

「3 時間で分かる小学校体育授業」

1 ボールに慣れる運動編

- (1) 児童が自分で合うボールを見つけられるように、いろいろなボールを準備しておく。
- (2) 跳ねないのでキャッチしやすい玉入れ用の紅白ボール。
- (3) 大きく柔らかいよく跳ねるソフトバレーボール。
- (4) ある程度の児童がつかむことができる「0号球」のボール。
- (5) 低学年でもつかみやすい「イガイガ」のゴムボールなど。
- (6) 種目を始める前に、種目の「ねらい」を明確にし、児童の興味・関心が高まるように説明する。
- (7) 質問を投げかけ答えさせることで興味を持たせる。「ボールを使ってどんなこと(遊び)ができますか」
- (8) 児童の回答例「投げる」「蹴る」「つく」「捕る」など。
- (9) 授業をスムーズに行うために、簡単な約束事を決めて、事前に説明する。
- (10) 「笛の合図で、その場に座り先生の方を見る」「説明を聞くときには、ボール遊びはやめる」など

「授業のはじめ」のポイント

～児童の意欲・関心を高めるために～

1 授業の最初に種目や本時の「ねらい」を明確に説明する。

→これから行う授業について児童の心の準備をさせる。

2 簡単な質問を児童に投げかけ答えさせる。

→児童に考えさせ、答えさせることで興味を持たせる。

3 約束事を事前に示し守らせる。

→約束事は、スムーズで安全な授業展開が行えるよう、ポイントを絞り、児童が守れるようなものにする。

- (11) まずは、簡単にできることから始める。「ボールをついてみよう。」
- (12) ボールは、空気の入った柔らかく跳ねるソフトバレーボールなどを使用する。
- (13) 動きを連続しながらボールをつく高さを変える。「次は、できるだけ低くついてみよう」
- (14) 広がって実施させ、児童がぶつからないように注意する。
- (15) 「次は、できるだけ高くついてみよう」
- (16) ボールをつくときの姿勢を変える。「しゃがんだ姿勢でボールをついてみよう」
- (17) 座った状態でボールをつく。「おしりをついて、ボールをついてみよう。」
- (18) その他、「正座」や、「片足立ち」など、児童の発達段階に応じて姿勢を工夫する。
- (19) ボールをおなかの周りで回す。
- (20) 速く回したり、反対周りなどを、連続して行うことで、ボールに慣れさせる。
- (21) 児童が小さい時は、ボールの大きさに配慮し、ボールが持てる大きさの「0号球」など使用する。
- (22) 頭・膝・足首など、回す場所を変化させる。

ボールに慣れる運動編

1 いろいろな種類のボールを準備をする。

→児童が自分に合ったボールを見つけられるように。

2 ボールをつく強さを変える。

① ボールをつく ② 高くつく ③ 低くつく

3 姿勢を変えてボールをつく

① しゃがんだ姿勢 ② 座った姿勢

4 ボールを体の周りで回す

① 速く回す ② 反対回り ③ 頭・膝・足首など

(注意) ① スモールステップの教材を工夫し、簡単にできるものから始める。

② 動きや動作の類似性を重視して系統的に構成する。