

授業指導法(体操)

科目ナンバリング ESS-302
選択 2単位

清水 正典

1. 授業の概要(ねらい)

マット運動を中心に以下の内容に従って授業を実施する

- ①マット運動で取り上げられる技能の構造を論理的に理解する。
- ②各種技能の効率的な練習方法について理解し、自ら効率的に練習する
- ③各種技能の効果的補助の仕方について理解し、効率よく補助を行う
- ④安全のためにどのようにことに留意しなければならないかについて理解し、安全な授業環境を構築する。
- ⑤指導案を正しく作成し、それに基づいて授業を行う。
- ⑥教員採用試験に出題される課題に取り組む

2. 授業の到達目標

- ①器械運動の運動の特性を理解することが出来る。
- ②それぞれの技の構造を理論的に理解した上で示範することが出来る
- ③それぞれの技の練習に必要な補助の仕方について理解し適切な補助を行うことが出来る
- ④安全に留意した授業環境を整備することが出来る
- ⑤正しい要領に従って指導案が作成でき効果的な模擬授業を実施することが出来る

3. 成績評価の方法および基準

- ①実技実施点 30%
- ②補助実施点 30%
- ③模擬授業 40%

4. 教科書・参考文献

教科書
特になし

5. 準備学修の内容

- ①日常的に柔軟運動を行うこと
- ②日常的に腕立て、腹筋、背筋等の器具を使わない筋力トレーニングを行うこと
- ③日常的に倒立練習を行うこと
- ④学習指導要領を読むこと

6. その他履修上の注意事項

- ①怪我などで実技ができない学生は受講しないこと
- ②お互いに協力して授業に取り組むこと
- ③わからないことは積極的に質問すること
- ④出来ない技は積極的に個別指導を仰ぐこと
- ⑤安全に留意して授業環境の整備に努めること

7. 授業内容

- | | |
|--------|------------------------------|
| 【第1回】 | オリエンテーション |
| 【第2回】 | 前転、後転、開脚前転、開脚後転、伸膝前転の練習法と指導法 |
| 【第3回】 | 倒立および倒立前転の練習法と指導法1 基礎編 |
| 【第4回】 | 倒立および倒立前転の練習法と指導法2 応用編 |
| 【第5回】 | ハンドスプリングの練習法と指導法1 基礎編 |
| 【第6回】 | ハンドスプリングの練習法と指導法2 中級編 |
| 【第7回】 | ハンドスプリングの練習法と指導法3 上級編 |
| 【第8回】 | 側転の練習法と指導法 |
| 【第9回】 | ロンダートの練習法と指導法 |
| 【第10回】 | 模擬授業 伸膝前転 |
| 【第11回】 | 模擬授業 倒立前転 |
| 【第12回】 | 模擬授業 側転 |
| 【第13回】 | 模擬授業 ハンドスプリング |
| 【第14回】 | 採用試験対策課題練習 |
| 【第15回】 | 採用試験対策課題練習とまとめ |