

テーマ：『器械運動における指導技術の伝承』

【趣旨】

我が国の学校体育の目標や内容については、全国的に一定の水準を維持するために学習指導要領に示され、小学校では学年ごとに、中学校では器械運動は学習内容を構成する8領域の一端を担う重要な領域として存在していることは周知の通りです。体育の目標が体力を高め、技能や知識を身につけ、豊かな人間性を養い、ひいては学校生活を豊かにするものであるとすれば、日々の授業における活動こそが最も重要なことであることはいうまでもないことでしょう。

体育活動の中心は生徒であるとしても、その活動を支援し導く立場にある教師の役割は何よりも重視しなければならないことはいうまでもないことでしょう。しかしながら、現実には教師の指導技術にも経験や理解によって違いが有ることも事実で、それらの違いは教師の研修努力によって克服される必要があります。学校ではそのため様々な機会を捉えて校内研修や地域でのグループ研修、あるいは伝達講習会などが開催され参加することが要請されています。

今回の学会におけるシンポジウムのテーマは、そうした際の指導技術として授業の仕方や教師が身につけるべき能力、そしてそれらを指導上の留意点として発揮する場面を探るために企画されたものと理解できます。授業の展開において何が必要で、何が足りないのかは一人ひとりによって異なることですが、他者の授業から学ぶことは多ければ多いほど明日の授業展開に役立つこととなります。そして、器械運動の授業展開がよくなることで生徒の技能が高まり、教師も生徒も満足いく授業がさらに拓けることとなります。

伝承とは他から学び他へつなぐ作業といえます。こうしたテーマでシンポジウムを開催できることはシンポジストの先生がたの日々の努力によるものです。企画する側としてご足労いただいた先生方には厚く感謝申し上げる次第です。

《コーディネーター》・・・金谷麻理子先生

筑波大学体育系准教授・体操競技部コーチ

『小学・中学・高校・教員養成大学の指導現場の現状と課題』

共通的内容：*よび運動（技）の取り扱い方
*意欲を引き出す工夫
*補助法の活用

【プレゼンテーションおよびシンポジスト・プロフィール】

1. 小学生の指導実践・・・伊沢明伸先生

*器械（器具）遊びから器械運動へ、現場の取り組み方にどのような工夫や課題があるか。6年までにどこまで身につけさせたいか。

《プロフィール》神奈川県立高校時代、関東体操競技大会に出場（1973）。

その後、法政大学に進学。卒業後玉川学園文学部で小学校の免許を取得。

藤沢市立小学校勤務、現在29年目。1960年生まれ

2. 中学生の指導実践・・・佐藤弘典先生

*中学校における器械運動授業の展開について。小学生と中学生ではどこが違うか。中学3年までにどこまで身につけさせたいか。

《プロフィール》湘南工大附属高校卒業（1993）。その後、日本大学文理学部体育学科へ進学。卒業後は県立高校や母校の非常勤講師、県立養護学校の臨任講師を経て、横浜市立中学校教諭（2008）現在に至る。競技歴では学生時代はインカレで活躍。社会人として神奈川県優勝（1998）等。1974年生まれ。

3. 高校生の指導実践・・・吉澤晋一先生

*苦手意識や運動感覚の違い、できる生徒できない生徒をどのように指導されているか。

《プロフィール》日体荏原高校卒業（1983）後、日本体育大学に進学（体操競技部）。卒業後は県立高校の非常勤講師を経て、横浜英和女学院中学高等学校教諭として20年目。体操部顧問。東京国体神奈川県成年女子コーチ。1964年生まれ。

4. 学生（教員養成）の指導実践・・・渡辺敏明先生

*教員養成の立場から、学生に身につけさせたい器械運動の目標や実態について。

《プロフィール》筑波大学卒業（1985）後、筑波大学大学院コーチ学専攻。信州大学助手（1989）、信州大学准教授（2005）。競技歴ではインカレで活躍。業績面では「器械運動の補助に関する研究」「器械運動における指導段階の工夫」ほか学研『小学校体育ジャーナル』にスポーツ運動学に基づいた教材づくりをシリーズ連載中。長野県子どもの体力向上支援委員会委員・長野市スポーツ振興審議会委員など社会貢献も多数。大学講義では運動学基礎・器械運動など。1962年生まれ。



発表 1. 小学校現場の実践から ～言葉が運動感性を磨く～

伊沢 明伸

藤沢市立湘南台小学校

野球の有名な監督が、野球のバッティングを指導するのに「ズバツ」とか「こうかまえてスパツ」とか簡単な言葉を使って指導する様子を聞いたことがある。こつや勘を教えるのに、小さい児童には難しい理屈より簡単な言葉で伝えたほうが、わかりやすい場合がある。

～～小学校1年生の子どもたちから考える～～

1・プリントを配る

入学したばかりの小学校1年生を指導するには、他の学年より伝えるのが難しい。

6歳の子に一つ一つのことを指導していくのは、分かりやすい言葉、声の大きさ、言葉の速さを考えて、話をしていかないと伝わらない。1枚のプリントを折り、連絡帳に入れ、保護者に渡すことを習慣づけ、小学校に初めて子どもを入学させた保護者に伝えたいことは細かいことまで、学年便りに載せていく必要がある。算数ブロック一つ一つに名前を書いたり、上履きや体育着の扱いや週末の金曜日に持ち帰ったりすることも、保護者にもわかるようにしていく必要がある。

教室でプリントを配るときに「1枚とって後ろに回す」と教師が言ったところ、児童の中で大流行になった。プリントを配るたびに「1枚とって後ろへ回す」と児童が繰り返し言うようになり、それぞれが、プリントを回すこと、連絡帳にしまうことを日常の中でマスターしていった。言葉を声に出して繰り返すことにより、何をすることがわかりやすくなり、生活の中で身に着けていくことになる。

2・並ぶ

幼稚園や保育園の先生が、幼児を2人組にして歩く姿をよく見かける。先生たちが、にこやかに子どもたちに声をかけている。その中で、列をそろえるに、「トントン前・トントン前」というようなリズムのある言葉を使うと、子どもたちも楽しみながら並ぶことができる。子どもたちが「トントン前・トントン前」と口ずさみながら、自然に並べるようになっていく。このことから、言葉から並ぶという運動を生み出している。

3・タイヤとび

学校の校庭にはタイヤがある。1年生の児童に、はじめてタイヤとびをさせたところ、ほとんどの児童が跳べない。タイヤに手をかけたところで止まってしまう。できない子は、片足ずつタイヤによじ登ってしまい跳ぶという動作につながらない。そこで、手をついたところで跳躍のリズム「トントン」とジャンプさせてみる。次第に両足で踏み切ることができるようになる。さらに、足を広げて跳ぶ動作を付け加え、「トントンパ」という言葉を言わせてみたところ、少しずつリズムをつかみ始め、跳べるようになる児童があらわれはじめた。

4・マットを使った運動遊び

マットの指導では、よび運動として腕を使った支持を重点に指導してきている。しっかり手をつき体を支える動きを動物にたとえ、4本の手足で歩くことを繰り返し授業に取り入れる。マットの前回りでもしっかり手をつくところから指導していくようにしている。前回りや後ろ回りのイメージを言葉に表し実践してみたところ子どもたちが動きをつかみやすくなった。

～～～器械運動の領域を考える～～～

平成20年3月に公布された学習指導要領の器械運動の領域が4年生から3年生と変更となった。3年と4年の間には、児童の体の発育から柔軟性に違いが出てくる。4年生から5・6年生に向け体も大きくなり体が硬くなる傾向にある。まだ体の柔らかい3年生のうちいろいろな技を修得する事を考えると3年生からの器械運動は有効的である。

1・2年の運動遊びからよび運動を充実させ、運動の楽しさを学び、運動の感性を広めていきたい。3年生からもよび運動を充実させることはもちろん。技のイメージを持ち、技のポイントから自分の学習課題が考えられるように学習させたい。

5・6年の器械運動の学習では、お互いの動きを観察し、教え合ったり学び合ったりする学習活動の展開が望まれる。

これらの学習活動を行うには、言葉を使って技を伝えることも含まれている。言葉は、教師から子どもへ、あるいは子ども同士が教え合う場面に必要である。より分かりやすい言葉を活用し運動感性を磨いていきたいものである。



発表 2 : 中学校の指導実践について

佐藤 弘典

横浜市立豊田中学校

1. 小・中学校連携による授業の展開について

中学校学習指導要領解説保健体育編の中に記載されている器械運動では、「小学校では、技ができることや技を繰り返したり組み合わせることを学習している」とあり、「中学校では、これらを受けて、技がよりよくできることや自己に適した技で演技することが求められている」とあります。そこで、中学校の器械運動の授業では「よりよくできる」ことに着目して取り組んでいます。

2. 中学校の実態

中学校の器械運動では「マット運動」「跳び箱運動」「平均台運動」「鉄棒運動」の4種目をおこない、主に「マット運動」と「とび箱運動」が多く行われています。しかし、「平均台運動」「鉄棒運動」は実践されている学校が少なく、その理由として「平均台運動」では、評価基準が分かりづらく達成感が与えられない、「鉄棒運動」では、体育館内に鉄棒がない、器具の準備に時間がかかる、校庭の鉄棒だと他の種目ができないなどの意見があげられています。器械運動全体を通しての課題は、それぞれの種目でいろいろな「技」に挑戦しようとするあまり、十分な技能が身につかず、「満足感が得られない」まま授業が終わってしまうことです。

そこで、横浜市では基礎的な身体能力や知識を身につけ、生涯にわたって運動に親しむことができるよう、発達の段階のまとまりを考慮し、指導内容を整理し体系化を図ることを目標として、中学校第1・2学年での器械運動では「技ができる楽しさや喜びを味わい、その技がよりよくできるようにし、学習に積極的に取り組み、よい演技を認められることなどに意欲をもつ」ことで「満足感が得られる」授業にしたいと考え、実践しています。

3. 中学校体育の中で3年生までに身につけさせたいこと

中学校の「基本的な技」とは、主に小学校第5学年及び第6学年で学習される技を示しています（平均台以外）。中学校体育では、第1学年及び第2学年で「基本的な技」を経験させ、「よりよくできる」達成感を味わい、第3学年までにすべての系統から自己の能力に適した技を1つ習得し「演技を構成する」能力を身に付けさせたいです。また、生徒の実態を把握しつつ、やや難易度の高い技にも取り組み、満足感が得られる授業を目指します。

4. 具体的な取り組みについては以下の視点で行う。

- ア. 回転技や巧技系の基本的な技（主に小学校5, 6学年で学習される技）を滑らかに行うこと。（技能）
- イ. 条件を変えた技、発展技を行うこと、それを組み合わせること。（技能）
- ウ. 運動に積極的に取り組み、よい演技を認めようとする。（態度）
- エ. 生徒の実態を把握しつつ、やや難易度の高い技（あれもこれも取り組まない）に取り組むようにする。
- オ. できた喜びを味わうことができるように、技に取り組む時間を十分確保する。

発表3：高校の指導実践について



吉澤 晋一

横浜英和女学院中学高等学校

1. 学校の紹介と生徒の特徴

- ・横浜英和女学院高等学校は、横浜市南区に在る創立135年の歴史を持つ、キリスト教主義教育に基づいた中高一貫の女子高である。
- ・前後期の二期生で、授業は週5日制である。高等学校の生徒数は451人で、各クラス35～42名各学年4クラスで編成されている。
- ・幼稚園と小学校が別に併設され、毎年40～50名が併設校から中学校に進学し、100名程が受験によって入学している。
- ・体育施設はグラウンド、テニスコート2面、第1体育館、第2体育館を持ち、第1体育館の地下にはピットが設備された体操専用場が常設されている。
- ・部活動は月、水、金曜日と休業日の土曜日及び祭日（日曜日はキリスト教安息日のため除く）が活動日で、運動部は体操、卓球、剣道、バスケットボール、バレーボール、バドミントン、ハンドボール、ソフトテニス、ソフトボールの9クラブ。文化部を含め、全体（中高）の90%がクラブに加入し、運動部加入率は30%である。
- ・併設の小学校から入学した生徒は、受験勉強がないため一般入試で入った生徒とは、入学時の体力・運動技能（スポーツテストの結果による）に差があり、やや優れているといった特徴があるが、全国や神奈川県の平均値には到底及ばない低いレベルである。
- ・最近の卒業後の進路として、看護や医療系を希望する生徒が増加傾向にある。穏やかで優しい気質の生徒が多いが、学校行事には全力で打ち込む特徴がある。
- ・運動が苦手や技能の低い生徒も多数いるが、体育が好きな生徒は多く、どの単元（種目）でも一生懸命に取り組む姿勢を持っている。

2. 保健体育科の取り組み

- ・スポーツテストの結果からも、入学時の体力や運動技能の低さを憂慮し、特に持久力（20mシャトルラン）の向上を目指して、授業開始時の5分間ランニングを10年程前からすべての学年で実施している。
- ・その成果は中学3年生から少しずつ見られ、高校1年生から持久力は全国や神奈川県の前平均値を超える結果を得ることができ、総合評価でも平均値を超えるようになった。しかし、投力や握力については平均を下回っている。
- ・カリキュラムは学習指導要領に基づき、器械運動は中学で2学年、高校では1年生を対象に組んで

いる。単元ごとに内容が決められ、指導内容や評価方法などは共通しているが、指導方法については各担当教師に委ねられている。

マット運動の指導実践をとりまく環境

対 象：高校1年生、全4クラス142名（各クラス35～36名）女子

単元時間：3単位時間（全20時間）

期 間：5月中旬から7月前期終了前

施 設：a.ピット付きの体操専用体育館（常設）がある。トランポリンのほか、器具やマット（タンプリング板、ソフトマット）も充実している。

b.自分の動きや形が見られるように、壁には鏡が常設されている。

c.体育館の四方にはスピーカーが設置されいつでも音楽を流すことができる。

3. 学習指導要領にみる器械運動（マット運動）の内容

- a.回転系や巧技系の基本的な技を滑らかに、安定して行うこと、条件を変えた技、発展技を滑らかに行うこと、それらを構成し演技すること。
- b.主体的に取り組むとともに、役割を積極的に引き受け自己の責任を果たそうとすること、合意形成に貢献しようとすることや、健康・安全を確保することができるようにする。
- c.技の名称や行い方、体力の高め方、課題解決の方法、発表の仕方などを理解し、自己や仲間の課題に応じた運動を継続するための取り組み方を工夫できるようにする。

4. 授業目標と内容の設定及び評価

<マット運動を始めるにあたっての意識調査>

①好きか嫌いか

- ・各クラス（各クラス35～36の名4クラス）の3分の2は苦手や嫌い、できればやりたくない。

②苦手や嫌いな理由

- ・過去の授業で怪我をしたことがある（怖い・痛い）ので、積極的に取り組めなかった。
- ・上手くならない（難しい）ので、興味を持って取り組まなかった。
- ・みんなの前で発表をすることが恥ずかしい。

③好き・得意・関心がある理由

- ・ピットがあり、器具やマットが充実しているので怖さを感じない。
- ・ロンダートやバク転ができるようになりたい。
- ・いろいろな技に挑戦してみたい。

(知っている技と知らない技の確認)

④知っている技

- ・開脚前転、伸膝前転、開脚後転、伸膝後転、倒立前転、
- ・倒立前方ブリッチ前起き上がり、後方ブリッチ回転起き上がり
- ・側転、ロンダート、ハンドスプリング、バク転
- ・前方宙返り、後方宙返り

⑤知らなかった技

- ・前後開脚ジャンプ、ターン、アラベスク

(できそうな技…a 頑張ってみたい技…b 関心のある技…c)

a.開脚前転、後転、側転、壁倒立、ターン

b.側転、ロンダート、壁倒立、倒立前転、立位から後方ブリッチ、バク転、前方宙返り

c.側転、ロンダート、ハンドスプリング、バク転、後方ブリッチ※できれば後方回転起き上がり
前方宙返り

<調査結果から>

- マット運動というと前転や後転、側転や倒立前転、ハンドスプリングをしなければならないといったイメージが生徒にはあり、これまで経験した授業のなかで出された課題が一度もできなかった生徒にとっては避けたい単元であることがわかった。
- 施設の問題もあり、痛いや怖いといったイメージが強い。
- 人前で演技をすること（スキルテスト）は自信がないので止めてほしい。

(1) 授業目標の設定

- あらかじめ用意された内容を提示するのではなく、生徒との問答の中でそれぞれが考え、やりたい技や頑張ってみたい内容を授業の柱とする。出来栄えよりも出来たという達成感を共有し、マット運動を楽しむことを目標に置く。
- 難度（D スコア）や出来栄え（E スコア）による合計で競うのが体操競技であることを理解させ、各技には難度点を明示し、進んで技に取り組むことができるようにする。
- 今まで出来ずに終わってしまった、達成できそうな技を共通の課題としてみんなで取り組む。
- グループで技を選び、ダンスなどを交えて音楽に合わせ演技を創作し発表会を楽しむ。
- 安全を確保し、積極的に補助をしたり、アドバイスをしながら、技ができた達成感を味わう。

(2) 授業内容の設定

- 技の難度は下記の通りとする。難度表を見て技を選び、難度点などを意識して取り組む。
 - ・超高難度技（15点）…バク転、ハンドスプリング、輪とび（つま先が頭に触れる）
伸膝前転、前後開脚ジャンプ（開脚度が180°以上）
後転倒立、後方倒立支持回転、2回ターンなど
 - ・高難度技（10点）…側転、伸膝後転、倒立前転、ロンダート、前方倒立支持回転
前後開脚ジャンプ（開脚度が150°以上）など
 - ・中難度技（5点）…開脚前転、後転、開脚後転

※実施を最大限に評価するが、出来栄えによっては難度を下げて評価をする。
- 「壁倒立」を共通の課題とする。出来栄えよりも出来たという達成感を味わう。

- c.グループで技を5つ以上選び、ダンスなどを交えて、50～60以内で演技を創作し、音楽に合わせて演技を発表する。発表者はグループから1名以上選ぶ。

(3) 評価活動の設定

- a.取り組みにおける観点別評価（50点）
- ①主体的な取り組みがみられた（10点）
 - ②マット運動の理解と応用（10点）
 - ③積極的な補助活動や用具の安全使用と工夫（10点）
 - ④準備や片付けなど積極的に行った（10点）
 - ⑤協力してグループ活動に参加をし、役割や責任を果たせた（10点）
- b.壁倒立の評価（10点）…共通の課題
- ①自分の力ででき、更に10秒静止することができた（10点）
 - ②自分の力ででき、10秒に満たなかったが静止することができた（9点）
 - ③瞬時ではあるが、自分の力で倒立が上がった（7点）
 - ④補助者に力を借りて倒立が上がった（5点）
 - ⑤補助者に力を借りてもできなかったが、努力がみられた（4点）
- c.難度表を見て、1～4つの技を選び、難度点などを意識して取り組む（40点）
- (2) a. 参照—

5. 授業の展開

- ①一斉指導 ～予備運動～ 約15分間／9～10時間（全20時間）

a.膝を抱えてゆりかご

- ～起き上がり～ジャンプ
- ～起き上がり～ジャンプ1回ターン
- ～起き上がり～左右開脚ジャンプ

b.ゆりかご～背倒立

- ～起き上がり～ジャンプ
- ～起き上がり～ジャンプ1回ターン
- ～起き上がり～左右開脚ジャンプ

c.背倒立～開脚起き上がり ※開脚前転の導入

d.直立姿勢～ゆりかご～背倒立(勢いをつけて)

- ～背倒立～後転 ※後転の導入
- ～伸膝ゆりかご～背倒立 ※伸膝後転の導入

e.仰向けからブリッチ ※姿勢保持の導入

f.仰向けから～起き上がり

g.ゆりかご～ブリッチ (勢いをつけて)

- ～起き上がり ※ヘットスプリング、ハンドスプリングの導入

h.腕支持で足裏たたき(～連続) ※倒立の導入

i.腕支持で脚振り上げ

②個人及びグループ指導 約30分間(全20時間)

- ・3人以上のグループで壁倒立 ※倒立補助の練習
- ・補助や補助台を使ってブリッチから(前方・後方)起き上がり
- ・倒立前転 ※積極的に補助者やソフトマットを使用する
- ・ハンドスプリング ※積極的に補助者やソフトマットを使用する
- ・バク転 ※教師の指導の下、ソフトマットやピットを使用
- ・とび込み前転 ※教師の指導の下、ソフトマットやピットを使用
- ・前後開脚ジャンプ ※教師の指導の下、トランポリンなども使用
- ・輪とび
- ・アラベスク

③創作活動 9～10時間(全20時間)

6. 授業を終えて

- ・バク転などもピットやソフトマット、補助を頼り、安全の確保を確認することで多くの生徒が希望し、出来栄は別にしても、出来たという達成感を味わうことができた。
- ・技の難度点は生徒も客観的に捉えることができ、モチベーションの向上につながった。
- ・体操競技のルールを理解することができた。
- ・グループ発表は代表者が演技をすることで、時間の確保ができ、全員でその演技を楽しむことができた。
- ・お互いが助け合い、その技を見比べながら、出来たことに素直に喜んだり、今まで無理だと思っていたことができるようになり、多くの生徒が達成感を体験することができた。
- ・自分のレベルに合わせて取り組むことができたので、楽しく学ぶことができた。
- ・「壁倒立」を4クラスで競うようになり、教えあったり、励ましあったことでクラスの連帯感が強まった。
- ・無理だと決めつけていたが、出来るようになって嬉しかった。

発表4：大学生教員養成の指導実践について



渡辺 敏明

信州大学教育学部

1. はじめに

信州大学教育学部では、選択科目として「器械運動」(前期 90 分×16 回)が開講されている。おもに保健体育教員免許の取得を目指す学生が受講しているが、器械運動に苦手意識を持つ学生も少なくないため、授業の開始時点において得意な学生と苦手意識を持つ学生の二極化が現れている。授業では、「小学校・中学校体育科で取り上げられる器械運動の基礎的な実技能力を獲得し、学習指導方法論をつくり出すことができるようになる」という目標のもと、学校現場で取り上げられるポピュラーな技を「基礎技能→予備技→目標技→発展技(変形技)」という指導体系にもとづいて実習している。学校現場では、器械運動を苦手とする児童・生徒が多いことから、実情に即した「学習指導モデル」を用いて実習を行い、下位教材(運動アナログ)の理解と示範力の習得に重点をおいた実習を展開している。

2. 大学における器械運動授業での取り組み

授業は、「動きの要領(技術ポイント)をコツとしてつかませる促発指導の視点」「最大多数に有効な教材の視点」から作成した学習指導モデルの解説と示範を教師が行い、「一斉指導・個別学習・グループ学習」のかたちで学習活動を展開している。学習活動では、技の課題性の緩和をはじめ、場づくりや用具の工夫を含めたほう助方法、実施上の注意ポイントや典型的なつまずきの知識を伝えるとともに、実際の授業の中で現れる運動問題への指導実践(促発指導)を可能な限り受講者全員で共有している。また、おもに技のコツをつかんだ(創発した)過程を省察するためのリフレクションノートの作成にも取り組ませている(授業内容をプリント配布し、実習した学習内容と自分の運動感覚を省察する=創発分析)。

3. 器械運動の学習指導力の養成に向けて

授業においては、器械運動の本質的な楽しさである「身体との対話(身体性の学習)」を大切にしたい学習指導で受講生全員を器械運動好きにして、教員になった時にも好意的に指導してもらいたいと考えている。そのためには、受講生の運動感覚に直接関わって「こんな感じで動けばできるんだ!」というコツをつかむ機会の提供ができる教師の指導力(促発指導力)が大切になる。

こうした指導力は、学習指導モデルの知識・経験にもとづく指導に加えて、どの教師にも重要な能力と考えられることから、次のような仕方で受講生に習得させようとしている。

授業で取り組む練習について、なぜ行う必要があるのかを、目標とする技の技術ポイント(構造)、動きの発生様相(形成位相)との関連から解説して、個々の練習課題の意味を理解させる。さらに、典型的

なつまずきを発見した時には、学習者のつまずきの読み取りと、処方した練習方法の根拠を促発指導サイクル(観察・交信・代行・処方)の観点から解説する。

学習活動には、できる限りグループ学習をとり入れることで「受講生同士の教え合い(指導実践)」を通した観察力や共感力を育てようとしている。もちろん、学生同士の指導実践において提示される観察ポイントや練習方法、ほう助には適切でないものも含まれることから、可能な範囲で教師が介入して、より有効な観察視点を示したり、練習方法やほう助法を提案していくことで、促発指導の能力を育てたり、拠点を見つけさせようとしている。

本シンポジウムでは、このような眼差しをもって行っている演者の拙い実践の一部についてご紹介することで、議論の話題を提供できればと考えている。