

令和4年 5月24日

入間市立東町小学校長

体育朝会(ボール投げ)

今日の体育朝会では、紙鉄砲を使った運動を行いました。紙鉄砲といえば、私がまだ子どものころはよう新聞紙や新聞の広告で作って遊んでいました。それを何に使うかというと、実はボール投げの投球フォームを身に着けるために使います。

ボールを遠くに投げる大きな要素は、体をうまく使って投げるフォームと全身の筋力です。しかし、今の子どもたちはあまり小さいボールを投げるという経験がありません。そこでまずは投球フォームを身に着けさせる必要があります。紙鉄砲は上から下に向けて振り下ろさないとうまく音が鳴りません。ボールを投げるというによく「斜め45度に投げる」といいますが、それは経験のない子どもたちには難しいのです。そこでまずは腕を上から振り下ろす。その次に投げる手と反対の足を前に出して腕を振り下ろす。最後に体を開いて(横にして)腕を振り下ろすという3段階に分けて紙鉄砲を鳴らすように指導します。こうして順番に投球フォームを身につけさせます。もし家で紙鉄砲をして遊んでいたら、それは学校で指導したことです。うるさいと思ってもご容赦ください。

