

山梨火山

学校体育研究同志会山梨支部ニュース

【4月号】 2007.4.19

支部長 橋爪 隆 055-233-5711

事務局長 一瀬栄政 055-272-5766

編集局 植松和浩 0551-36-5030



フーッ



ハッ

4月例会案内

「野外活動体験会」

日時：4月28日（土）
10:00～

場所：甲府市千代田湖周辺

集合場所：甲府市立千代田小学校

千代田小学校に、支部長橋爪隆校長先生が異動しました！！

こんなチャンスは滅多にないので、千代田湖周辺を散策するなど、野外活動を体験します。野外で活動できる服装、帽子や靴、軍手などがあると良いでしょう。また、双眼鏡などもあると、甲府盆地を一望できるかもしれません。

昼食は参加者全員で、バーベキューを楽しみましょう。

また、関プロ学習課のまとめも予定しています。

問い合わせは、橋爪、一瀬までお願いします。

学校体育研究同志会・関東ブロック研究会

於山梨・甲府

日時 平成19年2月25日(日)

場所 英和中高等学校体育館

講師 山内 基広先生(所沢市立宮前小学校)

内容 ねこちゃん体操からなにが見えるかな?

実技学習の概要

(1) 始めるまえのリラックス体操

・肩から腕 ・股関節 ・背骨 等

(2) ねこちゃん体操

「ねこちゃんがおこった」 「ふー」「はっ」

・肩の入れ方→腕の外旋、内旋の意識

(3) ねこちゃん体操

「ねこちゃんのあくび 1, 2, 3 はい」「にゃーおんで ピーン」

・両肩のつけかた

(4) ねこちゃん体操

「ブ~リッジ 1, 2, 3 はい」

・ポイントの確認

手のつく位置、足の膝の向き、補助児童の方法

(5) 「くまさん こんにちは」 お話しマットで確認すること、教えたこと

・手の位置、目の位置、首を入れるタイミング、回転する時のタイミング

↓

跳び箱の台上前転で確認

↓

鉄棒のスイングの基礎へ

(6) 「大また歩きで回転」

↓

側転へ ・マットの角を使って、ひもを使って

↓

手のつく意識・体を持っていく方向

↓

鉄棒運動の基礎へ

2月の寒い体育館での学習会でしたが、多くの県外者の参加を得て開催できました。山内先生の「ねこちゃん体操」が進化していることに驚くとともに、合理性を持った指導方法が考えられることに驚かされました。

残念なことは、山梨支部会員の参加が少なかったことです。学校現場の中で何を一番大事にしていくのかということを考えていきましょう。今実践していることが本当に正しい指導方法なのか振り返る意味でも、学習会への参加は大切であるということを再確認しました。

文責 鈴木

「ねこちゃん体操」研究会感想

会員じゃないけど、学びたいという 20 代、30 代を 7 人連れてきました。学びの仕組み方と、どう授業を創っていくか「さわり」が学べたと思います。

20 代、30 代の人たちが忙しさに負けないで集団検討、集団研究できるように頑張っていきたいと思います。また関ブロを充実させていきましょう。 東京 Z・Y

何回も話を聞いているが、本当にちがう提案でびっくりします。ひとつのことを掘りつづけるとこうなるのでしょうか。体幹の操作は言葉にあらわしにくいのですが、私のクラスでは 短距離のゴールの時の姿勢はフッカハッカ、ボールのキャッチの前の姿勢はフッ、ハッカなど他の領域の運動にも言葉がとびかうようになりました。

ねこちゃんのどの部分がどの運動の感覚づくりになっているのか見通しが、指導者または子どもたちに持てるといいなあとと思っています。今のところ私の方がよくわかっていない。 東京 S

今回初めて参加しました。器械運動の合理的な練習方法を学ぶことができてとても良かったです。

ねこちゃん体操や脱力すること（ストレッチ）などの基本的なことから実践していこうと思いました。私の担任する学級では、台上前転があと 10 人でできません。あと一回の授業で少しでも多くの子どもたちができるように今日学んだことを生かして指導していきます。 東京 M

やはり自分でやってみるとわかることがたくさんありました。ぞ～さんからの側転の指導もぜひやってみたいです。ホップ側転がなぜ基礎技術なのか等、今ごろになって勉強不足を痛感しました。器械運動が苦手な息子も楽しく参加できました。 東京 S・N



今日も新たな発見がありました。ねこちゃん体操がドル平の呼吸にもつながるということは聞いていましたが、「フー」「ハッ」の所で確認できました。実技を何回かするうちにわかっていくことがありますので、子どもたちもねこちゃん体操を何回かするうちに分かっていくのだと思いました。

今までの実践を反省点として、“ねこちゃん体操をすればいい”という感じで取り組んできているので一つ一つポイントをとらえて指導していきたいと思いました。

少しずつ私の中でも自分なりのバージョンアップをしています。ありがとうございました。 東京 Y・M

まだ学生で教員を目指している者です。今日の研究会は大変参考になるものでした。器械運動を子どもに教えることなどまだ考えてもいなかったのが、運動のベースとなるねこちゃん体操を取り入れ、それを発展させて、様々な運動を可能にしていくのを目のあたりにして驚きました。本当に楽しくたくさんのことを学びました。ありがとうございました。 東京 M・H

技の一つ一つが理論的に分析されているのが大変すばらしいと思います。今回学んだことをもち帰り、実践し、ぜひ新しい提案ができるようになってみたいものです。 東京 K . K

今日は実技中心で、しかもグループ学習だったので、自分でやってみたり、考えたり、自分の動きがどうなっているのか、見ていただいて、もっとこうした方がいいと教えていただいたりして、大変勉強になりました。一連の動きをするのに、自分の体がどんなふうに動いていくのか、きちんと考えたことがなかったので、今日は目からウロコでした。一つ一つ視点や手足の位置、意識する箇所を教えていただいたとおりにやると本当にできるようになるんだ！と感動しました。 東京 O . H

自分の体が体感したことは忘れないし、大事だなと思いました。よい、悪いではなく、いろいろな動きをすることを学びました。山内先生の体操としての体系だけでなく、子どもへの目線の優しさも感じることができ、とても楽しかったです。ありがとうございました。 東京 M . I

ねこちゃん体操の「フッ、ハ」の部分だけであれだけに時間をかけ、いろいろな要素が入っていることがわかり、驚いた。そして、そらし具合、背中がおちていない場合にどうしたらよいか、初めてわかった。「フッ」の部分でうんとあげること。(図がありましたが、描けませんでした。 植松)

まだまだ細かいところがいっぱいあるので、夏にみっちり勉強したいと思います。 東京 N . T

系統性がはっきりしており、わかりやすかったです。
やってみようと思います。 東京 T . N

関ブロ集会で久しぶりに 40 名近くの人たちが集まりました。若い方たちも多かったので、これからがまた楽しみになりました。

機会があるごとに、「ねこちゃん体操」研究会、実技講習会等には参加していますが、「量」をこなすことも大切だと思います。その時には分かった気になっていたことが日にちが立つと忘れていて、実は分かって、

できていなかったということに気がつくからです。量の中で質も高まっていきます。

今日の大また前転、ぞうさんあるき、なわとび(?) かど側転、大また側転についてもそうです。ねこちゃん体操の「フー、ハッ」がその中にあることを再び確認しました。 神奈川 M . S

遠い所、来てよかったです。

何げなくやっていたのが、ポイントがどこか、新たにわかりました。たとえば、ネコちゃん体操のフーッ、ハッでのアゴの出し入れの意味や、目線で全く違う形になってしまうこと、側転やスプリング系に役立っていることがわかりました。新バージョンのネコちゃん体操は、紙上ではわからなかった、タイミングやリズム、大切な留意点がわかってとてもよかったです。早速いっしょに体育をやっている若い先生と一緒にためしてみたいです。 神奈川 T



本日はありがとうございました。ねこちゃん体操から
ハndsプリングへの系統指導、とても勉強になりました。
私も2学期にクラスの女子が毎日休み時間、自主的
にハndsプリングを練習していましたが、なかなか出
来るようにさせられず、ブームが去っていったのが心残
りです。早く自分に力をつけて、子ども達にできる喜びと
自信をつけさせてあげたいと改めて思いました。

千葉 H



何度かの「ねこちゃん体操」の学習会でちょっと理解してい
るつもりでしたが、今日また新しい発見があり、参加して良かったです！特に高学年バージョンとどの運
動に体操の動きがつながっているのかがいくつかわかりました。さっそく来年度からの学級の指導で研究
していきたいです。

千葉 S・S

大勢の参加があり、盛況でしたね。うれしいことです。

今2年生の子たちと「ライオンさんがやってきて、ガオー、ガオー、川をとびこえ、ハイポーズ」とや
っています。子ども達の自信のないような表情と側転の足がまがっているのが気になっていました。今日
参加して「ぞうさん」「その足かえ」「ぞうさん、パオーン」、ゴムひもを使つての側転をもう一度と思っ
ています。

『子どもに学んで教材を工夫する』肝に命じたい。

埼玉 M

今日はありがとうございました。

今回は実技講習会というだけでない、G学習中心の学習会で面白かったです。自分自身の動きがどうな
っているかを、指摘されたり、とても貴重な時間を過ごすことが出来ました。

ねこちゃんの動きを通して体幹の動きの重要性を改めて感じました。職場は養護学校ですが、だからこ
そ、こちら側は専門的な知識や子どもを見る目、そして展望を持たなければと思っています。

また一緒に学びたいと思います。宜しくお願いします。

埼玉 S・I

はじめて参加しました。普段マット運動は、いも虫、前転・後転を教科書通りにやっていましたが、今
日教えていただいたように子どもと楽しみながら基本となる感覚をどんどんつけさせていくことは大切
だなあと感じました。ありがとうございました。

山梨 Y

今日は身体の動きを、自分が把握するのは困難だということが分かりました。適切な声かけと身体に直
接ふれることが、動きをつかませる道かと感じました。ありがとうございました。

山梨 Y・U

私は「ねこちゃん体操」というもの自体聞いたことがなかったので、驚きと感動の連続でした。器械体
操は苦手で、子どもたちに教えるのがとても不安だったのですが、実際にねこちゃん体操をやってみて、
これなら楽しくできそう！と思いました。今日学んだことを今後の指導に生かせたらいいなと思います。
ありがとうございました。

山梨 M・S

今回初めて参加させていただきました。今年から教員となり5年生を持ち、鉄棒、マット運動、とび箱運動をしている中、私自身が恥ずかしながらできないため、ポイントなどの指導ができませんでした。今日教えて頂いたねこちゃん体操や側転の仕方などのヒントを参考に子どもたちに還元していきたいと思っています。今日はありがとうございました。

山梨 K . K

「ねこちゃん体操」は見るのも、聞くのも、実際に自分でやるのも初めてでした。もともと運動に苦手意識を持っているので、上手くできるか不安でしたが、山内先生や同じグループの先生たちに手とり足とり教えていただいて運動に対する意識が良いものに变化していくことがで、大変うれしく思います。またの機会にお会いできることを願います。ありがとうございました。

山梨 A . T

今日、半分そくてんができるようになりました。家へ帰ってから、あと半分練習して、そくてんがかんぺきにできるようになりたいです。おおまた前てんやそくてんをやったりして、ブリッジの形ができました。そくてんができるようになったら、こうてんをれんしゅうしていろいろなわざができるようになりたいです。

山梨 M (小学生)

会費納入のお願い

今年度の会費、だけでなく、前年度の会費を納入されていない方、支部の財政運営に非常に困っています。振り込み用紙も届いていると思いますので、是非早めに納入してください。

< 編集後記 >

教育現場や日常生活に厳しい、暗いニュースばかりですが、「『非道德的』な議員が、道德の重要性を語っても、誰も相手にはしないだろう。」(毎日新聞コラムより)という内容の文章を読んで少しすっきりしました。

学校体育研究同志会ホームページをご覧ください。各種研究会の情報が盛り沢山です。風林火山への投稿もお寄せ下さい。メールで送って頂くと編集が楽なのでお願いします。

T E L 0551(36)5030 (21時まで)

メール trfmd350@ybb.ne.jp

trfmd350@yahoo.co.jp

(植松和浩)

次号予告

- 1 . 5月例会案内
- 2 . 4月例会報告
- 3 . 「たのスポ」を読んで
- 4 . 各種研究会・大会案内
- 5 . その他