

| | |
|--|---|
| 教科：体育 | キーワード： |
| <p>①</p>  <p>②</p>  | <p>教材名：①『風船ボール』 ②『新聞紙スティック（大・小）』</p> <p>特徴：①ボールより軽く、風船より重い ②投げる動作を段階的に学べる</p> |
| <p>使用目的</p> <p>①体育の授業やレクでバレー形式のゲームを行う際に、ボールを風船ボールに変えて行うことで、風船ほど浮遊しないので車いすでの使用やシッティングバレーでラリーを続けやすくなる（ボールを扱いやすくなる）。また、ボールほど重くないためボールへの恐怖心の軽減や、周囲への安全も確保しやすくなる。</p> <p>②スティックを振る動きを知り、腕を高く上げる動作の確保につなげる。叩くことを意識させることでさらに腕を上げたり、手首をひねったりする動作の確保につなげる。 最後に小さいほうのスティックを投げ、スティックに回転がかからないと遠くへとはばないことを知り手首の使い方を学ぶ。</p> | |
| <p>使用方法</p> <p>①同上</p> <p>②スティック（大）を上下に振る。目標物などを用意して、それを叩くよう指示するとよりスティックを高く振り上げる動きも期待できる。それらの動きはボールの投げる前の腕の振り上げにつながる。次の段階として、スティック（小）を投げる。スティックを遠くに飛ばすためには、スティックに回転をかけないと知らないことを知るか、気づかし、手首の使い方の学びにつなげる。スティックにカラーテープが巻いてあると回転する様子を捉えやすい。</p> | |
| <p>備考（準備物等）</p> <p>①風船にテープを十字に巻く。巻く量や面積によって性質の変化自在。</p> <p>②新聞紙を適量巻いて、テープでスティック状に固定する。カラーテープの方が回転する様子が見える。わかりやすい。</p> | |