

講習の名称：器械運動の理解

担当講師：新井淑弘（教育学部 教授）

講習開講日：平成30年12月26日（水）

時間数：6時間

主な受講対象者：小学校教諭及び保健体育科を担当する教諭

キーワード：器械運動、マット運動、跳び箱運動、鉄棒運動、

講習の概要： 小学校体育科、中学校保健体育科、高等学校保健体育科における教材としての器械運動について考察する。また、マット運動、跳び箱運動、鉄棒運動などに関する基本的な技術および運動特性についての学習をおこない、教材としての器械運動に対する理解を深める。さらにそれらの知識をもとに、より学習効率の高い授業について考える。実技では各種目の基本技～応用技について各自の技能にあった技の練習を行う。

講習の展開： 器械運動に関する基本的な考え方の講義を行い、器械運動の授業づくりに必要な事項の確認を行う。その後、以下の内容で実習を行う。

- ① マット運動の基本と応用
- ② マット運動の指導法
- ③ 跳び箱運動の基本と応用
- ④ 跳び箱運動の指導法
- ⑤ 鉄棒運動の基本と応用
- ⑥ 鉄棒運動の指導法

受講に当たっての要件（講習内容のレベル）： 小学校、中学校、高等学校で扱う器械運動の技を練習するので、事前にストレッチ運動や柔軟運動などを実施して、コンディショニングを行っておくこと。怪我等の理由で実技に参加できない場合は、見学も可能。

授業の形式： 講義および実技

履修認定試験： 実技および理論試験

テキスト・参考文献： 必要な資料等は印刷物を配布する予定

準備：運動着、体育館シューズ、スポーツドリンク等水分摂取用飲み物等