



令和3年11月13日（土）に開催しました「第16回 運動遊びプレイリーダー研修会」の様子をレポートします！
講師は、中村和彦先生と眞砂野裕先生です！



講師：中村 和彦 先生
(国立大学法人山梨大学 理事・副学長)
YBS山梨放送「ゴリラパンダ」ダンス
NHK 2020応援ソング「パプリカ」ダンスなどを監修



講師：眞砂野 裕 先生
(東京都昭島市立光華小学校 副校長)
日本トップリーグ連携機構 JTLPレイリーダー
ミズノ株式会社 プレイリーダーマイスター

【テーマ：投げる】 投げる動作 5段階を知ろう。



●パターン①
子どもは体幹を反らさず、ボールを放っているだけ。
※両足はフラットの状態のまま。



●パターン②
子どもはボールを持って、投げる前に体を反る動きが入り、投げるようになる。
※両足はフラットの状態のまま。

●パターン③
子どもは右手で投げて右足を出して投げる。
※体のバランスをとるために、投げる側と同じ側の足が出るようになります。

●パターン④
体をひねって、投げる手と逆の足を出して、投げる。

●パターン⑤
パターン④に大きなステップによる体重移動とフォロースルーが加わります。

※いきなり難しいことをさせず、お子様の発達段階に合わせた声かけや遊びの提案をすることが大切です。



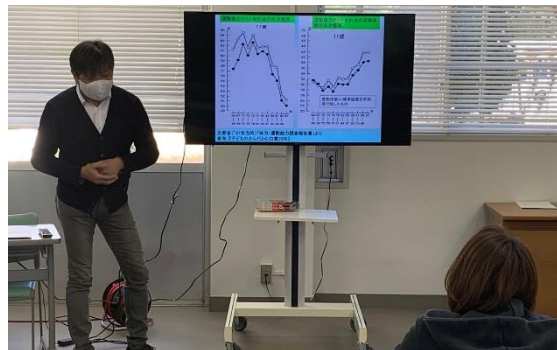
【補足】
丸めた新聞紙をアルミホイルで包み、ボールを作ったら、身近にある傘を的にして遊んでみよう！

【テーマ：捕る】 モノとの距離感をつかもう。



ボールが捕れない ⇒ ボールの取り方がわからないだけでなく、ボールとの距離感をつかめない。
転がしたボールを様々な体の部位を使って止める遊びをしてみよう。
①2人ペアになります。
②ボールを転がす人は、「止めて♪止めて♪」のあとに、体の部位を言います。上記の写真では「ひざ！」と言っています。
③もう一人は、指定された体の部位「ひざ」でボールを止めます。

講義



中村先生から「36の基本的な動き」について、お話をいただきました。