

■WAVE

・世界に広がる「なるスポーツ」の潮流 ————— 山口 拓… 3

■アクセス ナウ!

・遊びで伸びる, 子どもの体力 ————— 木下 勇… 4

《特集・水島宏一の器械運動アプリ》

★機能・コンテンツ紹介 ————— 編集部… 6

★実践報告+講評と助言/3年生・マット運動

・iPadアプリで, 器械運動の楽しさや喜びを ————— 美越 英宣… 8

・iPadを活用した器械運動の授業 ————— 水島 宏一…12

■羅針盤〈第59回〉

・座談会:「学力」から体育の授業を考える

細越 淳二/白旗 和也/眞砂野 裕/佐藤 洋平…14

■実践報告/3年生・マット運動

・言語活動を深めることで,
教室にスポーツ文化が花開く授業づくり ————— 大達 雄…20

■連載/外野席から〈第31回〉

・“人生100年時代”のスポーツ ————— 岡崎 満義…24

■こんなときは? 教えて! 体育指導のくふうとアイデア — 佐々木玲子…26

◆◆◆ 著者紹介 ◆◆◆



美越先生◆東京都小学校体育研究会の体づくり運動領域部会で部長をしています。今年の11月14・15日の全国学校体育研究大会東京大会に、低・中・高それぞれの学年が授業公開・研究発表を行います。ぜひ、ご参会ください。



眞砂野先生◆すべての子どもがもっとゲームを楽しめるよう、大学とも連携しながらオフ・ザ・ボールの動きの評価を考えています。この評価と指導がうまく絡めば、主体的にゲームに参加する子どもが増えるのではと期待しています。



水島先生◆ICTを活用して授業を行うことで、学習効果が上がることは、いろいろな報告書で散見されます。しかし、伝える側に工夫がなければ効果は見られません。その工夫のひとつの材料として、器械運動アプリを考えました。



佐藤先生◆勤務校は今年度の11月15日に行われる全国学校体育研究大会東京大会の分科会会場校になっています。私もゲーム領域で授業をさせていただき予定ですが、ぜひご参会いただき、意見を交換させていただければ幸いです。



細越先生◆子どもたちが体育における「確かな学力」を習得するための授業づくりの工夫や教材づくりについて、そして体育授業と肯定的な学級集団の育成についての実践研究を、今年度も先生方とともに進めていきたいと思ひます。



大達先生◆初めて1年生の担任となり1週間あまり。教員10年目ですが、1年生の担任であるというだけで、新任のときのような、新鮮さと驚きいっぱい毎日。この子たちとどんな楽しい授業がつけられるか、想像は膨らむばかりです。



白旗先生◆4月より、5年間勤めた文部科学省から日本体育大学に異動しました。学生が日本一保健体育の学習指導要領に詳しい学生になれるよう、12年ぶりに教材研究に追われつつ、学校現場の教員になったことを実感しています。



佐々木先生◆4月から、教員生活12年目に入りました。ついこの間、満開の桜の中で大学を卒業したと思ったのに……。あれから11年、開花の早い今年の桜を見ながら、初心を忘れずに今年もがんばろうと思ひます。

今年で十余年目を迎える「国連開発と平和のためのスポーツ事務局」(UNOSDP)は、国連事務総長の直轄組織として設立され注目を集めている。その萌芽は1978年にユネスコの定例会議で採択された「体育・スポーツ国際憲章」にさかのぼる。十余年が経過した1990年代の導入期には、数々のスポーツを通じた草の根レベルの取り組みが一挙に開花している。多くの国連機関が「国際オリンピック委員会」(IOC)との協働合意を終結し、オリンピック等によるNGOが相次いで設立される等「スポーツを通じた国際開発」(IDS)の活動が積み上げられた時期でもある。その後、展開期に入ると、それまで市民社会や専門組織が積み上げてきた成果が評価され、2000年に採択された「ミレニアム開発目標」(MDGs)にIDSが盛り込まれる等、世界が注目する分野へと発展している。

現在の活動は、国際IDSプラットフォーム(S&D)に登録されているだけでも、472団体3063人が191事業を運営し、スポーツによる健康、子ども・青年育成、平和構築、障がい者支援、災害支援、ジェンダー、経済開発等の多様な課題に取り組んでいる。各国でも同様の動きが見られ、オーストラリア、カナダ、イギリス、ドイツ、オランダ、ノルウェー、スイス等を中心に国を挙げてIDSに伴う法制度の改革を進め、内政や外交に対する重要な役割を担っている。日本でも日本国際開発機構(JICA)が1965年の第1回派遣以降、青年海外協力隊のスポーツ分野で世界70か国に27職種2895人を派遣し、2011年6月に公布された「スポーツ基本法」に、「スポーツに係る国際的な交流及び貢献の推進」が盛り込まれる等、国家政策にIDSが導入されている。

日本のIDSを牽引する組織はいくつかあるが、なかでも五輪メダリストの

世界に広がる「なるスポーツ」の潮流



山口拓

有森裕子氏が代表を務める認定NPO法人ハート・オブ・ゴールドは代表的なもの1つである。東ティモールの日本政府や国連組織との連携を図った「独立式典青少年スポーツの祭典支援」や、カンボジアでのJICAや筑波大学との連携で行われている「体育支援」等、大規模なIDS事業を実施している。その功績は2005年に団体へ贈られたカンボジアの教育省とオリンピック委員会からの「特別功労賞」や、2009年の日本の「外務大臣表彰」等からもうかがい知ることができよう。ただし、これらの功績の背景には、多くの会員や協賛企業ならびに教員や学生等からの資金や物資の提供、ボランティアや専門家としての人的資源の提供等がある。このようにIDSには、国際協力参加障壁が低いスポーツの多義性が生かされている。

もちろん、各個別のスポーツには発祥があり、発祥国や地域の文化的要素が色濃く残っており、スポーツによる国際貢献の功罪には注意を払うべきである。産業開発途上地域や紛争・災害の被災地域に対して、文化的な配慮を省いた各種スポーツを用いた課題解決を実施したり、現地の経済や流通を考慮せずに物資を提供したり、状況を見ない一方的な支援の押し売りを行う等といった行為は控えるべきであろう。しかし、スポーツには、誰もが自身の得意な種目を選択して精神を解放させ、人をつなぎ、心と体を癒す中で人を成長させる不思議な力がある。その不思議な力を応用して、自由で平和に発展する社会を目指し、「する」「みる」「ささえる」スポーツをつなぎ合わせ、社会貢献をもたらす「なるスポーツ」(bene-sport)を創造することは、人類にとって重要な一歩となろう。是非、みなさんもIDSを学び、国際貢献に役立ててほしいと思う。

やまぐち・たくし／筑波大学体育系助教、一九七三年大阪府生まれ。大阪体育大学卒業後、同志社大学大学院にて政策科学を学び、カンボジア等でNGO・JICA、国連等の「スポーツ国際開発」の専門家として活動。ハート・オブ・ゴールド理事等を務め、日本のスポーツ国際開発の推進に貢献。

遊びで伸びる、 子どもの体力



世界新記録の背景～遊びが基礎体力を育てた

「リズムがいいところですね。200mでもテンポ良くラストに記録を上げられます。練習量が多いわけではなくて、志布志の環境がよかった。幼いころは、ずっと外で遊んでいました。サッカーや野球、それから鬼ごっこもいっぱいした。志布志は子供が外で体を動かして遊ぶ場所がたくさんあるから、とにかく走り回っていました。基礎体力は相当高いと思います」¹⁾

2012年9月、岐阜で開催された第67回国民体育大会200m平泳ぎで、世界新記録を打ち立てた当時高校3年生の山口観弘さんの言葉です。同年8月のロンドンオリンピックで優勝したジュルタ・ダニエルが打ち立てた世界記録を、オリンピックに出ていない18歳の青年が、それからわずか1か月半後に0秒27更新したという快挙は、メディアでも大きく取り上げられました。この言葉は「自身の泳ぎのよさはどういうところにあるのか」と新聞記者に聞かれたときに答えたものです。

このコメントの興味深い点は、18歳の彼が、自分の基礎体力は「遊びを通して身につけた」と言っている点です。世の中、スポーツも英才教育で、小さいころからその専門の訓練を受け続けて選手となっていくパターンを私たちは多く見えています。しかし、彼のように、外で思いっきり遊び、それが基礎体力を身につけたと、ふるさとの環境を評価しているその声はとても新鮮に映りました。

我が国では、子どもの遊びについては、どちらかというとなげなことで、時間の浪費のように受け止められる風潮がまだ根強くあります。山口さんが水泳を始めたのは4歳のころで、喘息の治療が目的であったといえます。ですからプロのコーチのいない、地域の普通のスイミングクラブに通っている幼少期であったのです。水泳のみでなく、外遊びもよくして、水泳もそんな遊びの1つのように小さいころは思いっきりいろいろな遊びをし

て、基礎体力を身につけたというのです。もちろん、世界新記録樹立の前に、北島を育てた平井コーチの指導を受けていますが、それは応用レベルで、基礎体力という面では幼少期の遊びの重要性が浮かび上がります。

体力低下は外遊びの減少が原因？

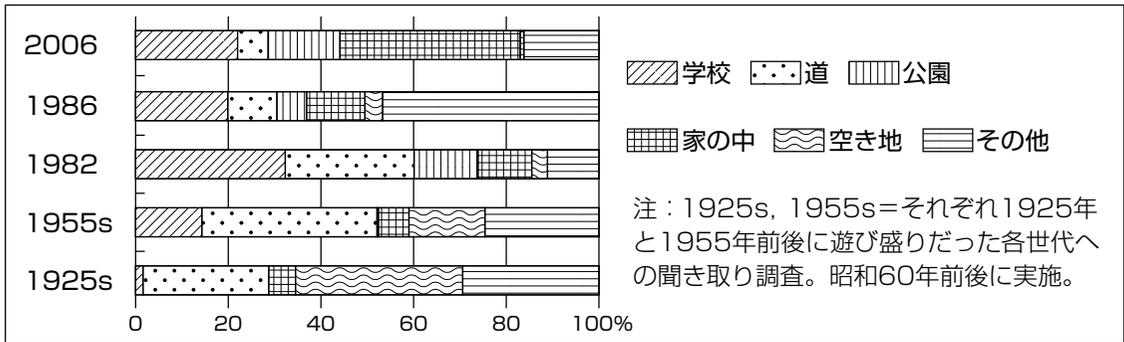
今の子どもたちは、親世代の子どもころよりも身長、体重では優っていても、体力では劣っているといわれます。確かに文部科学省でも、昭和60年代より体力が低下傾向とデータから述べられています。²⁾

筆者は昭和60年より少し前に東京の世田谷区の太子堂地区で、お母さんたちの冒険遊び場づくりの活動に参加し、三世遊び場マップづくりという活動も行いました。それは、その街で育った人たちを三世にわたって探して話を聞き、遊びと環境の変化を探るものです。当時子どもであった世代が今は親となっています。そこで最近、現在の子どもの遊びの状況を聞いて、四世代目の遊び場マップを仲間と作成しました。この四世代にわたる子どもたちの遊びの場所の変化をグラフで表したのが右の表です。昭和60年代（1980年代後半）から、子どもたちの遊び場として道が消えていき、今の遊び場の多くが、「家の中」、そして「学校」となっていることがわかります。

今の子どもたちは交通事故の危険だけではなく、犯罪被害の不安からも道で遊ぶことが禁止されています。道での遊びの減少は、友達と出会い、その出会いからのさまざまな遊びへの展開も妨げることになります。自由な遊びの減少は、体力の減少と無関係ではなさそうです。もちろんこれは地域の環境にもよりますので、山口さんのように自由に外遊びできる環境ならば例外ともなるでしょう。しかし、自然豊かな地方も子どもの数の減少で、友達と遊べないから室内化という傾向も進んでいます。

1) 朝日新聞 2013年1月15日 Be「フロントランナー」、b3

2) http://www.mext.go.jp/a_menu/sports/tairyoku/1266260.htm



[表] 世田谷区太子堂・三宿地区での道での遊びの減少。「子どもの遊びと街研究会」調査に新しいデータを加えて作成。

成長期の時間と遊びと体力

子どもの神経と脳への刺激は10歳ころまでが重要とよくいわれます。それも身体の動きを通じてなので、遊びによって多様な経験をするのは極めて重要といえます。³⁾

成長の著しいこの時期に、外で遊べない子どもたちの問題は、震災の原発事故によって放射線量が高い地域で、子どもたちの屋外の行動が抑制されていることからの成長の阻害として露呈しました。郡山市の小児科医、菊池信太郎医師(本紙前号pp.4-5参照)は震災後の乳幼児の定期検診から乳幼児の身体の成長の記録データが従前より低いことを見て、これは遊びが抑制されているためであると、大型屋内遊び場の設置に奔走しています。今では県の事業として、屋内遊び場の整備が広がってきました。

ただし、屋内遊び場が近くになかったら、子どもたちの日常の遊びの環境の改善になりませんし、まだまだ厳しい状況が続いていることに変わりありません。

震災を経て、とにかく強く感じられるのは、復興には時間がかかるが、子どもたちの成長は待てない、という緊急性です。子どもたちが過ごす時間について私たち大人はあまりに鈍感ともいえます。大人の時間で考えるのではなく、子どもの時間で私たちの環境を考える重要性をこの震災から強く感じます。

「道」と遊びと体力

幼少期の遊びは家から始まり、家の周りが外遊びの始まりです。柳田国男は軒遊び、辻遊びと、家の軒先や縁側から、道の遊びへの展開を、子どもの遊びの自然な発展形態として述べていますが、現在の子供たちは前述のように道路の遊びが消滅しかかっています。

スイスの発達心理学者であるマルコ・ヒュッテンモーザー博士は、5歳の幼児を対象に家の近くの道路で遊ぶことができるグループと、道路で遊べず、保護者が公園に連れていかないと遊べないグループに分けて、遊びの行動を比較した調査結果を発表しました。その結果、道路で遊べる子どものグループほど外遊びの時間が多く、遊びの種類と経験が豊富で、社会性を発達させる機会が多い(集団遊び、友達の家を訪問、大人との接触など)という違いが明らかになりました。またその子どもの親も、他の親との接触が多いことも明らかになりました。⁴⁾ここでは体力を調べていませんが、遊びの時間が異なるので、おそらく体力とも関連しているであろうと推定できます。

筆者の子ども時代も、道で近所の子もたちと電信柱を折り返し地点にリレー競争をしたり、電信柱を背に馬乗りやかくれんぼなどの多種多様な遊びをしたりしました。それは群れて遊ぶ中で思いつき身体を動かしながらのことです。道はそうにして子どもを社会化する社会的な場所です。社会的な関係の中で子どもは刺激を受けて身体を動かし、身体でその場所の社会性を受け止めていきます。その中で自らの発想、仲間とのコミュニケーション、大人とのやり取りなどから、主体的に遊びを展開していきます。保護者、教師、コーチなど大人に言われて行動するのではなく、主体的に身体を動かし、環境とのやり取りで身体がいろいろなことを覚えていきます。そうした街の環境と自身の身体との交感が道から始まるといってもよいと思います。こういった道がすべて車に奪われて、人の場所でなくなっていることは再考する必要があるでしょう。すべての道を人のためにとっているのではなく、車の交通量が多くない住宅地の道は、子どもが思いっきり遊び、身体も心も成長する場に再びできたらと思います。

3) 日本学術会議 『我が国の子どもの育成環境の改善にむけて—育成方法の課題と提言—』(2013)

4) Hüttenmoser, M; Degen-Zimmermann, D. "Lebensräume für Kinder" in: Bulletin-NFP 25, Stadt und Verkehr, Zürich 1995

機能・コンテンツ紹介

編集部

■体育の授業で使える“無料”アプリが登場

4月4日、弊社より『水島宏一の器械運動アプリ』がリリースされました。本アプリは、小学校体育の器械運動の授業で使えるiPad対応アプリです。技の見本の動画などの再生も、動画の撮影・保存も、このアプリひとつで簡単にでき、子どもたちの主体的な学びを引き出すことができます。また、従来のICT機器にありがちな、面倒な準備や片づけ等も一切不要です。ここでは、アプリの主要な機能・コンテンツをご紹介します。

かゆいところに手が届く、動画撮影・保存機能

(B)動画撮影機能

※画像ははめ込み合成イメージです。

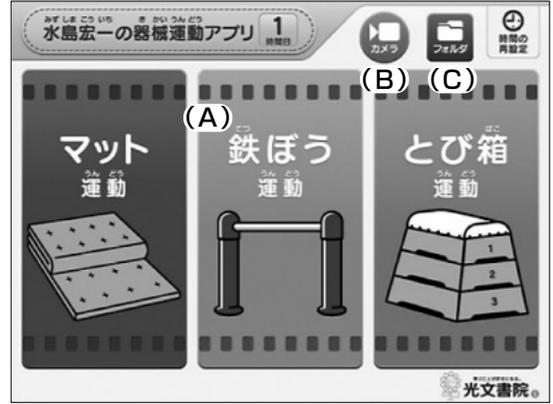


撮影前

撮影後

解説

撮影動画は、その場で再生することも、保存することもできるので、児童が自分の動きを確認したり、先生が授業後に評価をする際に見直したり



▲トップ画面

- 配信開始
2013.4.4
- 対応機種と対応OS
機種：iPad2, iPad3, iPad4, iPad mini
OS：iOS5.0～6.0
- 紹介HP
<http://www.kobun.co.jp/app/kikaiundo.html>
※上記HP内に、アプリのダウンロードページ (AppStore) へのリンクがあります。

画面説明

- ①撮影ボタン
撮影開始・停止ができます。
- ①'再生ボタン
撮影を停止すると、再生ボタンに変わります。撮影動画をその場ですぐ再生して、確認できます。
- ②「もどる」ボタン
前の画面に戻ります。
- ②'「とりのおし」ボタン
撮影を失敗したとき等、動画を保存せずにすぐ撮り直しができます。
- ③「ほぞん」ボタン
撮影終了時に現れます。押すと、日時や種目名がついたフォルダに動画が保存されます。

と、さまざまな使い方ができます。

また、動画の容量が小さいので、iPadのカメラ機能を使うよりも多くの動画を保存できます。保存した動画をパソコンに移動することも可能です。

(A)動画コンテンツ



画面説明

①技動画 再生ボタン

水鳥宏一先生の実演で、正確な動きが確認できます。また、技動画再生後、技のポイントが確認できる動画が続いて流れます。

②練習・補助のしかた 選択ボタン

練習のしかたには、「何のための練習か」がわかる説明文がついています。また、技により、補助のしかたの動画も選択できます。

③運動遊び動画 再生ボタン

その種目の技につながる運動遊びが、一連の動きとして確認できます。

解説

本アプリには、小学校における器械運動の学習で特に重要な技を11技収録しています(右参照)。これらの技ができるようになることで、より発展的な技の習得につながります。

マット：前転，後転，倒立前転，側方倒立回転
鉄棒：さか上がり，前方かかえこみ回り，後方かかえこみ回り，後方片ひざかけ回転，片足ふみこしおり
とび箱：開脚とび，台上前転

(C)動画保存機能



画面説明

①フォルダ名

撮影した動画は、種目や日付、授業時間に応じて自動でフォルダ分けされます。授業後の振り返りに。

②フォルダ並び替えボタン

フォルダの並び替えが可能です。降順，昇順の変更もできます。

③メモ欄

各ファイルの下に、自由記述でメモを付けることができます。

解説

体育の授業だけでなく、他教科やクラブ活動等、幅広く使用可能です。

弊社では昭和35年以来、副読本『体育の学習』を発行しています。長い支持の理由には、「何を、どう学習するのか」が一見してわかり、体育を「学習」として成り立たせる機能があることが挙げられるでしょう。しかし一方、体育の特性上「紙」

だけでは理解しづらい場合があることも事実です。そこで、アプリの登場により、「紙」と「デジタル」がそれぞれを補完し合うことを意図しています。次ページ以降では、副読本とアプリを併用した実践と、アプリ監修者による講評をご紹介します。

iPadアプリで、 器械運動の楽しさや喜びを

東京都昭島市立武蔵野小学校主幹教諭 美越 英宣

はじめに

東京学芸大学准教授・水島宏一先生の器械運動の実技研修会に参加したときのことです。私は、「大きな台上前転」を教えていただいていたので、「できる」と思い、技に取り組みました。すると、水島先生から「体を丸めるときにひざを伸ばさないと大きな台上前転にならないよ」とご指導いただいたのです。私は、ひざを伸ばしてやっているつもりでした。iPadで撮影していた方に、私の取り組んでいる動画をすぐに見せていただきました。

ひざが曲がっているのが、はっきりとわかりました。

そこで、ひざを伸ばす感覚を引き出す補助運動に取り組んでから、もう一度チャレンジ。今までにはない「足が伸びている感覚」がありました。「できた!」と実感しました。すぐにiPadで確認すると、ひざは伸びていました。

このときが、iPadとの初めての出会いです。「自己評価」と「実際の動き」が違っていたことに気づきました。

私は技の上達を経験しましたが、児童の中には「やっているつもりなのに……」と、課題につまずいたままで、運動を嫌いになる児童がいます。また、「どうすればできるのだろう?」と、課題がわからず運動をやめてしまう児童がいます。

そんな児童に、技ができる喜びを味わわせることができるひとつの手立てが、iPadアプリ「水島宏一の器械運動アプリ」を活用した授業展開です。

1. iPadアプリを授業に活かすにあたって

私を感じるiPadアプリのよさは、3点あります。

(1)正しい動きを示すことができる

iPadアプリを使うと、水島宏一先生が実際に技に取り組んでいる動画を、選択して見ることができます。

担任や運動の得意な先生などが自主的に動画を作成することがありますが、ポイントが明らかではない場合や、動きが間違っている場合があります。

示範するのが苦手な先生にとっては、アプリの動画が示範の代わりにしてくれます。

<アプリで技を再生すると?>

- ・同じ動きが、自動で2回繰り返されます。
- ・1回目は、通常のスPEEDで流れます。
- ・2回目は、再生のスPEEDがゆっくりになります。大事な動きのところ、画面が止まってポイントが出てきます(写真1)。一時停止することもできます。

これで、児童は動きのポイントを知ることができます。

さらに、画面を止めて、iPadのスクリーンショット機能を使うと、静止画がiPad内に保存できます。それをパワーポイントでコマ送りのように使ったり、静止画を印刷して体育館での掲示に活用したりすることもできます(写真2)。

(2)「なれの運動」、「練習のしかた」がわかる

児童が技に取り組むと、その技に対する課題が生まれます。

課題の解決方法の例は、副読本など以外にも、アプリ内「練習のしかた」から選ぶこともできます。児童は、技ができるようになるための練習方法の一例を知ることができます。

[写真1] ポイント例示イメージ



[写真2] 静止画を印刷して自作した掲示資料



＜「後転」を取り上げる際のアプリ活用場面＞

- 「後転」に取り組むとき。
（＝技に取り組むとき）
- うまくいかなかったところを考えるとき。
（＝課題を知るとき）
- 「練習のしかた」を選んだり（後転は3つ）、
練習を工夫したりして、動きに取り組むとき。
（＝課題を解決するとき）
- もう一度「後転」に取り組むとき。
（＝技ができたり、動きがなめらかになったり
したことを確認するとき）

りますので、毎時間扱ったり、取り上げる動きに
合わせたりすることもできます。

準備運動の後に、「補助の運動がしたいけど、
どんな運動をすればよいかわからない」という場
合にも活用できます。

(3) 時間ごとに動画をフォルダに保存できる

アプリ起動時に「その日の何時間目の授業か」
を選択し、「マット運動」「とび箱運動」「鉄棒運動」
の中から種目を選ぶと、その種目・時間の名前の
フォルダに自動で動画が保存されます。

また、種目につながる「なれの運動」の行い方
も、「運動あそび」という名前でアプリに示され
ています。「支持系」と「回転系」の2通りがあ

2. 実践内容

- (1) 単元内容……3年生・マット運動
- (2) 単元計画……下表参照

時	1	2	3 (本時)	4	5	6
段階	取り組む					発表する
学習内容	○集合・整列・あいさつ ○学習の流れを確認 ○準備運動					
	なれの運動 	・支持系（壁上り下り、腕立て横跳び越し、片足振り上げ など） ・回転系（ゆりかご、背支持倒立、腹ばい飛行機 など）				発表会 （取り組んだ 技から選んで 発表）
	iPad 使用場面 	前転	後転	側方倒立回転	倒立前転	
①副読本を見て、技を知る（前転と後転のみ）。 ②アプリの「技」を見て、取り組む技の「動き」や 「ポイント」を知る。 ③技に取り組む。 ④自分の動きを知り、アプリの「練習のしかた」 から動きを選択して取り組む。 ⑤もう一度「技」に取り組む。						
○整理運動 ○学習の振り返り・まとめ ○片づけ ○整列・あいさつ						

特集 ● 水島宏一の器械運動アプリ

(3)本時(3/6時)の展開 ※は、iPadの使用場面。

後転に取り組もう

- 集合・整列・あいさつを行う。
- 副読本『体育の学習』で学習の流れを確認する。
- 準備運動を行う。
- 「なれの運動」(アプリの「運動あそび」動画)に取り組む。



①副読本『体育の学習』で、後転の技を知る。



②アプリを見て、後転の「動き」や「ポイント」を知る。

③後転に取り組む。

- ・iPadを使って、自分の動きを確認してもよいことにする。



- ・動きができた児童を教師が取り上げ、ポイントを確認。
- ・後転ができるように友達と教え合う。

④自分の動きを知り、アプリの「練習のしかた」から動きを選択して取り組む。

- ・「くんだりざかのマットで」「かさねたマットで(上り)」「かさねたマットで(下り)」の3つの練習例を紹介。

▼プロジェクターを使って、アプリの画面をスクリーンに映す。



- ・後転ができるようになるための練習を選び、場を設定して取り組む。
- ・教師は、「動き」ができれば、他の場に移してもよいことを児童に伝える。

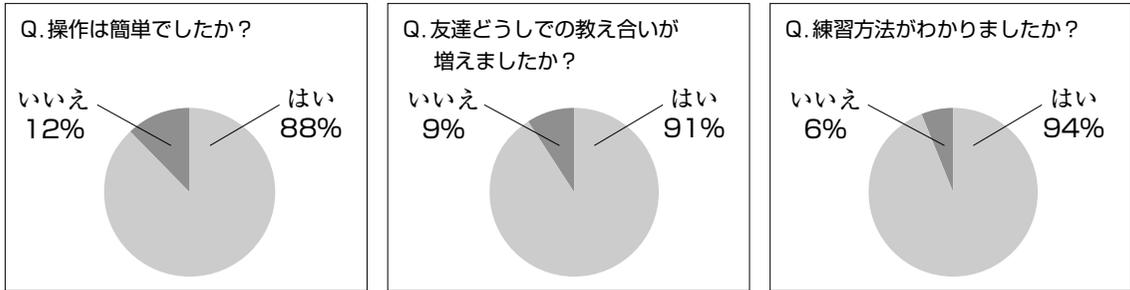
⑤もう一度、後転に取り組む。

- ・iPadを活用して自分の動きを見たり、技ができるように友達と教え合ったりする。



- 整理運動を行う。
- 学習を振り返り、まとめをする。
- 場を安全に片づける。
- 整列・あいさつをする。

[表] iPadアプリを使用した児童の感想



3. iPadアプリを使って

(1) 操作がとても簡単で、デジタル機器の苦手な人でもすぐに使うことができる

3年生の児童が初めてiPadを活用し、33人中29人(88%)が「簡単である」と感じています(上表)。私よりも児童の方がiPadを使いこなしていました。

(2) 大きな画面で撮影したり、確認したりすることができる

技を終えた後に、自分の動きが確認でき、「技ができていますかどうか」「自分がどのように動いているか」を確認することができます。

また、アプリでの水島先生の動きと自分の動きを比較したり、ポイントができていないかを確認したりもできます。

確認した後は、「もう一度やらせて!」と児童は意欲的に取り組んでいました。

そして、友達と協力して撮影することは、友達の動きに目を向けることにつながり、友達との教え合いが活発になったのもよかった点です(上表)。

単元を終えた後で児童にアンケートを取ったところ、もう一度iPadを使いたいと9割以上の児童が感じていました。

(3) 学習がよりスムーズに

今回の授業では、アプリ内で「運動遊び」として示されている「なれの運動」を毎時間取り入れて授業を行いました。児童は、運動感覚が身につく、動きがとてもよくなりました。2つの運動をスムーズに行えば、30人学級では7分程度でできます。「練習のしかた」についても、アプリを見ることでイメージがつかめたようです(上表)。

また、動画撮影機能も、他のアプリを開く必要がなく動画が撮れることで、手間が省けました。児童が以前の撮影動画を見返す際にも、フォルダ

分け保存がとても便利でした。これらをはじめ、iPadアプリを使用したことで、学習が従来のICT教材よりもスムーズに進みました。

おわりに

学習指導要領の「指導計画作成上の配慮事項」には、「児童自らが運動の課題の解決を目指す活動を行えるよう工夫すること」とあります。しかし、先生自身が「児童が課題を感じること」、「課題解決に取り組むこと」を工夫して行っているのが実態だと思います。また、先生の中には、「どうやって課題解決の学習を行えばいいのか」を悩んでいる方もいるかもしれません。

授業でアプリを使用することによって、今までの授業よりも課題解決の学習が容易になり、児童の「思考・判断」の能力が高まると、私は感じています。「思考・判断」の例示(中学年・器械運動)にある4つの内容(下記①～④)の活動に導くことができるからです。

具体的には、アプリの水島先生の技の動画を見ることにより、「①基本的な技の練習の仕方を知ること」、「②基本的な技の動き方や技のポイントを知ること」ができます。また、アプリの「練習のしかた」を見ることにより、「③練習方法や練習の場を選ぶこと」ができます。そして学習を進め、技に取り組む中で、児童が技を習得するための課題を発見します。その時にもう一度、アプリを見たり、技に取り組んでいる自分の動画を見たり、友達と教え合ったりする中で、「④自分の力に合った課題を選ぶこと」ができるようになります。

これらの学習を繰り返す中で、課題解決する児童を育てることができます。

こうしたアプリを活用することにより、技を身につけたり、新しい技に挑戦したりする楽しさや喜びを児童に味わわせることにつながると、私は感じています。(みこし・ひでのり)

iPadを活用した器械運動の授業

—学習者に平等な学習内容を保障するために—

東京学芸大学准教授 水島 宏一

■はじめに

新学習指導要領が全面実施になり、2年が経った。今回の改訂の要点として、「指導内容の確実な定着を図る観点から、運動の系統性を図るとともに、運動を一層弾力的に取り上げることができるようになること」が示された。しかし、このように改訂の要点が示されたところで、この要点を授業に反映させ、子どもたちに伝えることができれば改訂された意味がない。特に体育は、動きが主な学習内容であることから、活字や写真などで表された資料を子どもたちが理解できるように、教師が言葉を介して伝える必要がある。そのためには、教師が学習内容に関して、熟知していなければならない。例えば、子どもたちにかけ算を教えるとき、当然、教師はその問題を解くことができるだけでなく、解き方（指導方法）なども知っているということになる。しかし、実際には技ができずに指導している教師も少なくない。さらに、体育には検定教科書がない。そのため、検定教科書に示されたある一定の教育指針である、単元毎に教える内容や問題の解き方などを参考にできないことから、地域や学校などによって学習内容に大きな差が生じると考えられる。『体育の学習』のような副読本はその点で有用であるが、検定教科書ではないため、全国各地に普及しているわけではないのが実情である。

このように、教師が示範しづらい、指導方法がわからない、検定教科書がないといった体育は、どうすれば地域や学校などに関係なく、学習者に平等な学習内容を保障できるのだろうか。

そこで今回は、そうした体育の課題に少しでも役立つ新しいデジタル教材の提供ができないかと考え、筆者と光文書院で考案した無料iPadアプリを活用して、昭島市立武蔵野小学校の美越先生に

3年生のマット運動の授業をご実践いただいた。

■ICT活用の現状

なお、教育におけるICT活用の現状については、教育の情報化を推進するために、国が「e-Japan戦略」（平成13～17年）や「IT新改革戦略」（平成18年）を立ち上げ、ICT活用を全国に普及させる作業を実施している。2020年までにデジタル教科書が導入できるよう、現在、文部科学省と総務省、経済産業省がデジタル教科書に関する検証を「学校教育の情報化を戦略的かつ一体的に推進する『教育の情報化ビジョン』の策定」という形で進めている。しかし、学校現場においてはICTを活用するためのインフラ整備やソフト、あるいは個人情報など、解決しなければならない問題があり、なかなか普及していないのが現状である。

そのような中、一般的に普及率の高いiPadからICT活用を試みることは、意義あることであろう。

■器械運動アプリの利点

器械運動は非日常的な運動であることから、経験のない子どもたちは、どんな技なのか、あるいは体をどのように動かせばいいのかがまったくわからない。さらに、そのような技を行っても、自分の体が今どのようなになっているのかわかるはずがない。そんなとき、このアプリで動きを撮ることで、自分の動きがどうなっているのかを、その場ですぐに確認することができる。それだけでなく、このアプリでは、技の見本やポイント、練習のしかた、運動遊びなども動画で確認できる。それらが映像で見られることで、言葉では伝えきれなかったことを学習者だけでなく教師も確認でき、両者のための学習教材として有効活用できると考えられる。

また、このアプリはiPad対応かつ無料のため、ICTを活用するうえで問題となっていた、「準備に時間がかかる」「操作が難しい」「使用場所が限られ

る]「ソフト(DVDなど)が高い」なども解決できる。

■授業を観て

今回紹介するのは、マット運動の「後転」の授業である。単元は6時間扱いで、主に前転、後転、側方倒立回転、倒立前転、発表会が行われた(p.9)。

本時の学習の流れは、p.10の通りである。子どもたちの様子を見ると、「なれの運動」は、動画で運動例が示されていることで、特に迷うことなくどんどん活動が進められていた。その後の「技のポイント確認」では、副読本に加え、アプリがプロジェクターで投影された。大切な部分で動画が自動的に止まりポイントが示されるのを見て、子どもたちはポイントをみんなで声に出したり、身振り手振りで表現したりしていた。この確認作業後の「後転への取り組み」では、映像で確認した後転と同じようにできない自分に出会い、「あれ」「やっぱりできない」「わからない」といった声が聞こえてきた。3年生で器械運動を初めて学習することから、この状況は十分起こりうることである。そこで先生が子どもたちを集合させ、もう一度アプリとプロジェクターを活用して、子どもたちがつまづいている部分を解説し、それを解決するための練習方法を学習者全員で共有した。

その後の活動では、練習している子どもどうしでアプリを活用して動きを撮り合い、見本の映像と見比べて「ここが違う」「もっとこうするんだよ」といった、見るポイントや教え合いの言葉が自然に出ていた。また、アプリ内の動画で技のポイントを知ることが事前にできているため、うまく後転ができない学習者でも教え合いの活動ができていた。おそらく今までは、後転がうまくできない学習者が何を助言すればいいのかかわからないために、教え合いが積極的にできなかったのではないか。しかし、アプリを活用することで、学習者の動きに加え、技の見本とポイントの映像が確認できるため、後転がうまくできない学習者でも自信をもって助言ができるようになったと思われる。

このようにiPadアプリを活用して器械運動の授業をすることで、正しい技の動きや技の大切な部分のポイント、技の練習のしかた(場の工夫)などについて、教員と学習者全員が同じ情報を共有できた。今までの授業では、技ができる学習者・できない学習者に対して、それぞれの学習者向け

の情報を与え、学習を進めていたのではないだろうか。その場合、学習者の技能レベルが変化するたびに、その学習者に対して情報を提供する必要がある。しかし、このアプリを活用することで、技ができる学習者は技ができない学習者を教える情報を持ち、技ができない学習者も技の大切なポイントや場の工夫などの情報をもつことができた。つまりアプリによって、教科書のように学習者全員に同じ情報を提供することができ、同質・異質の技能レベル双方の教え合いが可能になった。その結果、今回の授業の活動で見られたような、学習者どうしの教え合いの成立(技のできない学習者が教え合いに参加)につながったのである。

授業でよく「友達どうして教え合いをしましょう!」と促している光景を目にするが、何を教えないといけないのかという情報がわからなければ、教え合いは発生しない。そのためには、教師が技のポイントや練習方法など、的確な情報を知っていなければならない。その情報源が、今回の授業ではアプリだったのである。

■万能ではないデジタル教材—授業者は教師!

ただし、注意しなければならないことは、アプリに示されたことだけがすべてではないということである。学習者1人ひとりのもつ感性が異なることから、例えば見本の映像を見てもわからない学習者は間違いなくいるはずである。これを解決するのは、やはり教師である。この場合については、見本の映像に示されたポイントだけでなく、他にポイントを見つけることができた学習者はいないかなど、学習者に思考を促す発問が必要であろう。また、アプリに示された練習のしかたや運動遊びも、示された例のみ行えばよいというものではない。学習者、そして教師が、実態に応じて思考・判断し工夫していくことも必要である。

しかしながら、体育においてこのアプリを活用することで、教師及び学習者全員が同じ情報を共有することができたことは収穫である。それにより、学習者に平等な学習内容を保障できるだけでなく、技ができない学習者が技のできる学習者に助言をするといった、今回の授業で見ることができたような「今までにない学習場面」を提供できるのではないかと、思えるのである。

(みずしま・こういち:運動学/『体育の学習』編集委員)



座談会：「学力」から体育の授業を考える



司会・国士舘大学教授 **細越 淳二**

日本体育大学教授 **白旗 和也**

東京都昭島市立
拝島第一小学校副校長 **眞砂野 裕**

東京学芸大学附属
竹早小学校教諭 **佐藤 洋平**

■何が変わった!? 新学習指導要領

細越 新学習指導要領が実施され、学校現場における授業の様子や先生方の授業のつくり方、評価の観点などに変化があったかと思いますが、具体的にはどのような変化があげられますか？

佐藤 私は勤務校が学芸大の附属校ということもあり、指導要領実施に先行していろいろなボールゲームを実践させていただきました。現在文京区の体育部に所属していますが、そこではタグラグビーやプレルボールといった、新学習指導要領に取り上げられた新しいボールゲームに積極的に取り組んでいこうという姿勢ができてきていて、うれしく思います。今まではバスケットボールやバレーボールなどを教えなくてはならない、という意識が強く、種目に子どもを当てはめていくような形でしたが、現在は子どもの実態に合わせて種目を選ぶことができるようになってきているところが、とてもよい変化だと思います（資料1）。

細越 新学習指導要領によって、種目が限定されることなく、型をベースに授業を組み立てられるようになったメリットということでしょうか。

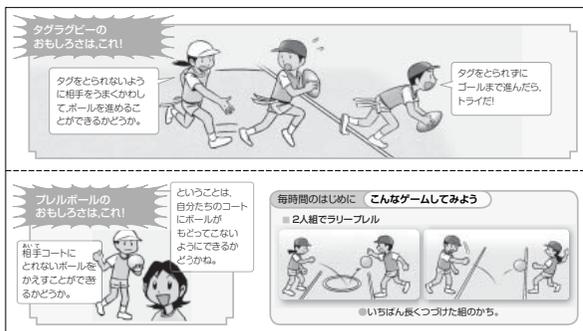
佐藤 そういうことですね。さらに、型に基づい

て既存の種目の特性についてあらためて考えるようになった、ということも大きいと思います。

細越 管理職の立場から、眞砂野先生はどのように思われますか？

眞砂野 佐藤先生のお話は、新学習指導要領の浸透のしかたとして理想的な展開だと思います。しかし一般的には、そこまで体育の授業が変わってきているのだろうか、という疑問があります。確かに教員の中で新しい種目をやろうという気概は生まれているように感じますが、型のよさをまだまだ生かしきれていないように思えます。一方で、今回の改訂における体づくり運動の充実を受けて、体力を高めよう、動きを工夫しよう、ということについての興味・関心が高まってきているように思います。

白旗 学習指導要領の改訂のいちばんのねらいは、指導内容の明確化と体系化でした。現在はそれに合わせて現場で授業が工夫されていると思います。ただし、こうした方針を出しても、それが浸透するには長い時間がかかるでしょう。今回の改訂は、「第一弾が始まった！」というところです。例えば、ボール運動で型を教えるということにして



〔資料1〕『体育の学習3・5年』より
タグラグビーとプレルボール

も、型ごとに整理した意味自体を深く理解していないとできません。そうした理解が深まっていくにつれて、徐々に型を重視した指導に向かっていくのではないのでしょうか。また、指導内容の明確化というのは、指導内容を児童が確実にできるようにならなくてはならない、ということではありません。これからは「どのように指導するか」「何で指導するか」ということが重要となります。新しい学習指導要領の大綱的な方向は「豊かなスポーツライフの実現」です。小学校や中学校といった学校種を超えて、「豊かなスポーツライフの実現」を達成できるような授業をつくれるよう、現在それに向かって現場が進んでいるというのをひしひしと感じます。

眞砂野 「どのように指導するのか」が大事だというのは強く感じます。これから若い先生が増えていく中で、授業の質を保つために、授業モデルをつくって「どのように伝えるか」をパターン化することで「どのように」の部分の質を保障しようという動きもあります。これは確かに一定の成果を挙げているように思います。しかし懸念されるのは、「何を指導するのか」というところで、「児童に技能を教えなくてはいけない」という思いが特に若い世代の先生に強いように思えることです。「豊かなスポーツライフの実現」を目指すには、「何を」という点でもあらためて考えなくてはいけないでしょう。その意味で、「型」で指導することのよさをもっと生かしていける可能性が残されているように思えます。

佐藤 授業モデルに当てはめなくてはいけない、という考えで、授業を当てはめていくだけになってしまうと、先生にとっても児童にとっても、ただやらされる体育となってしまいます。「豊かな

スポーツライフの実現」のためには、スポーツの楽しさを味わわせるということを念頭に置いておかななくてはならないでしょう。

白旗 授業を型にはめるといえるのは、授業を進めるうえでは非常に楽です。ただし、一見すると授業は成立しているように見えますが、そこで「何を身につけさせたいのか」という意図がないと何も意味はありません。パターン化ということは、パターン化したものを流すだけの授業となる危険性があります。そうすると授業の中で技能、態度、思考・判断などが身につきません。「豊かなスポーツライフの実現」のためには、先生方には教材研究や授業計画の意味を考えながら体育に取り組んでほしいと思います。例えばタスクゲームやメインゲームというように、最初から教師が課題を設定すると、教師は楽ですが子どもは学ぶことはできないでしょう。ゲームを通じて課題を見つけていく活動を取り入れることで、思考・判断をする力を育てることになると思います。

眞砂野 全く同感です。以前見たタグラグビーの授業では、相手をかかわす、パスなどのそれぞれの動きを個別に行い、ゲームの時間自体はわずか6分程度でした。一見すると授業はうまく流れていて、教師はうまくいったように思ったでしょうが、そこで子どもたちは何を学べたのでしょうか。こうした授業は、新学習指導要領になった当初は特に多かったように思えます。まずゲームをして、そこから思考・判断をしていく、という流れが、児童にはよいのではないのでしょうか。

白旗 一般的に「体育＝技能」というイメージが強いようですが、学習指導要領には「運動の楽しさや喜びに触れ」という文言があります。技能が高まっても、そうしたものに触れられなくては授業の意味が薄くなります。技能を身につけること自体が目的ならば、特訓をすればいいということになります。しかしその結果、うまくなったけどもうやりたくない、と児童が思うようでは「豊かなスポーツライフ」にはなりません。うまくなったしもっとやりたい、というのが体育の理想であり「豊かなスポーツライフ」に結びつくのです。

■体育における「知識」と「学力」

細越 それでは、「体育の学力」とは、どのような枠組みや要点で考えることができるのでしょうか。



白旗 調査官のときに、文部科学省においても「体育は何を学ぶ教科なのか」ということを問われることがあり、現場でもそうした疑問は多いようです。では、「体育は何を学ぶ教科なのか」というと、やはり学習指導

要領内に規定されているとおり、技能と態度と思考・判断です。それらのことを運動を通して学ぶということが、体育の学力においては大切です。例えば、器械運動を通じて練習方法を考えたり相互に教え合ったりすることで、技能だけでなく態度や思考・判断を身につけることができるということです。

眞砂野 ベテランの先生ほど、体育を児童理解や学級指導などとセットで考えている人が多いように思えます。それに比べて若い先生のほうが、体育の授業で技能に特化して教えなくてはいけないということを感じているように思えます。

佐藤 私もそうした違いがあるように感じています。教育実習生が来ると、技能を教えたがる場合が多いですが、それだけをやっていると児童はただやらされているだけになります。なぜこの種目をするのか、この種目をやったり見たりしたときにどこが楽しいのか、ということを考えて伝えていかなくてはならないと思います。

細越 佐藤先生は、体育の授業でほかに児童のどのいったところを見取ろうと思ってますか。

佐藤 できる・できない、勝った・負けたなど、体育はよくも悪くも結果が目に見えやすいものです。そこで、それらの結果に対する態度面での育成や指導というのが、体育では重要だと思います。

眞砂野 結果が目に見えやすいという体育の特性上、「学力」というと「学んだ力」、すなわち結果を重視しがちになっています。しかし、態度や思考・判断にかかわる「学ぼうとする力」「学びとる力」などの学力も見取っていかねばならないでしょう。この点においては、他教科の方が進んでいる感じがします。

白旗 体育は1教科で「確かな学力」「豊かな心」「健康な体」の全てをカバーできます。しかし、今はどれも不十分で、特に「確かな学力」、とり

第3節 第5学年及び第6学年の目標及び内容

1 目標

- (1) 活動を工夫して各種の運動の楽しさや喜びを味わうことができるようにするとともに、その特性に応じた基本的な技能を身に付け、体力を高める。
- (2) 協力、公正などの態度を育てるとともに、健康・安全に留意し、自己の最善を尽くして運動をする態度を育てる。
- (3) 心の健康、けがの防止及び病気の予防について理解できるようにし、健康で安全な生活を営む資質や能力を育てる。

[資料2]新学習指導要領の2年単位の目標と内容

わけ課題解決能力の育成が問題でしょう。課題解決能力は本来、試行錯誤の繰り返しで身につくものです。しかし時間にゆとりが無いこともあり、教師が最短距離で学習を進めようとしていると、そうした試行錯誤の繰り返しは難しいでしょう。学習指導要領の内容の取り扱いには2年単位なのだから、学習計画を立てるときも2年単位で立てる方がよいと思います(資料2)。

細越 実際に授業をする中で、児童の思考・判断を見取ったり伸ばしたりするために、どのようなことに気をつけていますか。

佐藤 児童が自分で考え、気づくことができる時間と場を教師が設定してやるのが大事だと感じています。最初から細かく与えるのではなく、大枠を与えて児童の気づきが生まれる授業をつくり、そして児童が試行錯誤しながら授業やゲームを変えていくといったことが大事だと思います。その中でさらに、児童がどうしたいのかという思いもくみ取っていければと思います。

眞砂野 教師が体育を指導する中で難しいと感じるのは、「時間・空間・仲間」という3つの「間」の扱い方がほかの教科と違うからでしょう。そこに子どもの思いを入れようとするのはおもしろそうですが、実際は相当難しいと思います。また、白旗先生がおっしゃった2年間単位で考える、ということはとても重要なことです。特に技能だけでなく、思考・判断についても系統性をもたせて引き継いでいかなくてはならないと思います。

白旗 以前に見た授業で、体育の前年の指導内容が引き継がれていないという場合があります。次年度へのある程度の見通しをもって、引き継いでいくことが児童にとって重要でしょう。そして児童がゆとりをもって試行錯誤していける授業をつくっていくためには、引き継ぎなどに関しても改善の余地があると思います。

細越 実際に2年間の枠で指導計画を立てている



学校は増えてきているのでしょうか。

白旗 私が関わった学校では、そうしたところは多くなってきています。また、全国の教育委員会にも助言してきました。ただ、2年間というくらい方々や進め方をこれまでしていなかったのが、実践にあたっては教師自身の試行錯誤が大きいようです。

細越 今回の改訂で、「知識」という部分の扱いについてはどのように考えられていたのでしょうか？

白旗 小学校における「知識」をどう扱うのか、という点は時間をかけて議論されました。そして、児童の感覚的・体験的な知識を評価することは難しい、ということで、今回は学習指導要領に入れることは見送りとなりました。次の改訂では体育における知識の扱いが焦点の1つとなるでしょう。

眞砂野 私は、「その運動を楽しむために知っておくべきこと」としての「知識」を、指導要領に入れるべきだとは思っています。学年や領域の制限はあるかもしれませんが、例えばバレーボールなどのネット型のゲームでは、作戦を楽しむためにセッター役が重要です。その際に、セッターはネットに背を向ける位置に立つと作戦を実行しやすい、といったことは、早い段階で知識として教えてしまっていていいと思います（資料3）。それが子どもの気づきを阻害するものにはならないと思いますし、限られた時間の中で運動の楽しさを味わうためには知識として伝えておくべきことでしょう。そしてそれは、日本どこでも同じように伝えるべきことだと思います。

佐藤 私はそのような形になると若干危険なよう

に思えます。児童によってはネットを向いた方がやりやすいこともあるでしょうし、知識として教えるということになると、教師が「これが正しい形なのだから、そのようにやりなさい」と強制になるのが怖い。そのため、知識の幅や教えるべきことに弾力性をもたせないと危険でしょう。

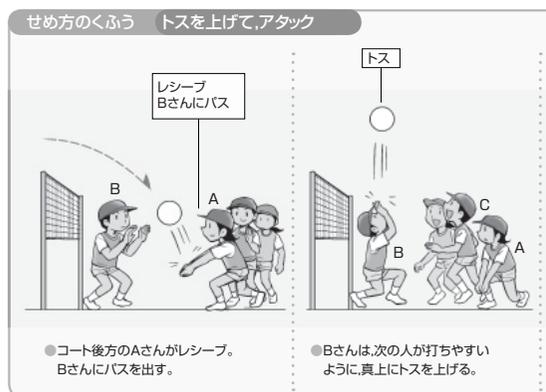
眞砂野 それでも、おもしろさを味わってもらうためにおさえなくてはならない事項はあると思います。そうした必要最低限のスタンダードな教えるべき知識は定めるべきでしょう。特に体育を専門としていない先生でも変わらずに指導できるようにするために、必要なことだと思います。算数のおもしろさを体感するために、まずは九九を暗記し、次にそれを使って文章題などを解いていくように、小学校の6年間の中で最初は思考・判断の末に得た知識が、さらなる思考・判断に使えるようになる、というように、意図的に知識と思考・判断を引き継いでいかねばならないのだろーと思います。技能以上に、思考・判断の視点で系統性や身につけた事項にも気を配らねばならないのではないのでしょうか。

佐藤 算数で「なぜそうなるのか」ということを重視するように、体育でも知識や方式だけでなく「なぜそうなるのか」「なぜそうなのか」ということを考える力を身につけさせねばならないのだろーと思います。

白旗 小学生にとって学習のしかたや、ゲームのルールなどは知識としておさえおく必要があります。ただし小学校の段階では、客観的な知識としてまとめる必要はありません。それよりも「コツ」や「知恵」などを大切にします。中学ではそれらを合理化して体系化して、大人になっても使える一般化された知識としています。

細越 「豊かなスポーツライフ」ということを考える際に、小学校・中学校・高校の連携が大事だと思いますが、実態としてどうなのでしょう。

眞砂野 指導要領の改訂で連携が重視されていて、その趣旨はとても大切です。ただ、実際は小学校の中ですらつながりがうまくいっていません。そ



[資料3]『体育の学習4年』より
バレーにおける作戦の立て方



して、小学校と中学校の間でもつながりが切れているという実態もあります。そうすると、指導要領以外の形でそうしたつながりを共有できるような資料があればいいのではないかと思います。

佐藤 「豊かなスポーツライフ」という概念を理解していないと、中学校とうまく連携が取れていないときに、小学校の方では「中学に備えてバスケやサッカーをやらない」となってしまう場合があります。私の勤務校は幼稚園から中学校までがつながっているのですが、その中で共有化を図っています。例えば中学校でバレーボールをする際に、サーブレシーブがうまくいかず、ネット型の特性が味わえないときは、小学校のキャッチバレーボールのノウハウを取り入れるなどしています。それぞれが概念を共有していけないと連携は難しいでしょう。

眞砂野 ある小中合同の研究会では、最初、中学校の先生はキャッチを入れたバレーを嫌がっていました。しかし、バレーの楽しさについて考えてもらい、キャッチを入れてもバレーの楽しさが損なわれるわけではないということを理解すると、キャッチを入れることを納得してくれました。「型」を大切にするためにも、このような感じで、「運動の楽しさ」というものをもう少しみ砕いて広めていくことが重要になるでしょう(資料1)。

佐藤 話し合いの場があっても互いに伝えきれなかったり、そもそも場が少なかったりという状況もありますからね。



児童の学力を保障する拠り所はどこか？—細越先生

■体育の学力を保障する

細越 すると、小学校と中学校をつなげるためにも、学力を保障するためにも、教科書のようなものがあつた方がよいということですか？

眞砂野 そうですね。どの先生も体育を専門にしているわけではないので、そうした先生方の拠り所となるものが必要でしょう。そしてその中で、学校種を超えた系統性や、2年間単位で学習計画を考える方法などが伝えられると思います。

細越 現在体育には副読本が存在していますが、予算の都合などから全国一律で使用されているわけではありませんからね。そういった意味では、副読本ではなく教科書だと確実に全国に行きわたるので、より確かな拠り所になるのではないかと思います。このように考えたときに、例えば体育の教科書として、どういった内容や特徴があると使いやすいものになると思われませんか。

佐藤 今の「型」をベースとした内容がよいのかという話にもなりますが、例えば教科書には「ゴール型」のように型に関する概説や知識のみが載っていて、社会科でいうところの資料集のようなものにその具体的な内容や例示が載る、という形式も考えられると思います。そういった形でなく、教科書で具体的な種目まで取り上げるようになってしまうと、例えばある会社の教科書ではサッカーを取り上げているが、別な会社では取り上げていないためにサッカーができない、というようなことになってしまうのではないのでしょうか。

眞砂野 体育の場合は学年別でなく、領域別の教科書があると使いやすいように思えます。特に学年間や小学校と中学校の間での引き継ぎに関してはその方がやりやすいでしょうね。しかし、一方で、年間計画順に構成されている学年別が使いやすいのかもしれませんが。

白旗 実際に中学の教科書では学年別でなく、理科第1分野、第2分野のようになっているものがありますので、体育でもそうした可能性は考えられると思います。

佐藤 懸念事項としては、特定の領域だけ分厚くなってしまふということがあるのではないのでしょうか。水泳や陸上などは、あると便利ですし、拠り所にできると思います。しかし、例えば、ボールゲームだと分量が多くなり過ぎてどれを選んで



いいかわからなくなりそうです。そして結果的に、今までやってきたことをそのまま続けるということになってしまいそうです。

眞砂野 また、教科書に書いてある通りにしかやらない、ということも出てきそうですね。書いてあることを書いてあるようにできることを目指すというのは、豊かなスポーツライフの実現とは違うでしょうし、そういったことは避けたいですね。

白旗 そうしたことを防ぐためにも、やはりこういった教科書がよいのかを考えなくてはならないですね。例えば、国語では授業のための材料として作品が載っている、算数では考え方や答えなどが載っていて授業の進め方まで提案している、理科は実験のための内容で、社会科では資料集のような構成となっている。今後、体育の教科書を考えていくならば、どのような内容や構成にするかをしっかりと考えていかねばならないでしょう。また、教科書を作る必要性やメリットを証明できるだけの根拠も示していかなければならないと思います。

細越 教科書の必要性を示す根拠といいますと、そのひとつに今年度行われる体育の学力調査があげられるかと思います。それについてはいかがでしょう。

白旗 国レベルでは、今まで他教科が学力調査を行ってきている中で、体育だけ学力調査を行ったことがありませんでした。しかし今年度は、体育も学習指導要領の実施状況調査として行われることになりました。調査を通して、児童が知っていることと知らないことが明らかになるでしょうから、知識についてもクローズアップされると思います。そして、その結果を元にして次の改訂作業に取り掛かることとなるでしょう。

眞砂野 今の話を聞いて、現状として学習指導要



体育の教科書の可能性について語る—白旗先生

領以外に拠り所がないのに、思考・判断などをどのように評価することができるのか、という点はやはり不安ですね。必要性については納得できそうですが、だからこそ難しいようにも思えます。豊かなスポーツライフを目指すという一方で、こうした調査があると、どうしても実態と乖離する部分が出てくるのではないのでしょうか。

白旗 関心・意欲・態度などと結びつけて総合的に検討すると、児童が身につけた力が見えてくると思います。評価をするのが難しいというのがありますが、授業では評価をしているわけですから、体育では難しいと言っていると、体育だけ他教科から切り離されて考えられてしまいます。体育としてしっかりと他の教科と同じ土俵に立って、真剣に見直していけないといけないでしょう。

細越 これからの体育を見据えて何を考え、何を確かめなくてはいけないのかということが見えてきたように思えます。最後に、これからの体育についての抱負をお願いします。

佐藤 本日は参加できてよかったです。共感できる部分もたくさんありました。また、「運動の楽しさや喜びに触れ」というところで、これまでの自分の授業づくりが間違っていなかったと勇気づけられました。難しいとは思いますが、児童と対話しながら気づきや思いを反映した授業をつくっていければと思います。

眞砂野 今日は思考・判断の内容と系統性について考えさせられました。すべての授業を見ることはできませんが、管理職として校内の系統的な引き継ぎがなされていくかを注意していかなければならないと感じました。

白旗 最初に「豊かなスポーツライフ」という大きな話をしましたが、運動と各個人が無理なくつき合っていける友達のような関係ができればよいと思います。教師自身がより体育を好きになって、豊かなスポーツライフを実現し、その体験と感動を児童に伝えていけるというのが理想です。

細越 本日はどうもありがとうございました。■

言語活動を深めることで、 教室にスポーツ文化が花開く授業づくり

大阪府泉大津市立条南小学校 大達 雄

1. 豊かなスポーツ体験と「語り（ことば）」

いい体育授業とは、どのような授業か。それは、子どもたちが、それぞれの運動の特性に触れ、夢中になっている授業である。

子どもたちが夢中になった「いい授業」が展開されたときは、授業後も余韻が残る。子どもたちが口々に「ああすれば、よかった」、「次はこうしよう」と教室に帰る道すがら、興奮冷めやらぬ様子で語る。野球にのめりこんだ大人たちが、昨夜の野球中継について熱心に「語り」たくなるように、子どもたちもまた、あるスポーツ文化の魅力に触れたとき、「語り」たくなるのだ。

豊かなスポーツ体験が「語り（ことば）」を生む。そして、仲間とともに「語り合う」ことで、子どもたちは運動のイメージをより確かなものにしていく。ならば、子どもたちの「語り（ことば）」を充実させることで、運動の世界をより豊かなものにすることも可能なのではないか。

「ことば」を明確にすることで、スポーツ体験と「語り（ことば）」が相互に良質の作用をもたらす。ここで紹介する実践は、そのようなことを意図したものである（図1）。

また、スポーツについて「語る」ことが、集団のスポーツ熱に火をつける起爆剤となるという可能性も見逃せない。学習者をスポーツ体験に動機づける、という意味においても、「語り（ことば）」を充実させることの意義があるのではないか。

ともあれ、「ことば」を豊かにし、運動の世界を豊かにすることを本実践では狙っている。それはまた、「自己・他者・モノ」という3項図式に対して、「ことば」という第4項を投入して「自己・他者・モノ」の関係にはたらきかけ、文化的営みとしての運動の世界を一層拡大しようという試みでもある（図2）。

2. マット運動「側転の説明書作り」の実践

このような意図のもとに行った実践である、3年生のマット運動の授業づくりを紹介する。

「語り」を充実させるための手立てとしては、「説明書作り」という言語活動を取り上げた。なお、理由は後述するが、マット運動のうち「側方倒立回転」（以下「側転」）のみを中心に取り上げた。

（1）運動の特性

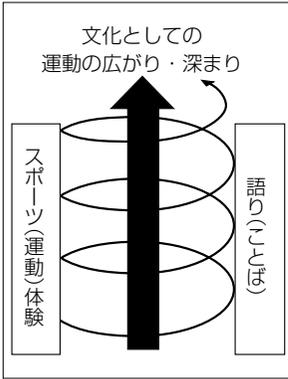
達成型の特性がよく知られているマット運動だが、本実践では達成型の特性を以下のように捉え直した。ここで重視した特性とは、技や課題に対し、仲間とともに自らの身体と向き合いながら、「手の着き方はこうしよう」などと考えたり、工夫したりする中で感じる「試行錯誤すること」の楽しさである。こうした試行錯誤する楽しさを味わわせるために「ことば」や「語り」の力を活用したいと考えたのである。

なお、「試行錯誤すること」の楽しさとは、

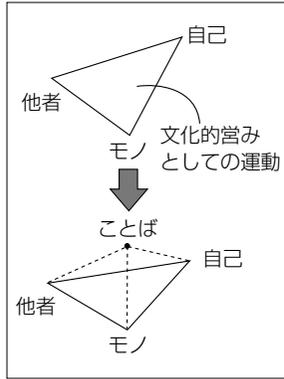
- ①指導者の指示通りに動くだけでなく、自分の体の動きを客観的に見つけ、よりよい動きを自分なりにイメージしたり、よりよくできる方法を考えたりすること。
- ②自分なりにイメージした動きや、よいと思う方法を実際に試してみること。
- ③仲間の動きをしっかりと見て、考え、思ったことを仲間と共有すること。
- ④クラスに「ああでもない、こうでもない」と「側転」を通じたコミュニケーションが起こること。

などがあげられる。特に子どもたちにとって「あこがれの技」である側転は、その「試行錯誤」の余地が大きく、豊かな活動になると考えた。

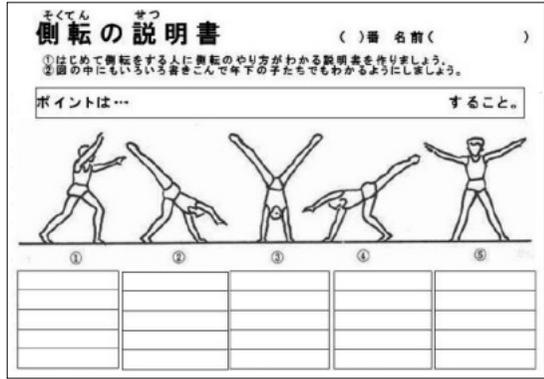
【図1】ことばと体験の関係



【図2】運動の世界を拡大する



【図3】「側転の説明書」の用紙



(2) ルートは違っても、1つの山をめざそう！

— 学習課題を「側転」に限定した理由

マット運動の実践では、自己の能力に適した課題を選択させることを狙い、「前転」「後転」「側転」といった技の中から、子どもたちに技を選択させる取り組みが広がっている。しかし、そのような形態は、活動や子どもたちの意識が分散した授業に陥りやすい。

それは、例えば技を選択した小グループの中で「語り」が閉じてしまうからであり、それぞれの学習体験が異なるため「ことば」がクラス全体に共有されにくいからである。

そこで、学習課題を「よりよい側転ができること」に限定した。ただし、その中で、子どもたちは、自分でよりよい側転ができるよう考えながら、その課題に応じた練習方法や練習の場を選択できるよう場を設定した。

「語り(ことば)」を充実することで、文化としてのマット運動の広がりや深まりを目指す本実践においては、いくつもの山(「前転」「後転」「側転」…)をバラバラに目指すより、同じ1つの山(「よりよい側転」)を目指し、様々なルート(練習方法や場)を試行錯誤しながら登っていくほうがよいと判断した。

(3) 国語科レポート作り単元を活用して

「側転の巨大説明書を作ろう」

本実践の単元名は「側転の巨大説明書を作ろう」とした。なお、体育の授業時間だけで十分な言語活動を行うことは難しいため、国語科のレポート作りの単元を活用し「側転の説明書」を作る、という作業を行った(図3)。

説明書は、表1の①～③のことを意識して作成することとした。

【表1】説明書を作る際に気をつけること

- ① 年下の子どもに教えるつもりで考える。
- ② 作った説明書は、直後の体育の授業で試してみ、みて有効性を検証する。
- ③ 最初は個別に説明書を作り、次に班、そしてクラス全体の説明書へと共有化していく。

このような作業を通じて動きをまず自分なりにことばにおきかえることで、側転の動きのイメージをより確かなものにしていくことをねらった。

さらに、班やクラスで共有化する過程でクラスの仲間とコミュニケーションしながらよりよい動きや、練習方法を考えさせ、側転の練習に取り組ませた。

(4) 「側転の説明書作り」活動の実際

やってみる=今ある力でチャレンジ

○今ある力で、さまざまな場での側転の練習にチャレンジする。

○側転の説明書作りを行い、自分なりにポイントを説明することばをもつ。

まずは、基礎感覚づくりとして「カエルの足打ち」などを行い、「かべ倒立の場」、「川とびの場」、「ゴムひもの場」などいくつかの場を用意して側転(に近い動き)を体験した。35名の児童のうち、初めから腰の上があった側転ができた児童は数名、20名は側転が初体験とのことだった。

少しずつ側転に近い動きをする児童が見られるようになったところで、国語の単元としての「側転の説明書」作りの授業を行った。初めは撮影した1人ひとりのビデオを見ながら、それぞれの課題をみんなで確認した。

その後、資料を見ながら側転のポイントを1人ひとりに考えさせた。その際、「年下の子に側転

のやり方を説明する」ことを強調し、資料を写すのではなく自分なりのことばを大切にしよう指導した。市内の図書館まで行って側転のポイントを調べるなど、子どもたちは説明書作りに熱心に取り組んでいた。

ひろげる＝仲間と共有する

○友達の「ことば」をヒントに、よりよい動き方や練習のしかたを意識したり考えたりしながら、側転の練習にチャレンジする。

○グループで「側転ができる魔法のことば」を考えたり、クラスで「側転ランド」をつくることで、クラスで共通の「ことば」が語られるようにしたりして、側転のイメージを共有する。

自分なりの「側転の説明書」の完成直後の授業、子どもたちの様子に大きな変化が感じられた。

まず、体育館に着くなり練習をしだすなど子どもたちのモチベーションが大きく変わった。また、授業中の子どもたちどうしでの教え合いがとても活発になった。また、「手の着き方違うで」、「(手を着いたとき)マット見てへんからあかんねんで」、「先生足曲がってない？」などと、具体的な動きの「ことば」が語られるようになった。授業者の予想以上の「ことば」の力を実感した。

ふかめる＝仲間とともに練り上げる

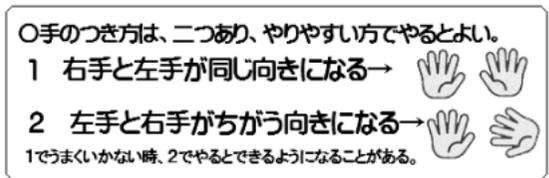
○クラス全体の「説明書作り」によって、より確かなものとなった側転のイメージをもとに、仲間とともによりよい動き方や練習のしかたを意識したり考えたりしながら、側転の練習にチャレンジする。

○クラスで1つの説明書「巨大説明書」を作り、共有したイメージを深める(図5～7)。

授業が進むにつれて子どもたちの動きは、よくなっていった。教室で「巨大説明書」の話し合いの際、2番目に着く手の着き方について、意見が分かれた。

そこで、両方の手の着き方を実際に体育館で試してみるようになった。授業者としては「2」の着きの方が回転しやすく合理的に思えたが、「1」派の子どもたちは「年下の子にわかりやすく、やりやすいのは手をそろえて着く1のやり方だ」と言って譲らない(図4)。この日は市内の研究授業で授業者としてはどちらかに決着をつけ

[図4] 2通りの手の着き方



るつもりだったのだが、両者譲らず、結局、巨大説明書には「やりやすい方でやる」と両方の説明を表記することになった。授業者は戸惑ったが、子どもたちの1つひとつの動きへの強い思いが感じられ、この授業をやってよかったと感じた。

3. まとめ

少し大げさだが、授業者の当初の願いは「教室にスポーツムーブメントを巻き起こしたい」ということだった。

技能の向上にこだわる指導者が多い中、「上手くなくても好きになってくれれば」というスタンスで始めたこの実践。しかし、一旦「やる気」に火のついた子どもたちの成長ぶりは目覚ましいもので、技能面も飛躍的に向上し、単元終了時には全員が腰の上上がった側転ができるようになっていた。

単元の終わりには、子どもたちから「先生、最後に側転でみんなでリレーがしたい」との提案があった。マットなどなくてもあちこちで側転を楽しむ子どもたちを、とても頼もしく思った。もちろん、「側転リレー」をみんなで楽しんだ。

2学期の個人懇談。「畳の上で毎日のように必死に練習をしていた」といった各家庭での側転エピソードをたくさんの保護者から聞かせていただいた。子どもから「こうやったらええねん」と一生懸命側転のやり方の指導を受けたというお母さんもいた。

教室や学校を超えて、地域や家庭に持ち込まれる側転の「語り(ことば)」の広がりに気づき、また、うれしくなった。

日常の中で、スポーツが「語られる」ことの豊かさや楽しみ。そのような面もスポーツの大切な魅力の1つに違いない。体育の授業時間で完結するスポーツではなく、体育館やグラウンドを飛び越えて、人と人をつなげるスポーツの魅力を、今後も子どもたちに伝えられればと願う。

(おおたつ・ゆう)

[図5] 巨大説明書「まほうの合言葉」

まくてん せつ
側転の説明書 泉南小学校3年3組せい作

1 側転ができるようになる、まほうの合言葉
側転ができるようになるには次の言葉をとなえながらやるとよい。

K パッ シ(足) 「足」

※ポーズから、手、手、足、足と順についていくことが大切である。

[図6] 巨大説明書「側転の説明」

① ② ③ ④ ⑤

足がよーくあが りつばら、おいをつける。 前にすまむよう にふみだす。

かた足を上にブツ 足がまがらないように する。 せなかをピンとのは 足を大きくひろげる。 顔はマットを見る。 ひしはまげちゃだめ。 足の裏をマットにつけて 足で踏む。

手の近くに足を置く とバランスがよい。 右手(左手)をつき はずす。 両足同時につかない で片足ずつおろす。 さしにこまでふらふら したらダメ。

ドッカーンのポーズ (大の手)でおわる。 シヤキと手と足を ひらく。 ふらふらしないで 止まる。 おしひはじめんにつ げず、せ中はさいこ までのはずす。

【まほうの合言葉】
○まはわすまない
○まはわすまない
○まはわすまない
○まはわすまない
○まはわすまない
○まはわすまない
○まはわすまない
○まはわすまない

○手のつか方は、二つあり、やのやしのついでやるとよい。
1 右手と左手が同じ向きになる
2 左手と右手がちがう向きになる

[図7] 児童が作った「側転ランド」の説明書の模式図

側転ランド (側転練習場)
側転がうまくなるには、次のような場所で練習をするとよい。番号順にやり、うまくできないところはしっかり練習しよう。

① さか立ち
効果…手が曲がらないようになる
手きたえマット (壁倒立) 23人

② イノシシとっしんランド
効果…わからないが楽しい

③ 川とび
効果…側転に近づける
かえるピョンピョンランド (腕立てと川とび越し) 12人

④ 手え手え足足マット 効果…手や足のつきかたがわかる
左手から
右手から

⑤ アカ玉みなアカンマット 効果…地面を見てできるようになる
● 地面の赤玉を見たまま側転する

⑥ 側転つなわたりランド 23人
効果…がたがたにならんようになる。

⑦ 足でリンリンランド (足をゴムにひっかけるようにする) 28人
効果…足が高く上がる。

⑧ ぐるぐる側転マット (自由に側転をする)

⑨ ゴムに当たるなマット (ゴムをとび越す) 25人

⑩ かべのぼりランド (壁のぼり倒立)

[表2] 体育科および国語科の学習過程

時	1	2	3	4	5	6	7
	基礎感覚づくり						
体育科	やってみる 基礎感覚づくりと側転	ひろげる 自分の側転説明書を意識して練習する	ひろげる 合言葉がよかったか確かめながら練習	ひろげる 練習場がよかったか確かめる	ふかめる 説明がよかったか確かめる	ふかめる 説明がよかったか確かめる	まとめ
国語科		個人での説明書作り	班での説明書作り		クラスでの説明書作り		



“人生100年時代”のスポーツ

ジャーナリスト 岡崎 満義

変化のシンボルとしての二刀流

久しぶりにケタはずれの怪物が出現しそうな予感で、ワクワクしている。日本ハムファイターズのルーキー大谷翔平選手である。男の顔はすべからく鬼瓦おにがわらの如くあるべし、とと思っている私にとっては、大谷少年の顔はツルリと卵形のイケメン風かつ草食系的であるのが、少々違和感のあるところだが、しかし、ギラついていないところにかえて底知れぬマグマの存在を想像させるようでもある。21世紀のスーパー少子高齢化社会、人生100年時代の牽引車は、案外こういうヤサ男的な風貌の持ち主かもしれない。

18歳の少年について「二刀流は是か非か」などというこれまで聞いたこともない話題が、シーズン前からこんなに取り沙汰されるなんてことは、初めてのことだ。長年、日本が磨き上げてきた“スモール・ベースボール”が、WBC3連覇ならずで一頓挫し、スター不在も手伝って、日本野球にどことなく閉塞感が漂いはじめた今日、その視界を閉ざす霧を吹き払うのは、破天荒な若い力かもしれない。既成の技術を丹念に磨き上げるよりも、既成概念をあざ笑うような新しい原理原則と方法論を編み出すしかないのかもしれない。大谷少年はマウンドに登ればあっさり157キロのスピードボールを投げ、ライトを守ればレーザービームの肩を見せ、バッティングでも大きなホームラン・アーチをかけて見せる。明治時代、野球が日本に広まりだしたころ、正岡子規が詠んだ「今やかの三つのベースに人満ちてそぞろに胸の打ち騒ぐかな」という短歌を、久しぶりに思い出させてくれた。

評論家などプロ野球の専門家の間では、二刀流を危ぶむ声の方が多いようだ。投手で4番打者というのはアマチュアでも高校野球止まり。半年で144試合もあるプロ野球で、二刀流などうまくいくわけがない。プロ野球はそんなに甘くない。疲労の蓄積、怪我などでアブハチ取らずになるかも

しれない。まず、投手の一刀で始めて、ある程度の成績をあげてから次の別の一刀＝打者に専念すればいい、という専門家が多いようだ。あり余る才能をムダ使いしないで、なるべく長く堅実な選手生活を続けてほしい、という期待であろう。現役時代、投手で50勝、打者で1000本安打を達成した関根潤三さんも「両方同時にやったとき、規定投球回にも規定打席にも到達しなくなる可能性」が気がかりだ、という。

話はあらぬ方向へ飛んでしまうが、最近、ある学者が「余命別選挙制度」を提案している文章を読んだ。人口は減少するが高齢者は増える。しかも選挙となると若年層の投票率は高齢者よりはるかに低い。つまり、今の世の中は高齢者の意見がまかり通って、若者の声は政治を動かすまでに至らない。そこで年齢別に余命の長短によって1票の重さを変える。今は地域の過疎過密によって1票の重さが違うのを、地域の人口比によってなるべく平等にしようとしているが、余命別選挙なら例えば20歳は80歳の4倍の力をもつように調整すれば、未来を生きるのは若者だから、その意見がより正しく反映される、というのであろう。少子高齢化社会では、現在から未来への時間を考えれば、余命別はより民主的な方法といえるかもしれない。

世界一のスーパー少子高齢化社会ではこういう一見突拍子もないアイデアを提出しなければ、既成のやり方の延長線上をたどっていただけでは社会は活性化していかないと思う。

大谷選手の本格的二刀流も、いわば少子高齢化社会の中のプロ野球の、新しいあり方へのチャレンジのひとつだと思うのだ。スポーツは人類が発明した最大の公共財である。今やスポーツはどのような社会にも受容され、愛されるのだが、受容のしかたはいろいろだ。その社会に生きる人たちの幸福を増す方向にスポーツは動いていく。生涯

スポーツという考え方もあれば、若者の冒険的挑戦的なスポーツもある。新しい原理原則と方法論を開拓することが、スポーツの幅を広げ、社会とのかかわり方が変わり、ひいては社会そのものの変化をうながすきっかけともなる。「二刀流」はそのシンボルのひとつだ。

本能的に大胆に、というメソッド

そんなことを思わせる出来事がもうひとつあった。平成24年度ミズノスポーツライター賞の優秀賞に、ノンフィクションライターの高橋秀実さんの『「弱くても勝てます」開成高校野球部のセオリー』（新潮社刊）を選んだことだ。この本の面白さをひと言でいえば、旧制中学・高校の甲子園野球100年で築いてきた指導方法、戦術、作戦などを根本からひっくり返してしまった点にある。毎年200人ほど東大入試の合格者を出す日本一の超進学校・開成高校の野球部は、東大野球部出身の青木秀憲監督（同校保健体育教諭）の誠にユニークな指導理論の下、週1回しか使えないグラウンドでの練習、それも主として打撃練習のみで試合にのぞむ、というチームである。

「（守備を）すごく練習して上手くなってもエラーすることはあります。逆に、下手でも地道に処理できることもある。1試合で各ポジションの選手が処理する打球は大体3～8個。そのうち猛烈な守備練習の成果が生かされるような難しい打球は1つあるかないかです。我々はそのために少ない練習時間を割くわけにはいかないんです」

「打撃で大切なのは球に合わせないことです」

「球に合わせようとするとスイングが弱く小さくなってしまいます。タイミングが合うかもしれないし、合わないかもしれない。でも合うということを前提に思い切り振る。空振りになってもいいから思い切り振るんです」「彼らはいいいスイングを持っています。せっかくのスイングを僕はチームの事情などで小さくしたくない。スケールがもっと大きくなる可能性があるのに、その成長を止めたくないんです」

「思い切り振って球を遠くに飛ばす。それが一番楽しいはずなんです。生徒たちはグラウンドで本能的に大胆にやっていいのに、それを押し殺しているのを見ると、僕は本能的に我慢できない。たとえミスしてもワーッと元気よくやっていれば、

怒れませんよ。のびやかに自由に暴れまくってほしい。野球は『俺が俺が』でいいんです」

「俺たちは小賢しい野球、ちょっと上手いとかそんな野球はしない。自分たちのやりたいことを仕掛けて、そのやり方に相手を引っ張りこんでやっつける。俺たちは失敗するかもしれない。勝つこともあれば負けることもあるけど、勝つという可能性を高めるんだ！ これなら国士舘や帝京にも通用するんだよ！」「今の学校教育はムダをさせないで、役に立つことだけをやらせようとする。野球も役に立つということにしたいんですね。でも果たして、何が子供たちの役に立つのか立たないのかなんて我々にもわからないじゃないですか。社会人になればムダなことなんてできません。今こそムダなことがいっぱいできる時期なんです」

部員が26人いれば26通りの練習がある。強い気持ちでプライドを持って、と主張する青木監督の指導法は、これまでの甲子園の強豪校の監督が聞いたら、わが耳を疑うようなハチャメチャ野球と思うだろう。ドサクサにまぎれて10点取り、7回コールドゲームで勝って体力を温存する、などという発想は、甲子園常連校の監督からは笑止千万ということになるだろう。

昨年秋、桜宮高校のバスケット部主将の“体罰”による自殺事件、女子柔道の暴言暴力事件などの大きな広がりを見ていると、体罰、暴力、虐待は、学校体育、スポーツ界の長年にわたる宿痾^{しゆくわ}であって、日本の男社会の奥深いところにとぐるを巻いた性向で、簡単に無くなるものとは思えない。本当に体罰を無くしたいならば、開成高校野球部のメソッドがキチンと認められるようになるしかないのではないか。

さらに言えば、甲子園出場、甲子園で優勝することを、選手にとって最終的な目標にしてはいけない時代になってきた。人生100年時代のスポーツは、18歳で人生のピークを迎えてはいけないのである。連投、連投で800球近くも投げてはいけない。18歳で肩を消耗しつくしてはいけないのだ。まだまだ先がある。そういう意味では、オリンピックの金メダルもまた、最終目標としてはいけないだろう。100年の人生の中でいくつかあるであろう山や谷の、高い山のひとつと考えたらいいかもしれない。人生100年時代を生きるうえで、この開成高校野球は大きなヒントを与えてくれているように思う。

おかざき・みつよし／一九三六年鳥取県生まれ。京都大学文学部卒業後、(株)文藝春秋入社。一九八〇年「スポーツグラフィック誌『ナンバー』」創刊にあたり初代編集長となる。その後各誌の編集長を歴任し、退社後はジャーナリストとして活躍。近著「人と出会った」が岩波書店より好評発売中。

こんなときは？

教えて！体育指導の

くふうとアイデア

回答者 東京都小金井市立緑小学校教諭
佐々木 玲子

さか上がりができるようになった児童が、「先生、もうこれでさか上がりをしなくていいんだよね！」と言ったというエピソードをよく聞きます。器械運動の授業づくりのうえでどのように考えたらいいのでしょうか。(女性：教職歴3年)

子どもたちが「できた！」という達成感を味わうことで、さらに次の技にチャレンジしたくなる気持ちを高めるような指導が教師に求められます。私は、得意な子も苦手な子も、1時間の中でたくさん「できた！」を経験できる活動を考えるようにしています。この「できた！」には、ある技の完成型だけでなく、その技ができるまでの段階の動き、その技につながるやさしい感覚づくりの動きも含まれます。友達へのアドバイスが「できた！」自分のアドバイスで友達が「できた！」ときも、自分の「できた！」です。「できた！」という、ちょっとした成功体験を積み重ねていくことが、子どもたちのチャレンジし続ける気持ちを育むと考えています。私が器械運動の授業づくりで特に大切にしていることは、次の4点です。

(1) 技のポイントの把握と整理

まずは、取り上げる技のポイントを把握し、整理します。1つひとつの段階の完成型を頭にイメージし、つまずきやすい動きを予想し、それに対する対処法を用意しておきます。例えば「さか上がり」では、私は以下のように考えています。

- ①ひじを軽く曲げたまま、後方から前方へ勢いをつける。
- ②鉄棒の真下からやや前方の地面を強くけり上げる。
- ③ひじを曲げたまま、腹を鉄棒に引きつけて、腰をひっかけ。
- ④手首を返し、体を起こす。

ここでは、多くの子がつまずくと思われる②と③のポイントができない子について考えます。「けり上げ後、腕が伸びて腰が下がり、腹が鉄棒



写真1：さか上がり



写真2：登り棒で足抜き回り

から離れている」状態です(写真1)。器械運動では、ある技ができるようになるためには、その基礎となる感覚が身につけていなければなりません。できるようにするためには、さか上りのこの場面に必要な基礎となる支持(体の縮めの)感覚や回転(倒立)感覚を十分に身につけるようにします。

さまざまな方法の中から何を提示するかも大切です。準備に時間がかかったり段階が細かすぎたりすると、子どもたちの意欲を低下させます。なるべく完成型に近い動きで、すぐに「できた！」を味わえる「登り棒で、後方への足抜き回り」が最適と私は考えます(写真2)。初めは片足を棒にかけながら回ってもよいでしょう。足をかけるとすぐにできるようになります。両足とも片足だけ→足をかけないで、と段階を示します。ゴムひもを登り棒につけて、鉄棒のバーに見立てると挑戦意欲が増します。

このように、技のポイントを把握し整理することで、そのつまずきの対処方法も明確になり、子どもたちの「できた！」を促すことになります。

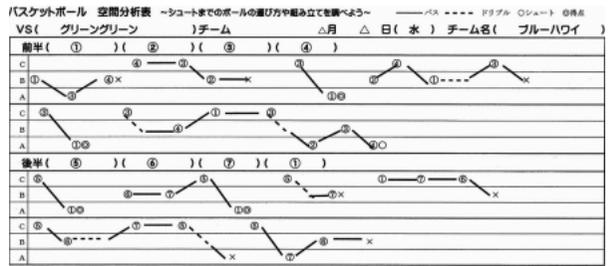
(2) 単元を通した基礎感覚づくり

器械運動では、技の基礎となる感覚を、単元を通して取り組み、養うことが大切です。基礎感覚づくりでは、その単元で特に身につけさせたい感覚を取り上げる技のポイントに沿って考え、すぐにできるやさしい動きを簡単なゲームにするなど、友達と一緒に楽しく取り組ませるようにします。必要な動きを身につけさせるだけでなく、子どもたちの技のポイントを見る目を育てることもつながります。以下は、鉄棒の例です。

- ・つばめやだんごむし姿勢で、友達が決め事を数えたりしゃべったりしている間、支持する。(決め事＝1から10まで英語で数える、九九の7の段を言う、自己紹介をするなど)
- ・足抜き回りを10秒間で何回できるか競い合う。
- ・ふとんほしジャンケンなどを、一定時間内にできるだけ多くの友達と行い、点数を競い合う。

音楽や口伴奏に合わせて、いくつかの動きを組み合わせて行うこともできます。

図1：空間分析表



パス	ボール運び								組み立て
	C-B	B-A	C-A	C-C	B-C	A-C	B-B	A-B	
1	4	3	6	4	7	0	4	2	0
2	1	0	0	0	0	0	2	0	0

☆分析からわかること(チームの課題)☆

- e→Aが多いことから、ロングパスを使った進攻で点を取れている。でも、相手に遮られてる？
- ×①しか、点を入れていない。→ほかの人も、ゾーン下でもらおう。
- ×BからCにすぐに運べていない。→ボール運びは、なるべく速くしよう。②が中心。

空間分析表とは、バックコートを空間C、フロントコートの台形より外側を空間B、台形の中を空間Aの3つのコートに分け、パスやドリブル、シュートなどがどの空間でされているかを調べた表。Aでシュートチャンスをいかにつくるかを作戦とする。

チームの実態を把握するには、ゲーム内容をより客観的に振り返ることが大切です。ここでは、図1のような空間分析表を用い、シュートまでのボールの運び方やシュートチャンスのつくり方を探り、チームの実態がわかるようにします。

この分析表から、このチームは、ロングパスを使って速くボールを運ぶことを得意としていることがわかります。一方で、ロングパスに対応できるプレーヤーが限られているため、マークが厳しくなっていることやロングパス以外の空間CからAまでのボール運びがうまくいかないことが課題です。よって、このチームが勝つために必要な作戦は、他のプレーヤーもロングパスに対応できるようにしたり、ボール運びをスムーズにしたりすることです。そのためには、誰がどこにどのように動けばよいか、ボールを運ぶのは誰にするかなど動き方やプレーヤーの役割分担に直結する作戦や練習方法が浮かんできます。

あくまでもこの分析表はゲームを振り返る視点を養うための1つの手段です。単元前半に取り入れ、後半はチームで記録するかどうかを決めてもよいでしょう。この表がすべてではなく、課題のとらえ方やよさの別の見方もあるでしょう。子どもたち任せにせず、教師は学ばせたい関係プレーをもとに実際のゲーム様相をよく見て、各チームの実態や課題を読み取り、作戦やそのための練習が適切かどうかを支援していくことが大切です。

(ささき・れいこ)

〈参考文献〉

- ・高橋健夫ほか編著「新しい鉄棒運動の授業づくり」大修館書店：2009
- ・岡田和雄ほか「絵でみるバスケットボール指導のポイント」あゆみ出版：1992
- ・藤崎敬・石原詩子編著「新版小学校体育イラストで見る全単元・全時間の授業のすべて」東洋館出版社：2011

(3) グループピングは3人で

グループ学習の際は、1人の「できた!」はグループみんなの「できた!」であると、子どもたちに伝えます。自分のひと言で友達が上達したときも、「できた!」です。私は、学級の実態をふまえたうえで「得意な子・苦手な子と、もう1人」の3名グループが適当だと思います。カギとなるのは、「もう1人」です。「得意な子と苦手な子」の運動技能や性格を考慮し、もう1人を決めます。

(4) 言葉かけによる教師の支援

教師は子どもの動きをよく見て、子どもがやる気になる言葉かけをします。ひじが伸びて体が鉄棒から離れてしまっている子の動きに対しては「おなかと鉄棒の間がこのぐらいまで縮まってきたよ」と、前の状態と比べて上達していることを伝え、子どもがちよっとでも「できた!」とわかるようにします。具体的にほめることが大切ですが、まずは「今のいいよ!」「もうすぐできるよ!」でもよいでしょう。教師の肯定的な言葉かけは、子どもたちのアドバイスの見本です。教師が率先して言葉をかけていくようにします。

ボール運動の作戦を考えさせると「めっちゃめっちゃがんばる!」とか「声を出す」といった、動き方に直結しない作戦をつくるチームがいます。どのようにすれば本質的な作戦を考えるように促せるでしょうか。(男性：教職歴3年)

まずは、本質的な作戦を立てることによって導き出される、チームの連係プレーのイメージを教師自身もちます。そのボール運動で学ばせたい内容のひとつです。教師は、めざす連係プレーをもとに子どもたちの作戦を価値づけて、本質的なものへと結びつけるようにします。子どもたちに作戦を立てさせるときには、作戦とはどういうものなのかをきちんと伝えることが大切です。私は、作戦とは「チームの課題を解決するために必要なこと」と考えます。チームの課題とは、ゲームで勝つためにチームとして意識して取り組みたい動き方や気をつけたいことです。そのチームの課題・実態(チームのよさ)を、子どもたち自身になるべく正確に具体的に知ることができるようにします。6年生のゴール型(バスケットボール)を例に考えてみます。