



令和3年10月23日（土）に開催しました「第13回 運動遊びブ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 JTJブレイリーダー  
ミズノ株式会社 ブ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  
子どもはただボールを持って、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、投げる前に体をひねる動きが入り、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  
体を大きくひねって、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。



様々なボールに触れ、投げてみることで、モノによって動き方を識別する「識別能力」やボールとの距離感をつかむ「定位能力」を育む遊びをいました。

## 【テーマ：捕る】 なぜ、捕ることができないのか知ろう。



ボールが捕れない⇒ボールとの距離感をつかめない。

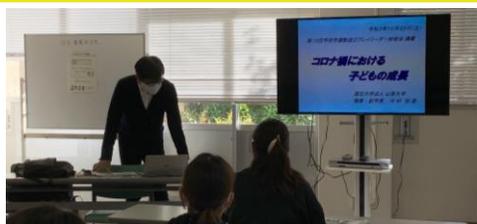
いきなり、空間を飛んでくるボールを捕ることは難しいので、まずは、転がしたボールを様々な体の部位を使って止める運動遊びを行いました。



徐々に慣れてきたら、ピンポン玉と紙コップを使って床をバウンドするピンポン玉を紙コップでキャッチする遊びを行いました。

様々な遊びを通じてボールとの距離感をつかむ「定位能力」を育みます。

## 講義



中村先生から「コロナ禍における子どもの成長」と題し、講義をいただきました。

新型コロナウイルス感染拡大の影響で中止していた研修会を実施することができました。  
ご参加ありがとうございました。

