

中・高学年 | 「鉄棒」

鉄棒運動を絶対に好きにさせる究極のステップ

サッカーやバスケットボールは好きでも、鉄棒や跳び箱は嫌いという子どもは多いのではないのでしょうか。今年担任をしている5年生の子どもたちに、6月にアンケートをしたところ、「鉄棒が大好き」と答えた子どもはわずか10%でした。しかし、1ヶ月後には62%を超えるまでになりました。その秘密が、以下の「究極のステップ」にあります。

○ 鉄棒を好きにさせる究極のステップ

ステップ1 後方片膝かけ回転 1回



ステップ2 後方片膝かけ回転 3回連続



ステップ3 両膝かけ振動下り(こうもり振り下り)



ステップ4 後方両膝かけ回転 3回



ステップ5 チェンジ
(後方片膝かけ回転から後方両膝へのつなぎ技)



ステップ6 バンザイ下り
(棒上からのこうもり振り下り)



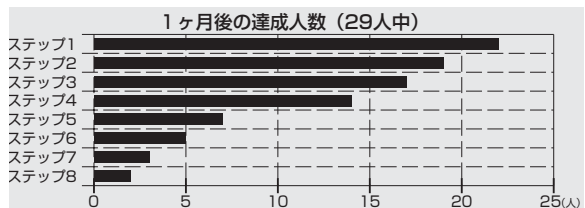
ステップ7 膝かけ上がり



ステップ8
膝かけ上がりー後方片膝かけ回転ーチェンジー
後方両膝かけ回転ーバンザイ下りの組み合わせ

○ 1ヶ月間の成果

鉄棒の授業は全部で5回行い、最後に発表会を位置付けました。それ以上授業をすると却って嫌いになってしまうことがあります。そして、子どもたちは技ができるようになると、鉄棒が大好きになるのです。



○ 鉄棒を遊び文化へ位置づける裏技

この1ヶ月間だけは教師ができるだけ休み時間も鉄棒のそばにいて、もう少しでできそうな子どもを補助したり、励ましたりします。また、教室の背面黒板には、ステップ1～8までの鉄棒技とひとりひとりのマグネット式のネームプレートを置き、技ができると自分のネームプレートを動かせるようにしておきます。これにより、達成感と次の自分のめあてをはっきりとつかむことができます。また、クラスの中での自分の位置がわかり、良い意味での競争心が生まれます。

ひとつの技ができると周りにいた子どもたちから歓声と大きな拍手が沸き上がります。私もそれまでの努力を思いきりほめます。そうすることによって、クラスの中で鉄棒が「遊び文化」のひとつになります。