

保育者ワークショップ

新聞紙ボールで遊ぼう

仁愛女子短期大学 講師 出村 友寛

◆講座要項掲載内容◆

新聞紙で作ったボールを利用し、「投げる」、「当てる」、「捕る」といったテーマに基づき、「楽しく、保育内で教えられる効果的な指導」について考えていきたいと思います。

◆開催期日◆

平成 27 年 11 月 14 日 (土) 13:30 ~ 15:00



◆開催内容◆

1. はじめに

日本の子ども達の体力、運動能力は昭和 60 年頃から平成 10 年頃まで低下し続けてきました。その後、学校における様々な取り組みの効果の成果が表れ、低下に歯止めがかかり、現在、回復傾向にあります。しかし、ボール投げに関しては未だに回復傾向が認められず、子ども達のボール遊びに対する興味関心も以前に比べ薄れていることが報告されています。

ボール遊びに興味を示さないと、ボールに関わる遠投能力、正確投、捕球能力も、当然、発達せず、就学後の体育におけるボール運動でも苦手意識を持つことに繋がります。球技種目が多くある、運動・スポーツへの関心も持てず、不活発な人生を歩む危険性も高くなります。そうならないためには、幼少期からボール遊びに興味を持たせることが大切であり、幼児期から

「上手くできるようになった」「ボール遊びは楽しい」という感覚を成功体験から感じ取らせ、関心と有能感を高めていく必要があります。

そこで、幼児の「ボールを投げる」「ボールを当てる」「ボールを捕る」「ボール遊びに興味を持つ」といった包括的なテーマに基づき、『誰でも簡単に楽しく、保育内で教えられる効果的な指導』を科学的に追求したプログラムについてハンドブックをもとに紹介します。

2. 新聞紙ボール、投球マットを作る

新聞紙ボールの作り方

【準備するもの】

新聞紙 (大判: 3 面分)、布テープ

【小ボールを作る】

1. 新聞紙の大判 1 枚を丸める
2. 新聞紙が全て隠れるまで布テープを貼る。

※ 布テープは 20cm 程度の長さに切って少しずつつ張り重ねる。

【中ボールの作り方】

1. 小ボールと同じように新聞紙の大判 1 枚を丸め、その上からもう 1 枚大判を包みこむように丸める。
2. 小ボール同様、新聞紙が隠れるまで布テープを貼りつける。



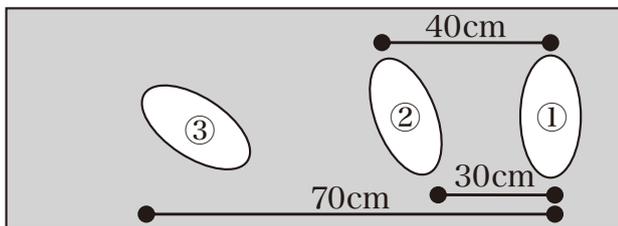
投球マットの作り方

【準備するもの】

段ボール (30cm×90cm)、油性マジック

【投球マットを作る (右利き用)】

1. 段ボールの片端中央付近に右足 (図①) を描く。
2. 右足 (図①) から子どもの肩幅より少し大きめの間隔をとった位置に左足 (図②) を描く (つま先がやや左に開いたように)。
3. 左足を1歩踏み出した位置に足先を大きく開いたもう1つの左足を描く (図③)。



* スポンジマットを使って作ると滑らず便利

* 実際に足の位置が視覚的に見えるので、どのように足を踏み出せばよいか分かりやすい。



3. プログラムの体験

【主なポイント】

- ・ 投球腕と反対側の足を前に出して構える。
- ・ 上手投げで斜め 45 度の投射角で投げる。
- ・ 非投球側の足を前にステップして投げる。
- ・ 横走りをしてから勢いをつけて投げる。
- ・ 狙った的にめがけて投げる。
- ・ ボールキャッチのタイミングを掴む。
- ・ ペアでキャッチボールができるようになる。

などのポイントをステップアップさせながら確認しつつ、「投げる」「当てる」「捕る」プログラムを体験していきました。運動量も豊富で最後の方は皆さん少し疲れた様子でしたが、とても楽しそうにボールを投げていました。



当日ご参加頂いた方々からは、「ただ投げるだけでなく、きちんとステップをふんで投げることでこんなにも違ってくるということを身をもって体験できてよかったです。」「新聞紙ボールという手軽に作ることでできるもので楽しく体を動かす遊びをたくさん知ることができた。」「実際に自分たちが遊びをやることで分かりやすかった。」など色々な意見を頂きました。

【引用参考文献】

- ・ 春日晃章：幼児の投げる、捕る、当てる動作が大きく向上するための指導プログラムハンドブックーボール遊びが好きになるようにー。笹沢スポーツ財団 (非売品)