

小学校保健体育教育 実技研修会 終了報告

テーマ	体づくり運動の在り方と実践	
日時	平成27年 7月 3日 (金)	
会場	北広島市立西の里小学校	
指導者	熊谷 朋也 氏 (北広島市立西の里小学校 教諭)	
参加者	42名	
研修会 の 様子		<p>今回の小学校保健体育教育実技研修会は、「体づくり運動の在り方と実践」と題し、北広島市立西の里小学校で体育専科として活躍されている熊谷朋也教諭を指導者として行いました。</p>
		<p>まずは準備運動を行いました。準備運動もただ漠然と行うのではなく、「どの部位を」「どのような効果で」行うのかを意識させることが大切であると話されました。また、肩甲骨や股関節の可動域を広げることも大切だとおっしゃっていました。</p>
		<p>次に参加者同士のコミュニケーションを深めるために「体ほぐし運動」を行いました。じゃんけんを用いて参加者の心もほぐれていきました。その中でも、指導する際には子どもたちの「気づき」「交流」「調整」が大切であるとのことでした。</p>
		<p>「体力を高める運動（5・6年）」では、「体力を意図的に高めることを目的としているので『多少はつらい』ということ子どもたちに伝えることも必要である」とのことでした。「多様な動きをつくる運動（3・4年）」では、「低学年の時より運動がスムーズにできるなど『動きが高まること』を大切にすることが重要」ともおっしゃっていました。その後、グループで演習を行いました。</p>
		<p>最後に「私たちは子どもたちの未来に触れている」という先生からのメッセージがあり、参加者と熊谷氏が握手をして研修会を終わりました。</p> <p>参加者からも、「あっという間だった」「先生のあたたかい人柄がよかった」「とてもわかりやすい言葉で話してくれたのでよかった」という声が聞かれるほど、充実した内容での研修会となりました。</p>