

【教育活動の名称】 マット運動・とび箱運動における活動の内容と成果について

【学校名】 大津市立膳所小学校

1 本校の概要

本校は、創立148年を迎える長い歴史と伝統がある。本年度の膳所小学校は、児童数約670名、30学級で、日々様々な教育活動に生き生きと取り組んでいる。子どもたちが集団の中で、貢献できたり、助けってもらえたりする支持的な雰囲気を大切に、自己有用感の育成に努めている。子どもたちは運動に意欲的に取り組み、休み時間にはなわとびや鬼ごっこなど、外で遊ぶ子どもが多くみられる。

2 取り組んだ内容

(1) マット運動において

本校の体育科では、全学年マット運動を行っている。低学年では、丸太転がりや、前転がりなど、中学年以降の技の基礎となる体の使い方をマット運動において習得した。中学年以降は、前転や後転、開脚後転や倒立前転、ロンダートなどの発展技にも挑戦し、バランス感覚や筋力を養うことができた。

また、倒立や、逆立ちの練習においても、マットを使用した。マットを使うことで、倒れるリスクを減らし、手の力やバランス感覚を養うことができた。

これらの活動において、学校教育活動支援事業による助成金で購入させていただいたマットが、子どもたちの体力や協調性を育むだけでなく、運動への興味を深めるためにも役立った。

(2) とび箱運動において

本校は、マット運動と併せて、とび箱運動も行い、子どもの体力向上を図っている。とび箱運動では、跳躍や着地の際、転倒のリスクもあるため、安全性を確保するマットは必要不可欠である。

低学年では、踏み越しとびや支持でのまたぎ乗り、支持での跳び乗り跳び下りなどの、とび箱を使った運動遊びを行った。これらの運動遊びを通して、中学年以降の様々な技に必要な基礎的な力を培うことができた。中学年以降、開脚跳びや、台上前転、首はねとびなどの発展技に挑戦した。技の難易度が上がるたびに、怪我のリスクも高まっていく。とび箱運動において、マットの果たす役割は大きく、安全に練習を進めることができた。

3 活動の成果

今年度のマット運動・とび箱運動の活動において、子どもたちの身体的や精神的な成長に多くの成果が見られた。

まず初めに、運動能力の向上があげられる。マット運動では、前転や後転、側転などの技を繰り返し練習することで、全身の筋力や体感が強化された。特に、手や足を使った動作が多いため、腕や脚の強化につながったと感じる。また、とび箱からマットに着地したり、マットを使って倒立をしたりすることで、空中でのバランスや、着地の際のバランス感覚の向上に繋がった。

次に、協調性やチームワークの向上があげられる。これらの運動は、自分の技の変容ばかりに焦点が当たってしまい、相手の技の上手なところに目がいけないことが多い。ペアやグループで活動することで、友だちと一緒に協力して技を完成させる喜びを感じることができた。また、教師やクラスメイトからの応援やサポートにより、技を成功させたいという気持ちが芽生えていた。応援を通じて、他者を思いやる気持ちが養えたのではないかと考える。

これらの成果により、身体的な発達だけでなく、精神的な発達にも大きく貢献し、体育の授業を通じて、自分の限界に挑戦し、それを乗り越える力を養っていくことができたと考えられる。

一方、怖さや不安の克服についていくつか課題が見られた。高い跳び箱や難しい技に対して、「とべないかもしれない」「怪我してしまうかもしれない」と抵抗感を抱いてしまう子どもが見られた。そのため、全ての子どもが、安心して取り組めるよう、段の低い跳び箱を用意したり、マットをたくさん重ねて衝撃を和らげたりするなどの安全への配慮を工夫していく必要がある。

