック に関する指導については、各運動領域の内容との関連を図り、ルールやマナーを遵守することやフェアなプレイを大切にすることなど、児童の発達の段階に応じて、運動を通してスポーツの意義や価値等に触れることができるようにすることを、新たに「指導計画の作成と内容の取扱い」に示した。
第2章 全学年の1目標 (3)について	また、児童の発達段階に応じて、ルールやマナーを遵守することの大切さをはじめ、スポーツの意義や価値等に触れることができるよう指導等の改善を図ることで、 オリンピック・パラリンピック に関する指導の充実に資するようにすることを意図している。
第3章 2 内容の取扱い (4)について (p.167)	(4) 運動領域におけるスポーツとの多様な関わり方や保健領域の指導については、具体的な体験を伴う学習を取り入れるよう工夫すること。 (4) は、運動領域の指導においては、各領域の内容との関連を図り、運動を通して「する、みる、支える、知る」のスポーツとの多様な関わり方について、具体的な体験を伴う学習を取り入れるよう工夫することを示したものである。指導に当たっては、 パラリンピック競技 などの障害者スポーツの体験やスポーツ大会の企画・運営など、スポーツとの多様な関わり方を楽しむことができるよう配慮することを示したものである。以下略

《中学校学習指導要領解説 保健体育編》



第1章 2 保健体育科改訂の趣旨 (p.7)	(1) -③-ア- (ウ) スポーツの意義や価値等の理解につながるよう、内容等について改善を図る。特に、 東京オリンピック・パラリンピック競技大会 がもたらす成果を次世代に引き継いでいく観点から、知識に関する領域において、 オリンピック・パラリンピック の意義や価値等の内容等について改善を図る。
第2章 B 器械運動 第1学年および第2学年 (1) 知識及び技能 (p.64)	○知識 器械運動の特性や成り立ちでは、器械運動は、マット運動、鉄棒運動、平均台運動及び跳び箱運動で構成され、種目に応じて多くの「技」があり、技の出来映えを競うことを楽しむ運動として多くの人々に親しまれてきた成り立ちがあること、 オリンピック競技大会 の種目では体操競技として行われており、主要な競技として発展してきたことを理解できるようにする。

<p>第2章 C 陸上競技 第1学年および第2学年 (1) 知識及び技能 (p.86)</p>	<p>○知識 陸上競技の特性や成り立ちでは、陸上競技は、「歩く」「走る」「跳ぶ」及び「投げる」といった基本的な運動で自己の記録に挑戦したり、競争したりする楽しさや喜びを味わうことのできる運動であること、古代ギリシアのオリンピック競技やオリンピック・パラリンピック競技大会において主要な競技として発展した成り立ちがあることを理解できるようにする。</p>
<p>第2章 D 水泳 第1学年および第2学年 (1) 知識及び技能 (p.103)</p>	<p>○知識 水泳の特性や成り立ちでは、(中略) また、水泳の歴史として、イギリス産業革命以後、顔を水面に出す護身用の泳ぎから、タイムを競うために工夫された近代泳法が完成されたこと、オリンピック・パラリンピック競技大会において主要な競技として発展した成り立ちがあることを理解できるようにする。</p>
<p>第2章 E 球技 第1学年および第2学年 (1) 知識及び技能 (p.122)</p>	<p>○知識 球技の特性や成り立ちでは、(中略) また、古代より世界各地で様々な球技が行われてきたこと、近代に入り学校で行う球技が開発され、普及してきたこと、今日ではオリンピック・パラリンピック競技大会においても主要な競技として行われているといった成り立ちがあることを理解できるようにする。</p>
<p>第2章 F 武道 第1学年および第2学年 (1) 知識及び技能 (p.144)</p>	<p>○知識 武道の特性や成り立ちでは、武道は、技を身に付けたり、身に付けた技を用いて相手と攻防したりする楽しさや喜びを味わうことのできる運動であること、武技、武術などから発生した我が国固有の文化として、今日では世界各地に普及していることを理解できるようにする。例えば、柔道は、オリンピック・パラリンピック競技大会においても主要な競技として行われていること、剣道や相撲でも、世界選手権大会が開催されていることなどを理解できるようにする。</p>
<p>第2章 H 体育理論 第3学年 ○文化としての スポーツの意義 ア 知識 (p.195、196)</p>	<p>(イ) 国際的なスポーツ大会などが果たす文化的な意義や役割 オリンピック・パラリンピック競技大会や国際的なスポーツ大会などは、世界中の人々にスポーツのもつ教育的な意義や倫理的な価値を伝えたり、人々の相互理解を深めたりすることで、国際親善や世界平和に大きな役割を果たしていることを理解できるようにする。 また、メディアの発達によって、スポーツの魅力が世界中に広がり、オリンピック・パラリンピック競技大会や国際的なスポーツ大会の国際親善や世界平和などに果たす役割が一層大きくなっていることについても触れるようにする。</p>
<p>第3章 1 指導計画の作成 (p.239)</p> 	<p>2 第2の内容の取扱いについては、次の事項に配慮するものとする。 (4) 体育分野におけるスポーツとの多様な関わり方や保健分野の指導については、具体的な体験を伴う学習の工夫を行うよう留意すること。 (前略) なお、オリンピックに関する指導の充実を図る観点から、パラリンピック競技大会で実施されている種目などの障害者スポーツを体験するなどの工夫も考えられる。その際、(後略)</p>

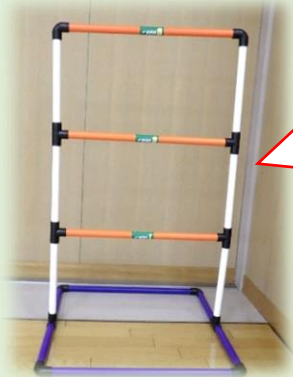
高等学校の学習指導要領解説には、さらにオリンピックムーブメントやオリンピックを支えるボランティアの存在、ドーピングなどの諸問題についての記載がありました。

体育の見方、考え方については、『(中略) 自己の適性に応じた「する、みる、支える、知る」の多様な関わり方を関連付けること』とあります。オリンピック・パラリンピックを授業の中で扱ったり紹介したりすることで、児童・生徒が運動やスポーツのもつ楽しさや喜び、多様な人々を結び付ける素晴らしさ等を知り、自分に合った関わり方を見出せるような機会をぜひ作っていきましょう。

やってみよう ニュースポーツ② 『ラダーゲッター』

ラダーゲッターとは…

ひもでつながっている 2 個のボールを、3 段のラダー（はしご）に向かって投げ、ボールがラダーに引っかかる（ハングする）と、引っかかった段に応じて得点になります。小さいお子さんから年配の方まで、みんなで楽しめるスポーツレクリエーションです。



ラダーは高さ 1 m、幅 61 cm。
一番下の段に引っかかると 1 点、二番目は 2 点、一番上は 3 点入ります。
また、ボールが一度床にバウンドしてから引っかかると、どの段でも 5 点入ります。



紐の両端にスポンジ製のボールがついています。投げる高さ、速さ、角度などがポイントです。

主なルール（シングルス 1 対 1 の場合）は…

- 7.5m離れたところからラダーめがけてボールを投げます。
 - 投げるときは、片方のボールを持って、下手投げで投げます。
 - プレイヤーは、同じ色のボールを 3 つ使用します。
 - まず、先攻のプレイヤーが、3 つのボールを連続ですべて投げます。
 - 次に、後攻のプレイヤーが、3 つのボールを連続ですべて投げます。（ここまでが 1 ラウンド）
 - 1 ラウンドが終わったら、それぞれのポイントを計算し、2 ラウンド目に入ります。
 - 2 ラウンド目は、1 ラウンド目に得点が高かったプレイヤーが先攻になります。
 - これを繰り返し、どちらが先にピッタリ 21 点になるかを競います。
 - もし 21 点を超えてしまったら、その投球は無効になり、次のラウンドで直前の点数から始めます。
- 例) 19 点からの 1 投目で、3 点取ってしまい、22 点になった場合、その投球は無効になり、残り 2 球もなしになります。次のラウンドで、また 19 点からのスタートになります。

※他にも、「ダブルス」やグループで競う「スピードラダーゲッター」など、いろいろな楽しみ方があります！



現在のところ、青ボール 3 点、黄ボール 2 点です。
他の色にぶつけてボールを落とすしちゃう、なんていう戦術もあります！

体力も体格も、年齢も性別も関係なくみんなで楽しめるスポーツです。「ねらいとちがうけど引っかかった！」という偶然性も、ゲームが盛り上がる要素の一つです。学級のレクリエーションに、親子レクに、先生方の職員運動などにもうってつけです。当センターでは 5 セット、貸し出しができます。



参考：公益財団法人
日本レクリエーション協会
ホームページ

