

子どもが主体的に楽しみながら、投力を身に付ける授業を目指して

～ボールを使った運動遊びの実践を通して～

米沢市立南部小学校 猪口 唯貴

1. はじめに

米沢市の学校教育研究会体育部会では、「豊かな心と体を育む」ことをテーマとして実践を重ねてきた。米沢市のスポーツテストの結果を見ると、「投力」と「走力」の項目が大きく平均を下回っている。本校の平均を比較してみてもやはり同様であった。そこで、基礎感覚の育ちやすいと言われる8才までにトレーニングではなく、ゲームを楽しみながら投力を身に付け、「ボール投げが好きだ！もっと投げたい！」と感じ、自信を持って投げる児童を育てたいと考え実践を行った。

2. 指導の実際

(1) 単元名 「投げて 走って まとにドーン！」(領域：多様な動きをつくる運動遊び)

(2) 時 期 平成25年11月

(平成25年11月6日に米沢市小学校教育研究会体育部会の授業研究会で提案授業をしている。)

(3) 対 象 第2学年2組 27名(男子16名 女子11名)

(4) 目 標

- ・協力して安全に気をつけながら、めあてに向かって活動に取り組むことができる。【態度】
- ・どのようにしたらより強く、遠くに投げられるか目指せるかを考えることができる。【思考・判断】
- ・フォームに気を付けて、より強く、遠くに投げることができる。【技能】

(5) 指導に当たって

教具・用具の工夫 <児童の投げたいという意欲を引き出す・力いっぱい投げることでできる教具>

- ・自分の力に合ったボールを使うために、ボールは体格と投力を考慮して、それぞれ01号から03号のボールを振り分ける。投げやすいように、ボールから少し空気を抜き、児童の力でもつかみやすくした。
- ・思いっきりなげるためには、相手が人ではなく、何の遠慮もいらぬ物であり、児童が投げ込みたいと思うものがよいので、おぼけに見立てた的を作製する。
- ・的が小さすぎると、当てなければという意識が強くなりすぎ、力を制限してしまうため、幅を70cmはとり、高さも腕を思いっきり振り切って投げられる、児童の頭の高さよりも高くする。
- ・的を押しこむ難易度を調整するために、重さを調整し、一投で最大50cm以内に調整する。
- ・バトン・ボールリレーでは、体育館に張ったロープにバトンを通す高さを、リリースポイントに合わせて、最大の児童の頭の高さ～最小の児童の腕の届く範囲内で調整する。これによって、リリースポイントを修正することができる。

場の設定の工夫 <運動量の確保・攻撃も守備も意欲的に動き続けるための工夫>

- ・個々の運動量を最大限に確保するために、攻撃側と守備側双方ともに体を動かさなければいけない状況をつくり、どの活動にも、投力・走力の強化をねらいとした場の設定を行う。
- ・守備側のバトン・ボールリレーでは、バトン・ボールリレーのタイム＝攻撃側の試合時間とし、攻撃側の時間を短くして早く自分たちも攻撃したいという気持ちと、自分たちの記録に挑戦して自己ベストを出したいという意欲を持たせるために、壁にこれまでのタイム表を掲示しておく。
- ・運動する時間を確保するために、バトン・ボールリレーのスタート地点にストップウォッチと終了時に鳴らす電子ホイッスル、記入用の鉛筆を壁にかけておき、全て児童達の手で記録までができるようにする。
- ・視覚的に自分のコートや移動先がわかりやすいように、Aコートは赤、Bコートは緑、Cコートは青と色を決めて、ビブスや的、バトン・ボールリレーの壁、ボール入れなどにそれぞれの色テープを貼る。

(6) 単元計画

	1	2	3	4	5	⑥	7	8
10	はじめ	活動1：投げるポイントを考える。 活動2：活動1の活用 おぼけをやっつけるゲームをする。 的に向かってドン・ド・ドーンゲームをする。					まとめ ・ポイントをまとめる。 ・リーグ戦を行う。	
20	見通しを持つ							
30								
40								
45								

3. 成果 (○) と課題 (●)

(1) より強く・遠くに投げるための手立て

- 自分よりも大きな幅のある的があったために、児童は意欲的にあきらめず全力で的に向かってボールを投げ続けていた。1分と少しの間に16回投げる経験を積むことができた。自分が強く投げられれば投げられるほど、的が大きく相手陣地に向かって動くので、もっと強く投げたいという意識を持つことができた。
- 的押し相撲のゲームや攻撃時間縮め隊のバトン・ボールリレーでも、記録や点数などを取り上げることによって「記録がのびて嬉しい。」「前よりできるようになった。」と自分の伸びをより多くの児童が感じる事ができた。
- 的に向かって投げるボールの高さが自分の身長よりも低い場所を狙っていたために、投げる角度が低くなり遠くに投げる力は身に付きにくい。的の上部を狙うなりして、投げる角度を意識させる必要があった。

(2) 子ども同士の交流の仕方

- 一人ひとりの役割を増やすためにチームを3人一組の少人数グループとした。場をローテーションするときや投げる練習で誘い合ったり、アドバイスし合ったり、作戦を考え合ったりと、多くの交流が見られた。
- ボールを投げることに一生懸命になりすぎて、チームで考えた作戦を実行に移せたチームが少なかった。

4 おわりに

単元が終わった後に、ソフトボール投げの記録をとった結果、10/1の記録と比較してクラス平均が 9.2m→10.8m (1.6mup↑) 男子 10.5m→12.1m、女子 7.8m→9.5mとそれぞれ向上した。また、投げるときに投げる手と同じ足を出してしまっていた10人が、全員逆足を踏み出して投げるできるようになっていた。

まとめの感想では、「前は両手で投げてしまっていたけど、今は後ろっ・手・前投げのリズムで投げられる(片手で投げられる)ようになりました。」「今は狙って強く投げるできるようになりました。」「またボール投げをしたいです。」という感想を持った児童が数多くいた。8時間という短い時間ではあったが、場や教具の工夫により最大限に児童の運動量・経験を増やした結果、学校外の遊びでボールを投げる経験がない子どもたちはボールを投げることに自信を持ち、楽しさに気付くことができた。夢中になってボール投げに打ち込む姿がとても印象的だった。

