



正しい動きを身につける

ある日の研修会で、某トーク番組の「**運動神経悪い芸人**」というのを見ました。ドリブルができない、両足がぴーんと伸びたままの走り幅跳び、「なんじゃこりゃ！」と言わんばかりのスキップなど。会場からも笑いが起こりました。そのとき、こんな話を聞きました。

「これはバラエティ番組なので、おもしろおかしく見るができるかもしれません。しかし、ここに登場する人たちは、おそらく、小学校時代に正しい体の動きを身につけられなかったのでしょう。私たちは教師として、そうした子を作らないように努力する必要があります。」

今年度から実施となる新学習指導要領では、「運動が苦手な児童への指導・支援」が記載されるようになりました。これは何を意味するかというと、「苦手だからできなかった」で終わらせない、「おいてけぼりになる子を作らない」ということです。

「必ずやろう動き十選」について

2010年に滋賀県の教育委員会で制作された「げんきな湖っ子 みんなで体育」のDVDに「必ずやろう動き十選」が紹介されています。どれも運動の感覚作りや基礎として大切な動きです。本校の体育学習でも実践していますが、ご家庭でもぜひ取り組んでいただきたいと思います。

～紹介されている動きと、体育で特に有効な場面～

- ①馬跳び・・・跳び箱（特に開脚とびなど）
- ②20m全力走・・・短距離走
- ③ゆりかご・・・前転・後転 ・ 跳び箱（特に台上前転など）
- ④追いかけて走・・・短距離走 ・ リレー
- ⑤足ぬきまわり・・・鉄棒
- ⑥かえるの足うち・・・マット運動 ・ 跳び箱
- ⑦ボール投げ・・・ボールゲーム ・ ボール運動 ・ ソフトボール投げ
- ⑧うさぎとび・・・マット ・ 跳び箱
- ⑨ふみきりジャンプ・・・幅跳び ・ 高跳び
- ⑩片足ケンパ・・・体づくり ・ 鬼あそび