■WAVE

・"面白い"授業のつくり方 ――――――――――――――――――――――――――――――――――――	大地	洋輔…	3
■アクセス ナウ!			
・プロレスのすすめ ―――――	斎藤	文彦…	4
■実践報告/4年生・鉄棒運動(『水島宏一の器械運動アプリ』を使った授業)			
・「鉄棒で遊ぼうよ!」の声が聞こえる子どもたちの姿を目指して -	小宮山	⅃詠美⋯	6
■実践報告+講評と助言/5年生・体力を高める運動			
・「トレーニング」から「ラーニング」へ ―――――	塩村	勝正…	10
・「自分のこと」としての体育学習へ ―――――――	松田	恵示…	14
■『休奈の党羽』を使った海業/3年生・鉄橋運動			

■「体育の字習」を使った授業/3年生・鉄棒運動

■連載/外野席から〈第33回〉

■羅針盤〈第61回〉

・オリンピックと学校教育 — 田原 淳子…22

■子どもにきかせたい話

・東京五輪開催によせて ------ 水島 宏一…24

■特別寄稿/保健学習と教科書 -

小林先生◆福岡市の小学校体育研究会で器械運動領域に所属しています。どのような指導・支援を行うと、子どもたちが「できる」と、子どもたちが「さんの先生方とともに常に考え、日々実践を続けています。

渡邉

正樹…26



◆◆◆ 著者紹介 ◆◆◆



小宮山先生◆運動やスポーツは, することも,見ることも,支えるこ とも大好きです。東京オリンピッ クの招致が決まり,本当にうれし いです。2020年の夏,どんなドラ マがあるのか今から楽しみにして います。



塩村先生◆熊本県宇城小学校体育研究会で学ばせていただいています。子どもたちとともに「できるかな/どうかな」といった運動(動き)の「おもしろさ」を私自身感じながら学習を進めています。今年は県大会です。頑張ります。



松田先生◆昨年もあっという間の 1年でした。時間の進み方が、近 年加速度を増しているような気が します。今年はどんなおもしろい ことにまた出会えるのか、そのワ クワク感も、近年また大きくなっ ている気もする今日この頃です。



松井先生◆現在,3年生の担任を受けもっています。子どもたちが「できた!」「わかったよ!」「友だちと一緒に運動するって楽しい!」と思えるようなよい体育授業を目指して,これからも日々頑張ります。



田原先生◆オリンピックについて 歴史,思想,教育,政治,ジェン ダーなどの諸側面から研究してい ます。オリンピックの根幹にある のは昔も今も人を育てること,教 育です。オリンピックを教育に大いに活かしてほしいと思います。



水島先生◆東京オリンピックは, テレビではわからないスピード感 や力強さ,美しさ,息づかいなど を肌で感じるチャンスです。それ をよりリアルに感じるためにも, 子どもたちにはいろいろな運動を 体験してもらいたいですね。

WAVE

本興業の芸人たちが子どもたちに授業をする「笑楽校」というプロジェクトが、

昨夏から始まりました。僕も含めて芸 人仲間はみんな、「バカなことを真剣に 授業にしてやる」と張り切っています。 実際に授業をすると、子どもは本当に 先生を見ていますよね。子ども扱いす ると子どもに伝わるし、逆にこっちが ハッとさせられる瞬間があるくらいで. 子どもって大人が思うよりずっと賢い。 だから、授業ではよくも悪くも子ども 扱いしません。例えば、相方の大谷さ んが子どもに対してムキになる瞬間が あるんですね。そこでムキになれるっ てすごい、と思うんです。「子どもだ から」というのは言い訳です。しっか り授業するためには、子どもだろうが 容赦なく「こっちは楽しませることを 一生懸命やるから、そっちは楽しむこ とを一生懸命やってくれ」という対等 の目線をもちたい、と思います。

「子どもは勉強が嫌い」というイメージがありますが、僕もまさにその1人でした。大人になって思いますが、いつか勉強したいと思うときが絶対来るし、個人的には、無理にやるくらいならしなくていいよ、と思います。ただ、何で嫌なのか、コミュニケーションを取ることは大事ですよね。子どもの発言の向こう側を読み取るというのは、すごくしんどい作業ですが。

でも、勉強が面白くできれば、それに越したことはありません。ではどうすれば、子どもたちが学校の勉強を面白がってくれるか。僕が子どもたちに授業をするときは、自分から一切いことを言ってないんです。面白いことは子どもが言うので、子どもでするとは子どもが言うので、子どもでする。例えば、鎌倉幕府の勉強をしているときに、「○○幕府とありますが、○○には鎌倉以外の何が入るでしょう!?」なんて言ってみると、「え~!」って

,面白い。授業の



大地 洋

みんな盛り上がるでしょう。で、出てきた答えに突っ込みを入れてあげる。「そんな幕府あったらいやだよね」みたいな、簡単な突っ込みでいいんです。 先生が張り切るのではなく、逆に子どもをいじってあげればいいんですよ。

ただその際に気をつけたいのは、愛 のあるいじり方をしなくてはいけない. ということ。けなすようないじり方だ と、「辱め」になってしまいますよね。 ありがちなのは、子どもたちがある1 人を笑いものにしているとき、 先生は 「笑わすには、こいつをいじればいい」 と考える。すると、笑われる子は逃げ 場が全くなくなってしまいます。だか らどちらかというと、先生は攻撃して いる方をいじってみるんです。そうい う関係性をちゃんと見極めることは大 切ですよね。そして一方では、笑われ た子どもに対して「でも、そういうセ ンスいいよ! | みたいなフォローをし てあげることも必要だと思います。

先生は「自分が面白いことを発信しなきゃ」と思うかもしれないですけど、面白いことはむしろやらないほうがいいんです。そのかわり子どもたちに何かを聞いて、発言を拾って突っ込んであげて、子どもたちの面白いところを引き出して、という。「子どものこういうところ面白いな」というのがわからない先生はいないと思うんです。そういうコミュニケーションって、とても大切ではないでしょうか。

ただ、ふだんそういうことをしていない先生が急にお題を出したりすると「はぁ?」となるので、徐々に小出しにすればいいと思うんですけどね(笑)。 (談)

おおち・ようすけ 1972年大分県生まれ。1994年、大谷ノブ彦とダイノジを結成。定期的にライブ活動に励みながら、数多くの演芸・ネタ番組に出演するだけでなく、レポーターや司会としても活躍。近年はDJとしてロックフェスティバルに出演するなど、活動の場を広げている。2006年、2007年エアギター世界チャンピオン。

プロレスのすすめ

―自由を拡大する"装置"の役割―



■子どもたちとプロレス

「プロレスは子どもの教育の役に立つ」,なんて言ったら学校の先生たちや保護者のみなさんたちからものすごい批判を浴びるかもしれない。プロレスというスポーツのようなエンターテインメントのような――実際,アメリカではプロレスはスポーツ・エンターテインメントと呼ばれている――ちょっと不思議なジャンルは,世間一般的には「ショーだ」「八百長だ」「くだらない見せ物だ」という低い評価を受けている。いわゆる"常識"といってもいい。殴る,蹴る,投げつける,時には血を流しながら闘うというプレゼンテーションそのものは確かに教育上よろしくない,暴力的なものかもしれない。

しかし、この「ショーだ」「八百長だ」「くだらない」という理解(のようなもの)はあくまでもオトナたちの常識で、何の予備知識ももたない子どもたちにいきなりプロレスの試合を観せると、大体の場合、単純に楽しんでくれて、特に男の子たちは喜び、はしゃぎ、興奮して、試合を終わったあとはすぐにプロレスごっこを始める。

プロレスのリングには「ベビーフェース=正統派」と「ヒール=悪役」がいて、そういう説明はなくても、リングの上を眺めているだけで――ほんの小さな子どもでも――どちらの選手がベビーフェースでどちらの選手がヒールなのかがすぐにわかるようなレイアウトになっている。子ども向けのヒーローものとの違いは、いつも最後には"いい者"が勝つわけではなくて、ベビーフェースとヒールが勝ったり負けたりするところだ。

■力道山の"物語"

本場アメリカでプロレスが発祥したのは1860年代とされる。最近の研究ではそれよりもさらに以前,1830年代からパリでプロレスの一座が巡業を

していたことがわかってきた。プロレスの歴史には1860年代~1900年代のループ,1900年代~1950年代~2000年代のループと50年サイクルのループが3つあり,日本のプロレスは戦後の50年代,つまり3つ目のループから派生している。日本人ならば誰もが知っている"力道山のプロレス"である。

日本のプロレスの歴史、とりわけ"力道山のプロレス"は戦後史、昭和史の文脈の中で語られることが多いため、「力道山が空手チョップで外国人レスラーをバッタ、バッタと倒すシーンが日本人の敗戦コンプレックスを吹っ飛ばした」「力道山は戦後最大のヒーローだった」というナショナリズムの"物語"ばかりに一元化されている。

しかし、本当にそれだけなのだろうか。そうだとしたら、力道山の全盛期にあたる昭和30年代の大衆(ライブのオーディエンス、テレビ視聴者)は殺伐とした視点でプロレスと接していたことになるが、当時のモノクロ映像を丹念に観ていくと、そこに映し出される観客の顔はもっとリラックスしていて、朗らかな笑顔を浮かべ、大喜びで手を叩きながらプロレスという新しいスポーツを楽しんでいたのがわかる。

力道山の死後、プロレスの主人公は力道山の愛弟子のジャイアント馬場とアントニオ猪木の2人にバトンタッチされたが、それでは昭和40年代以降の大衆は馬場と猪木に一体何を求めてきたのだろうか。スポーツを取り扱うマスメディアは非常に長い間、力道山は戦後の復興と白黒テレビの時代のヒーローで、馬場と猪木は高度経済成長とカラーテレビの時代の象徴であるというナラティブをひとつの常識論――またしても"常識"――としてきたが、21世紀をリアルタイムで生きるわれわれは、これまで当たり前と考えられてきたこれらの"物語"を疑ってみる必要がある。

■スポーツという"社会的飛び地"

筆者の現在の師匠である菊幸一・筑波大学大学院人間総合科学研究科教授は、「スポーツ社会学における歴史社会学の可能性」という論文に――社会学者ノルベルト・エリアスとその弟子エリック・ダニングの共著『スポーツと文明化 興奮の探求』(法政大学出版局 1995)からの引用を交えつつ――こんなことを書いている。やや長くなるが、そのまま記す。

「今日の我々の感覚からすれば、近代スポーツの成立と暴力とはまったく無関係であるのが常識であり、(略)それは、現代人にとってのスポーツのあり様が彼らの暴力に対する嫌悪感の水準の高さによって評価されているからである。(略)そのような暴力の抑制は、当該社会における個々人の内面的な抑圧や鎮圧の程度の増大化、その結果として他人に不快な思いをさせない習慣やマナーの洗練化、社会関係における自己抑制や自己反省の深化、そしてそれらが社会的成長として経験される度合いの増大化など、一連の歴史社会的過程として今日から見れば「文明化の過程」の概念を構成することになる[Elias、1939=1978]」

「近代スポーツは、確かに一方で近代以降の比較的短い歴史的経緯の中では暴力のタブー視をともなう身体の自己規律化を象徴する文化装置(すなわち、非暴力の象徴的装置)として機能しているから成立したと考えられる。しかし反面、他方で近代スポーツは同時に「特殊な暴力装置が社会的に合法であるとみなされる社会的飛び地」[Elias and Dunning, 1986:239]として、(略)その意味ではきわめて非日常的なルール(フィクション)を課せられることによって、むしろ日常では許容されない身体の暴力「性」をある程度許容するという可逆的な文化的特性を与えられたからこそ成立した、と考えられるのである」

わかりやすくいうと、近代スポーツとは、暴力を回避するものとして成立しているにもかかわらず、ルール――それぞれ個別のスポーツだけに適用される非日常的なルール――の中に、日常的にはタブーとされている暴力の許容をある程度まで認めているというパラドックスを、はじめから内包しているのである。ある特定のスポーツの中だけに認められている肉体と肉体のぶつかり合い、殴る、蹴るといった行為がそれにあたる。

スポーツ,特に人類の歴史上最も古い歴史をもつレスリングに代表される格闘スポーツは,暴力と非暴力という二律背反するものを統合し,相反する2つの行動様式を1つの場におさめてきた。どの程度までの暴力を許容するか,あるいはしないかは,エリアスが論じたように「文明化の過程」であり,それは現代においても完成形ではなく,過程=プロセスは常に過程=プロセスであり続ける。

■プロレスの自由

プロレス,というよりもプロフェッショナル・レスリングもまた近代スポーツの1つとして近代ヨーロッパで誕生し、アメリカを経由して日本に渡ってきた。プロレスは――その競技者であるプロレスラー以外にとっては――"観るスポーツ"であり"やるスポーツ"ではない。また、プロレスは近代スポーツの特徴である「合理化」も「数量化」も「記録の追求」も目的としない。万国共通のルール(ルール・ブック)も協会組織も存在しないし、試合をするときはこういうものを着用しなければならないというユニフォームもない。正体を隠すためにマスクを被ったりすることもある。

競技者=プロレスラーはあくまでも観客に観せるために試合を行い、試合は単純に勝ち負けだけを争うものではない。この勝ち負けだけを争ってはいないところが「ショーだ」「八百長だ」という批判から逃れられないプロレスの宿命でもある。しかし、そういう批判にさらされながらも、力道山の時代から今日まで60数年間、プロレスは一度も大衆の前から姿を消すことなく、世代を超えて多くのファンに支えられてきた。

プロレスを観ない人々、嫌いな人々はプロレスを暴力的だと言うかもしれないけれど、握り拳で相手の顔を殴る、髪をつかむ、急所を蹴るといった行為はやっぱり反則で、エルボーやドロップキックのような打撃技、飛び技は胸板や大腿部の鍛えたところしか攻めないし、技をかける場合も対戦相手をわざと頭からキャンバスに落としたりはしない。だから、子どもたちは安心してプロレスと接し、無色透明な楽しみ方をしてくれればいい。"虚"があるための"実"、"実"があるための"虚"が、そこにある自由の幅を拡大する。プロレスはわれわれにそういうことを教えてくれているのである。

『水島宏一の器械運動アプリ』を使った授業

「鉄棒で遊ぼうよ!」の声が聞こえる 子どもたちの姿を目指して

―まずは教師が「やってみる・考える・深める」―

東京都府中市立府中第四小学校主任教諭 小宮山 詠美

はじめに

子どもたちは、体育の時間には、願いや思いをもって校庭に出てくる。ボールゲーム系であれば「勝ちたい」という気持ちが強いであろうし、陸上運動系であれば競争や記録といったところに意識をもつであろう。器械運動系の場合にはやはり「できるようになりたい!」という気持ちが強い。その願いや思いをかなえてあげるには、毎時間の授業で、何をどのように教え、どのような力をつけさせたいのかをはっきりさせておくことが大切であると考える。

私は器械運動の授業には苦手意識があることから、子どもたちに運動の楽しさを十分に味わわせるには授業を改善する必要があると感じていた。体育は運動することが学習内容である。そのため、動き自体を教師が正しく理解しておくことが大切であるとはわかっていたが、特に鉄棒運動については、これまでは図書資料等に頼ることが多かった。そこで、今回の実践では、自分で体を動かしながら教材づくりを行うために、『水島宏一の器械運動アプリ』(光文書院)を活用してみた。

1. iPadアプリ活用方法

器械運動アプリは、子どもたちにも体育の授業で使えるようにつくられている。本誌のバックナンバーでも、子どもたちが有効活用することができた実践が報告されており、教育現場でのiPadのこれからの可能性に十分期待できると思う。

今回はあいにく教師の1台のiPadしかなく,子どもたちが使える環境ではなかったが,その1台のiPadと器械運動アプリから,教師自身が実に多くのことを学ぶことができ,子どもたちに還元することができたと思っている。

アプリは、主に次のように活用した。

- ①単元計画作成のための資料
- ②技のポイントを知る。
- ③今の自分の動きを考える。
- ④「慣れの運動」を考える。
- ⑤補助のしかたを確認する。
- ⑥授業の中でもピンポイントで活用する。

2. 単元計画の作成

<子どもたちの実態>

- ・校庭の鉄棒はいつも閑散としていて、休み時間も鉄棒で遊んでいる子どもはほとんどいない状態であった。
- ・本学級の子どもたちは鉄棒への苦手意識が強 く、不安を抱いている子もいた。

<教師の願い>

- ・鉄棒運動の楽しさを味わわせたい。
- ・鉄棒運動の日常化を図りたい。
- ・運動会で、体育授業の成果を発表できるよう にしたい。

以上のような実態や願いをもとにして図1に示す単元計画を立てた。なお、取り扱う技や動きは、 器械運動アプリやその他の資料を参考にした。

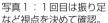
3. 技を知る——(図2参照)

自分ができない技や、やったことがない技については、既製の学習カードや図書資料の技の連続図などから動きのイメージをもつことは難しい。しかし器械運動アプリでは、マット運動・鉄棒運動・とび箱運動のそれぞれの基本的な技が動画で見られるようになっている。紙面の資料からはわかりづらい姿勢や視線、技のスピードなどもひと目で確認することができる。また、スロー再生で動きに連動して技のポイントが表示されるので、子どもたちへのアドバイスに活かすことができる。

[図]	[図1] 第4学年:鉄棒運動・単元計画							
時	1	2	3	4		5	6	7
60~45分	慣れの運動 ○オリエンテーション 知る時間 ・前回りおり	○集合・・だんこ・だるま知る時間・こうもり・補助さか・取り組む時○もう少し	整列・あいさ ご虫 ・ { えふり ・ う おり 上がり り	つ ○学習の流	ば 上 運動会 (つばめ・前回り	かいれる (でもない) (でもない) (でもない) (でもない) (でもない) (できる) (でさる) (できる) (でさる)	○準備運動 んをして) ふと ・前回り な	AGE L
		に挑戦す			など)	に挑戦する ○技を組み合		・組み合わせ技

「図2] 1つの技についてアプリで2回の確認





かけていない足を **迭ぼうに近づけて**

写真2:2回目の再生では 技のポイントと動きを確認。

4. 今の自分の動きを知る―― (図3参照)

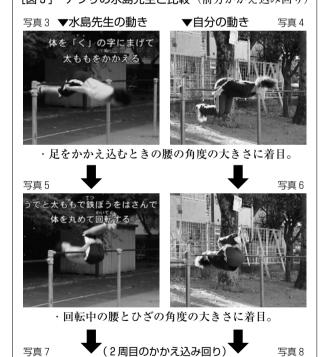
子どものつまずきはさまざまである。一連の流 れで運動が行われる器械運動では、教師にとって 動きを見て何につまずいているのかを判断し、適 切なアドバイスをすることはとても難しい。

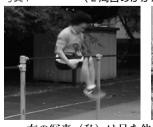
そこで, 今回の授業で取り扱う技について, 実 技を通して事前に技のポイントを確認することに した。またiPadのビデオ機能で自分の動きを撮影 し、水島先生の動きと比較することで、自分の動 きの課題が見つけられるのではないかと考えた。

図3は、かかえ込み回りの例であるが、水島先 生の動きと自分の動きを静止画で比べてみること で、体の使い方に違いがあることが一目瞭然でわ かった。私は体を大きく使っていないために回転 に勢いがないことがわかる。そのため、2周目の かかえ込み回りでも、回転速度をつけるためにひ ざを伸ばしている (写真8)。水島先生の場合 (写真7) は1周目ですでに回転の勢いがついて いるために、そのままスムーズに2周目の回転に つながっていると考えられる。

▲単元前半は運動会での発表に向けた学習内容にし、運動会 ではバンブーダンスの中に鉄棒運動の動きを取り入れた。 単元後半は回転技や組み合わせ技に取り組んだ。

「図37 アプリの水島先生と比較(前方かかえ込み回り)-







・右の写真(私)は足を伸ばして振り出している。

写真9:『水島宏一の器械運動アプリ』鉄棒運動の画面



・器械運動アプリに紹介されている運動遊びの 動きが、技のどんな動きにつながっているの かを考え、「慣れの運動」の内容を設定した。



写真10: だんご虫





<u>写真13: だるまふり</u>

写真11:とび上がり



写真14: ふとんほしで「じゃんけん」写真15; 足の振り上げからとびおり

このように、まずは教師の私が自らやってみて動きの課題を知り、その課題を修正しようとまたやってみることで、技の理解がより深まっていくのだろう。そして、そのことが子どもの動きを正しく見取り、つまずきに対する具体的なアドバイスにつながってくると考える。

5. 「慣れの運動」を考える―― (図4参照)

技の習得に必要な運動感覚を身につけるために, 単元を通して「慣れの運動!の時間を設定した。

写真9は器械運動アプリの鉄棒運動の画面である。ここに技につながる運動遊びが紹介されているが、その動きを参考にして、授業で取り扱う技につながる「慣れの運動」の内容を決定した。

6. 補助のしかたを知る―― (図5参照)

器械運動アプリでは、それぞれの技の補助や練習方法がわかりやすく解説されている。どの技においても補助によって運動に勢いがついた場合、危険を伴うこともある。運動を安全に終えることも、補助の一部として大切だという新たな視点に気づくことができた。

図5は、かかえ込み回りの場合の例であるが、かかえ込み回りは鉄棒を軸に手で足をかかえ込んで回転する技である。その回転を助けるための補助の行い方について、同僚の教員と器械運動アプリで確認した。その後、補助の練習を行った。

7. 授業の中で活用する―― (写真19, 20)

教師が、全体指導の中で器械運動アプリの練習 方法や補助のしかたを紹介した。個別に支援が必 要なときには、子どもにアプリの動画を見せ、意 識させたい体の動きやポイントを確認した。また、 必要に応じてカメラ機能で動きを撮影して子ども たちに見せ、動きの振り返りを行った。

8. 運動会で鉄棒の動きを―― (写真21~24)

先にも述べたように、運動会は日常の成果を発表する場でありたいと思っていた。今年度の学期初めに、一緒に学年を組んだ先生から、運動会のバンブーダンスの演技の中で鉄棒の動きを取り入れた実践を教えていただいた。とても興味深く、今年の運動会でぜひやってみたいという思いを伝えたところ、快諾してくださった。演技は、主にアプリの動きの中から選ぶことにした。子どもたちは、自分ができそうな演技を選んで取り組み、一生懸命な姿を運動会で発表した(写真23・24)。以下はその運動会の演技の例である。

- ・さか上がり-つばめ-前回りおり
- ・さか上がり ふとんほしからのつばめ 前回りおり
- ・さか上がり 手ばなしつばめ 前回りおり
- ・とび上がり-つばめ-前回りおり
- ・さか上がり 鉄棒に座る こうもりおり

「図5] 補助のしかたを知る







写真17: 教員で補助し合う



写真18:授業で子どもを補助

・補助するだけでなく, 補助されることも経験 し,補助によって体 速度が増すことを体の した。また,実際の 業場面での補助は,試 技者の課題や安全面を 意識して行った。

写真19:授業でアプリを活用



写真20:iPadで確認

最初,「つばめ」は簡単な動きだと思っていた。 しかし,器械運動アプリのお手本の子が行っている「つばめ」は,とても美しいことに気づき,運動会の演技に取り入れることにした。動きのポイントは,アプリの動画を見せたり上手な子にお手本でやってもらったりしながら,子どもたちが自分たちで考え,見つけられるようにした。

おわりに

今回の実践を通して、体育授業以外の休み時間や放課後も夢中になって鉄棒に取り組む子どもたちが増えた。休み時間は、鉄棒が足りないほどである。また、4年生の意欲的な取り組みに感化されたのか、他の学年の子どもたちも鉄棒運動に親しむようになった。"継続は力なり"という言葉があるが、こうした毎日の小さな積み重ねが「できた!」の声につながったと思う。子どもたちどうしの教え合いも活発になってきた。かかえ込み回りでは、「ぶらんこを漕ぐように、足を振ってごらん」などと、コツを上手に友達に伝えている姿には、とても驚かされた。

以前、さか上がりや開脚とびができなくても将来特に困ることはないのだからと、器械運動を行うことの意味や価値について悩んだこともあった。しかし、技ができるようになるまでの過程や、子どもたちが鉄棒で遊んでいる様子、友達とかかわり合う姿などを見ていると、そうした悩みが小さなことであったと思えてきた。

写真21:慣れの運動での「つばめ」





・「つばめ」のポイント…①腕と背中、つま先までピンと伸ばす。 ②鉄棒の握り方に注意する。③視線が大切。

写真23・24:運動会で、試技者と竹を支える子どもたちの一生懸命な姿





最後に、今後の展望について述べたい。先日のある休み時間に、「空中さか上がり(後方支持回転)の動画を見たい!」「補助はどうやってやるのかな?」という言葉が聞こえてきた。私は今までの知識や経験をもとにその場で子どもたちに対応したが、技のポイントをうまく伝えることができなかった。子どもの思いをかなえてあげることができなかったのだ。そのとき、器械運動アプリの中に後方支持回転があったら……と強く思った。

しかし、基本的な技はアプリの中で紹介されているのだから、それらの技を十分に理解し、発展技についても自分で考えて系統的な学習を進められるようにしたいと思い直した。マット運動やとび箱運動についても同様である。

今後も、器械運動アプリを教材づくりの一助として活用し、技の理解を深め、動きが身につくための練習方法や補助について考える姿勢を大切にしていきたいと思う。 (こみやま・えみ)

「トレーニング」から「ラーニング」へ

~課題を把握し、体力メニューをつくることができる子どもを目指して~

熊本県宇城市立不知火小学校教諭 塩村 勝正

はじめに

新学習指導要領が全面実施されて3年が過ぎようとしている。その間,現場の体育学習は本当に変わってきているのだろうか。特に新しく低・中学年で導入された「多様な動きをつくる運動(遊び)」は、学年に応じた学習がなされているのか。また,以前からあった高学年の「体力を高める運動」はどのように変化すべきなのか,私たちは理解して学習に取り組んでいるのだろうか,と疑問に思うところである。

子どもたちの体力低下が問題視され数十年が経 過している今日,その基礎基本となる「体力を高 める運動」に目を向け取り組んでいくことはとて も重要なことである。

1. 実践にあたって

(1)事前調査より

単元に入る前の事前調査では、子どもたちは「体力を高める運動」といえば、「持久走」や「50 m走を何本も連続してやる」「腹筋や腕立て伏せ」等のいわゆるトレーニング的なイメージをもっていた。このことは、私たちのこれまでの学習を物語っており、反省させられるとともに「何のために体力を高める学習をするのか」等、自分の身体と向き合う「ラーニング(学び)」としての学習を構築していかねばならないことを感じさせられた。(2)動機づけ

- ①「個人や学年の課題把握」で意欲を喚起
- ・個人データを配付し、個人の課題を把握させる。
- ・学年の課題は、「素早い動きができていない」 「タイミングよく動けていない」「バランスやリ ズムがとれていない」「柔軟性がない」の4つ。
- ②「魅力的な学習内容」で意欲を充足
- ・学習内容に「できるかどうか」といった「面白 さ」が内包され、かつ魅力的な教材の開発。

(3)工夫のポイント

①「トレーニング」ではなく「ラーニング」

「体力を高める運動」と聞くと、「トレーニング (鍛錬)」を連想しがちである。しかし、このよう な考えを教師がもって学習を進めていくことは、子どもたちの運動への二極化を招く原因ともなる。 そこで、子どもたちが学習を主体的に行っていけるように、「ラーニング (学習)」できるような 流れをつくる。つまり、獲得したい動きを「感じ」、獲得したい動きに「気づき」があったり、変化が 子どもに主体的に感じられたりするような学習づ

②自己の「体力チェック」ができる学習の流れ

時間「のびのびタイム」を設定した。

くりを行う。その位置づけとして、動きを高める

1単位時間で結果が出るような場を「やってみる」で毎時間設定する。具体的には「チェックテスト I 」 \rightarrow 「その動きを高める『のびのびタイム』で気づきを共有」 \rightarrow 「チェックテスト II 」といった流れで学習を設定した。

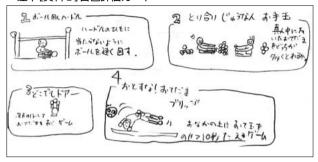
- ③体力課題に即した「体力メニュー」をつくる「ひろげる」では、自己の体力課題に即したコースに分かれ、「体力メニュー」と題して動きや場を設定した。
- ④「ワークショップ」を行う

単元の最後に、お互いがつくった体力メニューを紹介し合う「ワークショップ」を設定した。いろいろな考えに出会わせることで、今後も自分の体力を高めていくことにつなげることをねらった。 ⑤学習カード・資料の活用

学習カードは、「自分の体力課題」と「やって みる」段階でのゲームの回数等を記入し、自己の 体力の伸びを記録できるようにした。また、「ひ ろげる」段階では、自分の課題に応じたコースで の体力メニューを図や言葉で表現できるようにし た(資料1)。

▶右上[資料 3]100マス作文と俳句 右下[写真 1]バランスを高める場の例(塩ビパイプを使って)

▼左上[資料 1]学習カードの書き込み例 左下[資料 2]自己評価カード



	11 - 172	動(体力を高め	る運動) 学習力· 5年■組■番 名	
	11月 2 日 <学習での気-3を>	11月27日 <学者での気づき>	1 1.1 3 日 <学習での気づき>	12月 5 日 <学習での気づき>
	今日はジャンプを使う動きた小田物料 また、たっですこくきっくてバディしまいました。	バランスでいるいるなものもどろで使ったので、楽しかただ。	ハラシスがどんとは上達していっているようでとても上手になった。	みんなのエキか みれてとてもおもし ろく楽しくできまし すごく作りかあまり
1. 学師に夢中 になりました か?	4 3 2 1 13 13 15 15 15 15 15 15 15 15 15 15 15 15 15	(4) 3 2 1	4 3 2 1	3 3 2 1
2. 体力について 何が必要か考え たり気づいたり しましたか?	4 3 2 1	4 (3) 2 1	(4) 3 2 1	O9 3 2 1
 自分の体力 は高まりました か? 	4 3 (2) 1	4 3 2 1	4 3 2 1	3 2 1
4. 友連とかか わり合いをもつ ことができまし たか?	4 3 2 1	(4) 3 2 1	4 ③ 2 1	(a) 3 2 1

自己評価カードは、「面白かったこと」や「動きのコツ」を中心に記入させ、「夢中になったか(関心・意欲・態度)」、「動きについて考えたか(思考・判断)」、「体力(技能)の高まり」、「かかわり合いはあったか」の項目を4段階で評価させるようにした(資料2)。

学習後の感想は、100マス作文と俳句で書かせるようにした(資料3)。ここでは、「面白かったこと」「学んだコツ」「できたこと・できなかったこと」等を記入していくようにした。

⑥場づくり・教材、教具(写真1)

場づくりをする場合,次の3つのことを常に念 頭におき設定を行った。

- ・できる限りシンプルな場であること。
- ・誰もが評価しやすい場であること。
- ・誰もがすぐに準備できること。

教材, 教具においては, 次の3つの条件をもと にそろえるようにした。

- ・誰もが簡単に準備できる物を利用する。
- ・なるべくシンプルな物を利用する。
- ・今までの学習で利用してきた物を活用する。





2. 実践内容

以下の2点を目的とし、実践を行った。

- ・自己の課題を把握し各種の動きを「感じ」,動き のコツに「気づき」ながら体力の向上を目指す。
- ・自己の課題から「体力メニュー」をつくり出す。
- (1)単元計画(8時間扱い)

単元の進め方は、13ページの表1を参照。

(2)活動の様子

①オリエンテーション

熊本県が出している「パワーアップ・ナビ」 (新体力テスト自己診断ソフト)のデータを個人 に持たせたので、自分の課題をすぐにチェックで きた。「柔軟性がないんだ」等の意見が出され、 自分の体力に対しては、とても興味を示していた。 その後、学習の見通しを示し、柔軟性やバランス 能力を高める動き等を試した。バランス能力を高 める動きとしては平均台に乗せ、前を向いて進ん だり、後ろ向きで進んだりさせた。特にここでは 「落ちるかどうか」といった面白さが浮き彫りに なり、後ろ向きで進んだときには盛り上がりを見 せた。「バランスを崩す」ことが子どもたちにと っては「面白く」、そのことが「自分の動きを感じる」「バランスを崩さないようにするにはどうした らよいかに気づく」ことにつながっていたようだ。

②「やってみる」段階での活動の様子

「やってみる」では、個人や学年の課題を把握させたうえでそれぞれの場を体験し(感じる)、動きのコツを見つけていった(気づく)。「チェックテスト」は、回数やタイムとして記録が出るような動きを準備した(表2)。

「のびのびタイム」では、それぞれの動きの「感じ」を体感し、やりながら動きのコツに「気づく」ようにしていった。例えば、「バランス能力を高める場面」では、「バランスチャレンジ」と題し、塩ビパイプを利用し、その上を歩かせた(写真1、表3)。初めて経験する子どもたちが多く、バランスを崩してすぐに塩ビパイプから落ちていた。「バランスをとりにくい! でも、面白い!!」これが子どもたちの第一声だった。

不安定な「感じ」を体感した子どもたちはこの後、自分の体を安定させようと試行錯誤し、やりながら友達と熱心にかかわりはじめた。共有場面では、「両手を伸ばす」「体重のかけ方にポイントがある」「脚を縦ではなく横にするといい」等の意見が出され、無意識だった動きを意識しはじめ、動きのコツに「気づいて」いった。「のびのびタイム」でのゲームは、表3の通りである。

③「ひろげる」段階での活動の様子

ここでは、これまで学んだ動きをもとに「柔軟性」「タイミング」「バランス」「瞬発力」の4つのコースを設け、個人の課題解決に向け「動きづくり」を行った。

子どもたちの発想は豊かで、各コースに多くの動きがつくられた。

動きをつくる際の条件としては、

- ・誰もがすぐに準備できること。
- ・誰が見てもわかりやすい(評価しやすい)場であること。
- ・20秒から40秒で(ゲームが)終了できるもの。
- ・危険性がないもの。
- の4つを提示して行った。

例えば、バランスコーナーでは、竹の筒や塩ビパイプで、バランスボードの上に筒を乗せ、落とさないように歩くゲームを考え出していた。

また、パイプの上にバランスボードを置き、そ

れに乗ってバランスを保てるかどうかの動きがつ くられていた。

最終の第8時には、つくった動きを試し合い、 今後の体力向上に活かす目的で、違うコースの班 がつくった動きを体験する「ワークショップ」を 開いた。

子どもたちは、一生懸命自分たちのつくった動きにどんなコツや効果があるかをわかりやすく説明し、楽しみながら試技を行い、動きの効果を確かめ合っていた。子どもたちの学習後の感想や自己評価からも学習に満足した様子がうかがえた(表4)。

(3)主な成果や課題

- ○導入で個人や学年の課題を把握し、解決への意 欲を高めたことにより、単元を通して切実さを もって共通課題(体力の高め方を知り自分の体 力メニューをつくろう)に取り組むことができた。
- ○授業展開の工夫で、子どもたちは学ばせたい動きを「感じ」、動きのコツに「気づき(意識し)」、自己の体力を高めようとみんなでかかわり合いながら学習を行う姿が見られた。

ただ, まだまだラーニングではなくトレーニング的な部分もあった。

○単元後半に「ワークショップ」を取り入れたことで、体力の高め方をいろいろな視点で考えることができ、実践意欲をもたせることができた。 実際、柔軟性やバランス等の動きを日常生活で行う子どもも多く見られるようになった。 「柔軟を風呂上がりにやっている」「コーンタッチの鬼ごっこをやった」といった話も聞かれるようになった。

おわりに

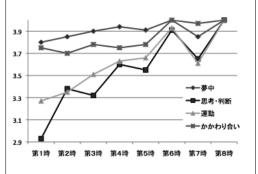
学習の流れを「やってみる」 - 「ひろげる」にしたことや、動きを最初はやさしい場や条件から始めたことで、どの子どもも夢中になって学習に取り組む姿が見られた。教師が明確な目標をもち、子どもたちの動きを見ながら学習の修正を行ったことで、どの子どもも動きのコツに気づき、「動きの楽しさ」に浸らせることができた。

単元はじめに自分の課題をしっかりともたせたことで、子どもたち1人ひとりが切実さを感じ、ゲームを楽しむだけで終わるのではなく、「ひろげる」段階で自分の動きの課題に向けて「体力メ

[表 1]単元計画



[表 4]自己評価の変遷



[表2]チェックテストの場

第2時(柔軟性)	第3時(タイミング)	第4時(バランス)	第5時(瞬発力)
<柔軟チェック> マットに上向きに寝る→ 脚を頭後まで曲げる(できる子どもは床までつくようにする)→元に戻す,を繰り返し20秒間行う。	<ピタッとゲーム> ステージにいる試技者は, フロアーにいる仲間が床を 滑らせたフーブに両脚を入 れる。3回で何点取れるか を記録する。	<バランスボード> 筒の上に置かれた板に乗 り、板を床に着けずに何秒 乗り続けられるか、そのタ イムを計測する。	< 瞬発力> 2 個のコーン (間隔 3 m) を20秒間で何回交互にタッ チすることができるか、そ の記録を計測する。
			37

「表3]のびのびタイムの場

はなりのしのして「五の場			
第2時(柔軟性)	第3時(タイミング)	第4時(バランス)	第5時(瞬発力)
<ジャンケン脚開きゲーム> ジャンケンで負けたら脚 を開き板目の数を数える。	<ピタッとゲーム> フロアーで床を滑らせた フープに両脚で前,斜め, 横から入るゲーム。	<バランスボード乗り> チェックテストと同様, 筒の上に乗せた板に何秒乗 れるか,タイムを計る。	<コーンタッチゲーム> 3つのコーンを20秒で何 回触れられるかその回数を 数えるゲーム。
<リンボーダンス> 体を反ってゴム組をくぐ る。何cmの高さまでくぐ れたかを見ていく。	<フープくぐりゲーム> 回転をつけて転がしたフ ープをくぐるゲーム。	<バランスチャレンジ> 平均台や竹の棒の上を歩 いたり,跳ねたりする。	<跳び越しくぐりゲーム> ゴム紐を両脚とび→くぐ る,を何回できるか。

ニュー」を考え出す意欲的な姿が見られた。また, 「体力メニュー」を考える際、子どもに合わせた 条件を提示したことで、道具の数を増やすといっ た「ひろげる」ではなく、高めたい動きに関する 「ひろげる」につながっていった。その際、「やっ てみる」での学びをもう一度確認する等、「やっ てみる」段階と「ひろげる」段階を往還しながら 「体力メニュー」をつくり出すことができた。

一方、まだトレーニング的な部分も見られた。 今後さらに「子どもに運動を合わせる」ことを念 頭におきながら、学習を進めていきたい。

(しおむら・かつまさ)

≪参考文献≫

『体育の学習』教師用指導書 (光文書院) 細江文利・池田延行・村田 芳子編著

『動きの「感じ」と「気づき」を大切にした体つくり運動の授業づく り』(教育出版) 細江文利・鈴木直樹・成家篤史 2011

「自分のこと」としての体育学習へ

東京学芸大学教授 松田 恵示

はじめに

「体力を高めるための運動」の学習は、小学校 体育の学習指導として最も難しいといっても過言 ではない。それは、塩村先生の原稿の中にもある ように、「トレーニング(訓練)」ではなく「ラー ニング(学習) | としてそれに取り組むことを指導 するのが、並大抵のことではうまくいかないから である。子どもにどんどん運動を提示して「トレー ニング」することは行いやすい。しかし、子ども が主体的に「体力の必要性」を理解し、そのため の方法を学び、実践することができるように指導 することは簡単ではない。私たちのような「大人」 になると、人間ドックで少し問題のある数字が示 されようものなら、すぐさま「運動」や「体力」 の必要性を実感し、それを充たすための方法や実 践に主体的に取り組むことはよく見られることで ある。しかし、小学校高学年の子どもが「運動」 や「体力」の必要性に気づくことは容易ではない。 このことが、「体力を高めるための運動」の学習 を難しくさせている最大の原因ではないかと思わ れる。

このような中で、塩村先生の実践は、「チェックテスト I 」 \rightarrow 「その動きを高める『のびのびタイム』で気づきを共有」 \rightarrow 「チェックテスト I 」といった流れに特徴のある学習指導でその難しさを取り除いた 1 つの実践であると思われる。いくつかのポイントに分けて考えてみよう。

1. 「ねらい」のもたせ方

「体力を高めるための運動」が、「トレーニング」ではなく「ラーニング」になるためには、子どもたちがまず運動に取り組むにあたって、適切な「ねらい」をもつことが必要不可欠なことである。例えば、休み時間に「バランスボード」に乗って遊んでいるのと、体育の時間に「バランス」力を

高めるための運動としてそれに取り組むのとでは、 どこが違うのであろうか。それは、子どもが行っ ている活動自体はまったく同じでも、その活動に 「ねらい」があるかどうか、という部分で異なっ てくる。

「ねらい」をもってある運動に取り組んだときに、事後に行なった運動を「ねらい」の視点から振り返り、そこでの取り組みを評価する活動が付随してくる。そのことは、結局のところ、そこでの取り組みがその子どもの運動を変化させることにつながっていく。「学習」とは、そもそも適切な体験や経験を通じて意味が再構成されることを指している。つまり、そこに「変化」が生まれなければ「学習」とは呼ばれない。何度注意を受けても同じことを繰り返す人のことを「学習がない」ということがあるが、それは取り組みが変化につながらなかったからである。

このような点から見ると、塩村先生の実践では 「やってみる」において、個人や学年の課題を的 確に先生が把握するとともに、子どもたちが自分 の身体と向き合うことを促す指導に留意しなが ら、1単位時間で結果が出るような「チェックテ ストⅠ→のびのびタイム→チェックテストⅡ | の 場を設定している。つまり「試す場→高める場→ 試す場」という、ゲームの学習であれば「マッチ ・トレーニング・マッチ」というMTM理論の考 え方にも通じた学習の流れを大切にすることで, 「ねらい」を子どもたちにしっかりともたせるこ とを可能にしている。まずこの点が、子どもたち の生き生きとした「ラーニング」としての「体力 を高める運動」の学習が、授業の中でいっぱいに 広がった理由であろう。また、課題をもって体力 を高めるためにトレーニングを自ら行う「のびの びタイム」において、子どもたちの興味・関心に 応じた魅力あふれる運動が用意されたことも、上

で述べた学習の流れをさらに活性化させることに つながったのではないかと思われる。いわゆる 「教材研究」の力である。

2.「つくる」という取り組みと「活用」力の育成

塩村先生の実践では、その後、「条件のもとで体力メニューをつくる」という「ひろげる」の学習へと発展させている。これまでの学習の積み重ねを生かして、自分たちの課題に応じて「体力メニュー」をつくるということと、そのまとめとしての最後のワークショップが、大変まとまりのある「体力を高める運動」の学習を創り出しているように見える。授業後に日常生活の中でさまざまな運動を引き続き行なっている子どもも現れたということが、この授業の成果を端的に表しているといえよう。

ところで、この「体力メニューをつくる」という活動に見られるような、これまでの学習を主体的に「活用」してみるという場面の指導には、もちろん、この実践報告には表れない個別の指導がなされていると思われる。「活用」という場面になったときには、子どもたちの個人差が大きく表れることも多い。特に、主体的に「つくる」という作業に取り組みにくい子どもに対しての指導には腐心されただろう。直接的な先生の指導だけではなく、子どもたちどうしのかかわり合いを深めさせたり、資料や補助教材を工夫したりといったことは、他の運動領域の学習指導でも共通する課題でもあろう。

こういう場面では、「思考する力を高めること」が大きなポイントとなってくる。そもそも、この「考える」という作業は、社会学者の宮原浩二郎が『ことばの臨床社会学』(ナカニシヤ出版、1998)の中で、「感じて返ること」=「感・返る(かんがえる)」ではないかと述べている。つまり、頭の中で情報を組み合わせて「じっーと」思いにふける、というイメージではなくて、まず行動があって、その後に「振り返る」ことから言葉を紡ぎだすことをいうのではないか、という指摘である。

この意味では、「つくる」あるいは「思考」することが苦手な子どもたちには、まずは「動く」ことから始めさせる指導が大切なのではないかと思う。話を聞かせたり、ノートを書かせたりすることを優先するのではなく、とにかく、まず「動



ねらいのもたせ方が、体育の学習指導のポイントになる

く」ことを促し、その後に、行ったことを言葉にすることを繰り返すという感じである。この意味でも塩村先生の実践は、「のびのびタイム」で取り上げた運動が、子どもの「動いてみたい」という素朴な気持ちを引き出すことに成功しているために、各自がより単元後半で運動に工夫を加えていくこと=活用することが活発に行なわれることを促したのではないかと思われる。

おわりに

先にも述べたように、体育の学習指導では「ね らいしを子ども自身のものとして、どのようにも たせることができるのか、このことが大きなポイ ントとなる。これがうまくもたれなければ、そこ での学習が「自分のこと」にならないのである。 スポーツの領域やダンスの領域は、その点、活動 自体が楽しさにあふれたものであるので「ねらい」 も自然ともたれやすいところもあるが、「体つく り運動」ないし「体操」の領域は、子どもたちに しっかりと自分のものとなるような「ねらい」を もたせることが難しいところである。塩村先生の 実践以外にも、さらにどのような「ねらい」のも ち方、もたせ方の工夫があるのか、今後もさらに 実践や研究を積み重ねて明らかにすることは、大 きな体育の学習指導上の課題の1つにもなってい るように思われる。

このときに、ICTの積極的な利用など、今後体育の授業を取り巻く技術環境の進歩や、他方では、近年盛んとなりつつある学校外の人材との連携や施設利用などの地域参画型の取り組みなどは、もっと重点的に取り組まれてよい授業づくりの工夫となっていくのではないかと考えられる。このような観点からの学習指導の工夫も加えた、ますますの授業研究の進展を図りたいところである。

(まつだ・けいじ:教育社会学/『体育の学習』編集委員)

高まる挑戦意欲と活発な教え合い

■学習の流れがわかりやすい!

本実践は、3年生の「鉄棒運動」である。単元のはじめに『体育の学習』を活用しながら、単元の進め方や学習の流れ、安全面などについて確認した。わかりやすいイラストや写真などを中心に簡潔な説明文を添えた、視覚に訴える紙面構成なので、子どもたちもそれを見たり読んだりしながら頭の中にしっかりとイメージをもつことができたようだ。さらに、多くの子どもたちが「早く学習をしたい」「こんな技をやってみたい」という意欲や関心をもつことができ、大変有効だった。

紙面冒頭の「毎時間のはじめにこんな運動してみよう」のコーナーを「準備運動」として位置づけ、「つばめ」や「ふとんほし」「こうもり」など、2年生までの学習経験を生かして取り組むことができた。苦手意識をもっている子どもたちでも、「これなら自分にもできる」と思うことができ、一生懸命「準備運動」に取り組み、心も体もしっかりと準備することができた。

■技のポイントや練習のしかたがわかりやすい!

「自分の力に合ったできそうな技に挑戦しよう」 (やってみる)の学習では、それぞれの技の連続 写真が掲載されていて、大切なポイントについて は写真と引き出し線で結んで文章で解説したり、 それに連動する写真の当該箇所を赤丸で囲ったり してわかりやすく示されている。

また、技のポイントだけでなく、その技を完成するための練習方法についてスモールステップで表示されているので、子どもたちはそれを見ながら、段階を追って練習に取り組むことができた。さらには、自分のつまずいているポイント箇所がわかれば、連動した「練習のしかたの例」の番号を探してピンポイントでそのつまずきに適した練習をすることもできる工夫がされているので、もう少しでできそうな部分の練習に懸命に取り組む子どもの姿も見られた。

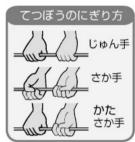
「自分の力に合った」という文言も大切なところで、子どもたち1人ひとりの実態が違うようにその子の「できそうな技」も違うので、この『体育の学習』のように、たくさんの技が例示されていると、子どもたちも「これなら自分にもできそうだ」「この技に挑戦してみよう」「次はこの技に

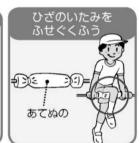
3 てつほううんどう ブラブラふって くるっと回る!

学習のねらい 「きほんのわざ」や「すすんだわざ」に ちょうせんしたり、できるわざを組み合 わせたりする。



「学習のねらい」や「毎時間のはじめの運動」の例

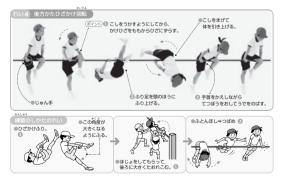




鉄棒の握り方の基本や安全面などにかかわる内容



「補助さか上がり」「さか上がり」と「練習のしかたの例」



「後方片ひざかけ回転」の連続写真に示されたポイントの 丸数字は下の「練習のしかたの例」の丸数字と連動してい るので、自分に必要なピンポイントでの練習も可能。

福岡県福岡市立塩原小学校指導教諭 小林 信太郎



教師とともに技のポイントの確認



友達どうしで技のポイントの確認



声をかけ合いながら技の練習に取り組む①



声をかけ合いながら技の練習に取り組む②

しよう」などと前向きに考えることができ、子ど もたちの挑戦竟欲を盛りたてることができた。

3年生ということもあり、なかにはひとりではなかなかポイントを理解することができない子もいたので、その際は教師が積極的にかかわり、『体育の学習』を広げ、指をさしながら一緒に音読をして技のポイントを確認していった。このような手立てをとることで、資料を読み取ることが苦手な子たちも理解することができていった。

■子どもどうしの教え合いが活発になる!

子どもたちは『体育の学習』を活用しながら学習をしているので、子どもたちどうしの教え合いが活発になった。技ができた子どもたちが、友達の取り組みを見て具体的にアドバイスできるようになっていった。技のポイントを紙面上でしっかりと見たり読んだりしてできるようになった経験を生かし、例えば、後方片ひざかけ回転を練習している子どもたちに「腰を浮かすようにして」とか「最後に手首を返すようにしてみて」など、本に書かれている技のポイントを自分の言葉でしっかりと伝える姿が多く見られるようになった。

子どもたちどうしのかかわり、教え合いがあるので、アドバイスをした友達ができたときには、一緒になって喜んだり褒めたりするなど、自分のことのようにうれしそうに話す姿が多く見られた。このような繰り返しの中で、学習の場がとても温かい雰囲気になっていった。

■教師の指導力向上に役立つ!

器械運動は「できない」とどうしてもその運動に対して苦手意識をもつ子どもたちが多い。そこで、やはり、どの子にも「できる」喜びを味わわせることが大切だと常に思う。しかし、教師自身が技の構造的特性を知らずに、子どもたちに「さあ、やってごらん」と投げかけても説得力がなく、なかなかうまくいかないことのほうが多いようだ。つまり、教師自身が技の構造的特性をしっかりと把握し、指導・支援していくことがとても大切なことだと考える。『体育の学習』には、その技の構造的特性がわかりやすく示され、教師自身の指導力を向上させるうえでもとても有効な副読本であると考える。(こばやし・しんたろう)

こんなときは?

教えて!体育指導の

くふうとアイディア

回答者 東京学芸大学附属大泉小学校教諭 **松井 直樹**

器械運動ではグループ学習での活動が多いのですが、ただ単にグループで学習するだけではあまり意味がないと思っています。どのようなことに留意すればよいですか。(男性: 教職展3年)

私もこれまでに器械運動で、子どもたちが一緒にいるだけの「グループ学習のつもり」であったことがあります。そのような学習では運動学習に取り組む時間が少なく、その結果、学習内容の習得も不十分でした。つまり、「意味のあるグループ学習」ではなかったのです。

では、「意味のあるグループ学習」とは何か、 そのためはどうすればよいかを具体的に考えてみ ましょう。

(1)意味のあるグループ学習で「できる」「わかる」「かかわる」体育授業を目指そう!

私は、児童にとってのよい体育授業は、「できる」「わかる」「かかわる」体育授業であると考えています。グループ学習を意味のある学習活動にすると、「できる」(技能)、「わかる」(思考・判断)、「かかわる」(態度)に関する学習内容をよりよく学ぶことができます。そのためのポイントは以下の3つです。

①学習課題を明確に!—「できる」グループ学習 まず、1時間の授業における学習課題を明確に しましょう。課題を明確にすることによって個人 やグループで学び合う目標がはっきりします。また、技を広げすぎず、目指す中心技があれば、学 習課題も明確に捉えやすくなります。

②運動大切ポイントで「何を考えるのか」の共有!

一「わかる」グループ学習

器械運動の技には、身につけさせたい技能ポイント(私は「運動大切ポイント」と呼んでいます)があります。体育授業では、「どうしたらできるようになるのか」を共に考え、児童がそれらのこ



▲導入場面で、学習課題を明確に!

とをわかってできるようになることが大切です。 できた子はそのポイントを言葉にして仲間に伝え ることによって、もう少しでできそうな子の運動 を支えることもできるのです。

③みんなができる喜び(集団達成)を!

一「かかわる」グループ学習

最近では器械運動の集団化の実践も多く見られます。しかし、その前に、個人のめあてを達成するためにグループの仲間としてどのようにかかわることができるか、そのことを学ばせることが大切だと考えます。そのいちばんの方法は「補助」です。仲間で補助をすることによって「みんなができた、みんなでできた」という集団達成感を味わうことができます。

(2)3つのステップで意味あるグループ学習を

意味のあるグループ学習を進めるために、その基盤づくりとなる3つのステップを紹介します。

①グループ学習のしかたを示す

グループ学習とその方法(準備, 1人の練習回数, ローテーションのしかた等)を正しく示します。オリエンテーションでの必須指導内容です。

②グループ学習の機会を設定する

器械運動では器具・用具を多く使用するので、 グループのみんなが効率よく運動できるように、 活動時間を確保することが必要です。ですから、 場合によってはグループでの活動はまとめの時間 だけ、といったように設定することもできます。 「はじめにグループ学習ありき」にならないよう にしましょう。

③グループ学習の成果を評価する

グループでの活動のよい取り組みは評価する, 褒めて伸ばすことが重要です。そのことによって, グループ全体の学習意欲を高め,意味のあるグ ループ学習に児童は夢中になることができます。

このような3つのポイントを1サイクルとすることが大切です。「先生!見て!見て!みんなで考えたポイントで教え合ったら、○○さんできたよ」とグループのみんなが教師へ駆け寄る姿、そんな授業のゴールイメージが見えてきます。







▲「わかったこと」掲示板



▲ペアの運動を相互評価し合う

技能や関心・意欲・態度は見取りやすいのですが、思考・判断の部分がうまく見取れません。 どうすれば、思考・判断を上手に見取り、評価できますか。(女性: 教職版 4年)

学習評価は、児童が学習目標に向けてどの程度成長・変容したかを確認し、目標達成を目指してさらなる改善策を考えようとするものです。植物で例えると、「技能」「知識・理解」の評価は花や実にあたる「見えやすい部分」ですが、「思考・判断」の評価は、土の中にある根のように「見えにくい部分」ではないかと考えます。しかし、根は花や実をつけるために必要不可欠なものです。そこで必要不可欠な「思考・判断」の評価の見取り方を考えてみましょう。

(1)3W1Hで思考・判断の評価活動

私は単元前に「いつ」「だれを」「何を」「どの ように」評価するかを考えて授業に臨みます。

- ○いつ…単元計画でどの時間に思考・判断の評価をするか、評価できる時数と場面を計画します。毎時間にすべての評価をすることは指導とのバランスから難しいからです。ただし、授業後、できるだけすぐに記録するようにしています。
- ○だれを…もちろん、児童全員ですが、広い教室で展開される体育授業では、1単位時間に全員という考えより、単元を通して計画的に評価し、単元全体が終わった時点で児童全員の評価、としてよいのではないでしょうか。
- ○何を・どのように…単元の思考・判断の目標を 把握し、「何を」評価するか、学習活動に即し た評価規準作成をしていきます。その際、児童 の具体的な姿を明確にすることが重要です。

<例>多様な動きをつくる運動遊び

友達のよい動きを見つけている(学習活動に即した評価規準)。→よい動きを理解し、それに合った動きを身につけている友達を認識している(児童の具体的な姿)。「どのように」評価するかの方法としては、観察法や見えにくい部分を見える形にするために学習カードや掲示物を活用して、自

分の運動や友達,チームについて考えさせる,というようにします。まとめの時間での聞き取りで 評価をすることもあります。

私は体育授業づくりで「何を」は評価規準,「どのように」は指導場面と捉えていますが,「指導と評価の一体化」といわれることは,「何を」と「どのように」を一体化させることなのです。

(2)自己評価、相互評価ができる児童を育てる!

思考・判断の目標をもとに、児童は工夫して自分のめあてに主体的に取り組みますが、器械運動では自分で運動の場を選んだり、ボール運動では簡単な作戦をもとに自分がどのように工夫して役割を果たすかを考えたりすることなどがあげられます。児童が自分の動きを自分なりに振り返ることができたり、児童どうしが互いに相手を評価したりするなどの相互評価ができるようになると、それが教師の評価場面や評価資料にもなります。

(3)学習評価の共有化を大切に!

体育的な学力には、技能、思考・判断、関心・ 意欲・態度があると考えます。体育科の学習内容 にはさまざまな領域がありますので、その学力を バランスよく身につけさせることを私は意識して います。年間の単元計画を立てる前に、学年全体 で、体育的な学力のバランスをもとに評価規準と その見取り方について共通理解を図るようにしま しょう。

教師は体育科のみならず、多くの教科を評価をします。見えるものの評価でさえ難しいのに、見えにくいものを評価することは容易なことではありません。評価は「こういう角度から見ればこのように見取ることができた」と言い切ればそれでよいと考えます。その角度を、できるだけ明確に多様に行うことで少しずつ「見取る力」が身につき、指導へと活かされます。

「評価しなくちゃ!」ではなく「自分の授業は本当に評価ができるような授業となっているか?」と考えましょう。「評価する授業」から「評価ができる授業へチェンジ!」が合言葉です!

(まつい・なおき)

外野席から



女性からの「日本柔道改造法案」

ジャーナリスト 岡崎 満義

日本柔道界の構造的な問題点

最近の日本柔道界では目を覆いたくなるような不祥事が続発した。日本生まれの柔道が、世界の JUDOになり、世界中に愛好者が増えるメジャーなスポーツとして進化してきている中で、信じられないような"事件"が報道された。

2011年,北京五輪66kg級で金メダルの内柴正人が教え子の女子部員の泥酔中に性的暴行を加え,準強姦の罪に問われて一審,二審とも懲役5年の実刑判決を下された。2013年1月には,女子柔道の国際試合強化選手15名が,園田隆二全日本女子ナショナルチーム監督ら指導陣の暴力行為やパワハラを弁護士を通して世に訴えた。その声明文は誠に悲痛なものだ。

「……指導の名の下に、または指導とは程遠い形で、園田前監督によって行われた暴力行為やハラスメントにより、私たちは心身ともに深く傷つきました。人としての誇りを汚されたことに対し、ある者は涙し、ある者は疲れ果て、またチームメートが苦しむ姿を見せつけられることで、監督の存在におびえながら試合や練習をする自分の存在に気づきました。代表選手・強化選手としての責任を果たさなければという思いと、各所属先などで培ってきた柔道精神からは大きくかけ離れた現実との間で、自問自答を繰り返し、悩み続けてきました。……」

これは単に特殊な指導者の暴行,パワハラ事件 というにとどまらず,柔道界全体の上位指導者糾 弾に等しい内容として読める。日本スポーツ界で 前代未聞の出来事だろう。

この深刻な事態がなぜ生まれたのか、それは個人的資質の問題として片づけられるような問題ではなく、日本柔道の歴史、歩みの中に潜む構造的な問題ではないか、と考えたのが、昨年11月に出

版された溝口紀子著『性と柔 女子柔道史から問う』(河出ブックス)である。溝口紀子さんはバルセロナ五輪女子柔道52kg級銀メダリストで、一時フランス代表柔道チームのコーチも務めている。37歳で子育てをしながら東大大学院博士課程で社会学を学んだというから、トップレベルの柔道体験、国際的な異文化体験をもち、学問を通して歴史的社会的なパースペクティブを獲得した人だから、最適の筆者といえるだろう。

今,日本柔道といえば即,講道館柔道だが,戦前はそれ以外の諸流派があり,女子柔道の試合が行われ,海外にも普及して女子柔道の試合が当たり前に行われていた。つまり,女子にも男子と同様,"開かれた柔道"であった。家父長制,男社会のモラルにしばられた柔道ではなかった。戦後,GHQの方針で嘉納治五郎の興した講道館柔道のみが認められ、諸流派の柔道は廃れていった。

「嘉納は、女子柔道の教授法について次のように述べている。『女子修行者に対してくれぐれも望むところは、飽く迄合理的で決して無理せぬことである。無理は怪我と病気の基、女子柔道に試合とか勝負とか禁じておるのは、勝負や試合になると勝ちたい、負けたくないの一心からとかく無理をするようになり、又それが原因で病気を引き起こしたり、最悪の場合は一生を台無しにするような不幸を招くこともないとは限らない、そういうことを慮るからである』」という。溝口さんは、

「嘉納は女性軽視の思惑から試合を禁止したのではなく、十分な筋力がない少年や女子だから こそ安全に配慮し試合を行わなかったのではないだろうか」

と好意的にみている。しかし結果的にはそのことがグローバル化した JUDOへの取り組みを遅ら

せ,女性を排除した「男性中心の柔道ムラ」を作 り出すことになったようだ。

最近、日本の家電、ケータイ電話はガラパゴス 化している、とよく言われる。東太平洋上の赤道 直下にあるエクアドル領のガラパゴス諸島には、 ガラパゴスゾウガメ、イグアナなど各大陸とは隔 絶され、独自の進化をとげた固有種が数多く存在 する。その島だけに適応し、進化した動植物の楽 園がガラパゴス諸島である。日本では家電のみな らず、柔道もガラパゴス化してしまったのではな いか。閉じられた世界、外からの風が吹き渡らな い世界で引き起こされたのが体罰であり、パワハ ラ、セクハラ事件ではなかったのか。

柔道のガラパゴス化は男子選手,監督,協会役員たちにとってはそれほど居心地の悪いものではなかったようだ。ガラパゴスにはガラパゴスの幸福がある! パワハラ,セクハラ事件に対して男性から「異議あり」の声が上がらなかったのもわかるような気がする。

女性差別を克服して

『性と柔』を読み続けながら思い出したのは、2012年度のミズノスポーツライター賞を受賞した小倉孝保著『柔の恩人 「女子柔道の母」ラスティ・カノコギが夢見た世界』(小学館)である。ニューヨークの貧しい家庭に生まれたラスティは、少女時代は不良少女として町で喧嘩に明け暮れ、最初の結婚も失敗したが、JUDOに出会って人生が変わった。日本人柔道家・鹿子木量平と再婚、その後は柔道一筋の道を歩み、全人生を賭けて女子柔道をオリンピック正式種目にするための努力を続けた。厳しい少女時代の環境の中で、彼女は人間には「釘」になる者と「ハンマー」になる者の2種類しかない。そこで「釘になるな、ハンマーになれ」の信条をもち、生涯を通して変わらなかった。

アメリカの柔道界にも女性差別はあった。1959年のニューヨーク州柔道選手権大会で、団体戦の一員として出場、優勝したにもかかわらず、女性であるという理由でラスティは結局メダルはもらえなかった。そのとき彼女は

「それまでの稽古は、柔道が好きだからやっているという感じだった。(中略)でも、この大会後、私ははっきり自分の使命を自覚した。女子柔道を世界に認めさせ、女性も柔道でメダル

を競えるようにすることが私の使命だと思った のです。|

と話している。ラスティの獅子奮迅のはたらきで、1980年、ついに第1回世界女子柔道選手権大会がニューヨークで開かれ、27か国から125名の選手が参加した。そして、1992年バルセロナ五輪から正式種目になったのだ。

1979年に国連総会で女性差別撤廃条約が採択されたことも大きな追い風ではあったであろう。しかし、やはり差別された痛みを知るラスティが渾身の力をふるって、まさに人生を賭けて五輪正式種目への運動を続けたからこそ実現したのに間違いない。

ラスティがつけた道の先を溝口紀子は歩いているように見える。溝口さんは,

「『柔道ムラ』の特権を持つ全柔連や講道館の理事会は、すべて男性に限られている。特に進学から就職まで全柔連関連の『利権』に群がる体質があるため、組織的な公金不正受給や暴行などの不祥事があっても上層部に発言ができない。言い換えれば『男のムラ社会』では外に置かれていた女性であったからこそ男性より告発しやすかったのかもしれない。…」

と大胆率直に書いている。

「これまでの『勝利至上主義』的運営に警鐘をならし、強化だけでなく普及、安全を包含したやさしい柔道、特に『遊びの柔道』を展開していくことを期待したい。…」

一一その言や好し、である。「遊びの柔道」という聞き慣れない言葉は、溝口がフランス柔道を体験したことによるようだ。1983年から2011年までに日本柔道界では子どもの死亡事故がわかっただけで118名、一方フランスはゼロ。今や柔道人口は日本20万人、に対しフランスは60万人と日本の3倍となっているにもかかわらず、死亡ゼロの理由は、子どもの指導方法の違いからくるようだ。

スポーツをする人も見る人も金メダル、勝利至 上主義のワナにすぐ落ちてしまいがちだが、スポーツのもつ可能性は勝利至上主義の方向にあるだけではない。もっと豊かなものがあるはずだ。自分の人生設計や社会の行方に深くかかわる大切な"公共財"だ。女性の力がますます必要とされる時代になった。



2020年 東京オリンピック・パラリンピック開催に寄せて

オリンピックと学校教育

国士舘大学教授 田原 淳子

東京で再び開催されるオリンピックを6年後に控えて、各方面の準備が進んでいく。学校では、子どもたちにどのようにオリンピックを伝え、そこから何を学ばせればいいのだろうか。近代オリンピック誕生の歴史とその理念(オリンピズム)を振り返りながら、国際オリンピック委員会(IOC)が推進しているオリンピックの教育的価値と学校教育の展開について述べてみたい。

近代オリンピックの誕生とその理念

オリンピックの起源は古代にさかのぼる。いわゆる「古代オリンピック」は、ゼウス神を祭る全ギリシアの大会としてオリンピアの地で紀元前776年から紀元後393年まで1200年近くにわたって4年ごとに開催されていた。4年間という時間の単位をオリンピアードと呼び、その1年目に大会が開催された。大会の前後を含む期間は、ギリシアの都市国家(ポリス)間の協定により、休戦が維持されていた。

この神聖な大会は、ギリシアがローマ帝国に征服されたことによって幕を閉じるが、そのころには現代でいうところの八百長など過度に勝利を求める志向があったと指摘されている。その後、地震や河川の氾濫が起きてオリンピアは土砂に埋もれ、その遺跡がドイツの発掘隊によって再び人々の前に姿を現すまでに、実に1500年近い時を経る。

古代遺跡の発掘が世間の注目を浴びたこの時代に、フランスの貴族で教育者のピエール・ド・クーベルタン (1863~1937) は生を受けた。子ども時代に戦争を経験し、貴族としての教育を受けたクーベルタンは古代ギリシアの文化にも造詣が深かった。さらにイギリスの教育に強い関心をもってパブリックスクールを視察したクーベルタンは、スポーツこそが人間を真に教育するのにふさわしいという確信をもつに至る。

クーベルタンは、古代のオリンピックを現代風に復活させ、4年に一度、世界のアスリートが一堂に会し

て交流することによって,スポーツが教育の重要な手段になることを世界に伝え,スポーツを普及し,世界の平和に貢献しようとしたのである。

よく耳にする「より速く、より高く、より強く」という言葉は、IOCが定めたオリンピックのモットー(標語)である。日本では競技力向上の象徴のように使われることが多いが、元はフランスの陸上競技大会で高校の校長のアンリ・ディドン神父が生徒に語った言葉である。他人と比較して優劣を競うというよりも、あくまで自分自身を基準にして、これまでの自分より一歩でも前進するように努めることで、競技を通して人間としての成長を促すことを意図している。

オリンピックの理念を伝えるもう1つの言葉に「参加することに意義がある」というものがある。その由来は第4回ロンドン大会(1908年)にさかのぼる。そこでの綱引き競技で、当時世界の二大勢力であった英米が対戦することになった。イギリスチームは警察官で構成され、彼らは職務上の靴で底に鋲のついたシューズを履いていた。そこに不公平を感じたアメリカ側が抗議をしたが、審判がこれを受け入れなかったため、アメリカチームが試合を棄権するという事件が起こった。

この事実を知ったセントポール寺院のペンシルバニア主教エセルバート・タルボットは、現地の教会で行われた説教の中で、「オリンピックは勝つことではなく参加することに意義がある」と述べたのである。クーベルタンが後にこれを引用して「人生において大切なことは成功することではなく、努力することである」と付け加えた。ここには、「結果」ではなく「過程」を重視する考え方が示されている。言葉がひとり歩きをすると、「参加」すればいいのだから、結果はどうでもいい、とも解釈されかねない。だが、その真意は、いかなる状況にあろうとも、最善を尽くすことの大切さを説いたものである。

こうしたオリンピズムの考え方は、オリンピックに 出場するようなトップアスリートだけに当てはまるわ けではないことに気づくであろう。子どもから大人まで、すべての人が自らの日々の営みの指針にすることができる。オリンピズムが人生哲学であるといわれるゆえんである。

オリンピックの何を教えるのか

オリンピックについて国内外の学校でどのように教 えてきたのかをみると、いくつかの段階を経てきたこ とがわかる。

1964年東京オリンピックの際に顕著であったように、日本を含めて従来のオリンピックについての教育は、オリンピックにかかわる重要人物、オリンピックの歴史や仕組み、オリンピックのシンボルなどの知識を学習することが中心であった(知識の学習)。その後、社会科などでは1つの時代の象徴としてオリンピックを捉えたり、オリンピックをめぐる社会事象(国際政治によるボイコットやドーピングなど)を批判的に取り上げたりするような学習課題もみられた。

また、オリンピック自体について学習するというよりも、多くの教科でオリンピックの話題を取り上げることで、オリンピックというカリスマ性を活用して生徒の関心を高め、学習効果をあげるという手法も使われてきた(教育効果の促進)。

しかし、近年ではそれまでの学習方法に加えて、子どもたちがオリンピズムを学び、それを実際の態度や行動に活かせることが目指されるようになってきている。つまり、スポーツを通して養われることが期待されるフェアプレーなどの倫理について教え、実際に生活の中でもそのような態度がとれるようにすることが目標になる。

IOCは、オリンピックの価値を「卓越」「友情」「敬意」という3つのキーワードで示し、さらに五輪にちなんで次の5つのキーワードでオリンピックの教育的価値を説明している(①努力から得られる喜び ②フェアプレー ③他者への敬意 ④向上心 ⑤体と頭と心のバランス)。各キーワードの解説は右上に示すが、IOCは、次世代を担う若い人々が責任ある市民になり、国や地域、地球の発展過程に積極的に貢献できるようになることを、スポーツの力を用いて支援することを目指している。

オリンピックと学校教育

それでは、学校教育の中でどのようにオリンピック を扱えばいいのだろうか。一般に日本でのオリンピッ

●オリンピックの価値

・卓越(Excellence)

スポーツに限らず人生においてベストを尽くすこと。大切なのは勝利することではなく、目標に向かって全力で取り組むことであり、体と頭と心の健全な調和を育むことである。

· 友情(Friendship)

スポーツでの喜びやチームスピリット,対戦相手との交流は人と人とを結び付け,相互理解を深める。そのことは平和でよりよい世界の構築に寄与する。

・敬意(Respect)

互いに敬意を払い、ルールを尊重することはフェアプレー 精神を育む。これはオリンピック・ムーブメントに参加す るすべての人にとっての原則である。

●オリンピックの教育的価値

・努力から得られる喜び(Joy of Effort)

スポーツで自分自身の限界に挑み、相手に挑戦することで、若者は体力、行動力、知力を育む。

・フェアプレー(Fair Play)

スポーツを通じてフェアプレー精神を学ぶことは、社会に おいてフェアプレー精神に即して行動することを促す。

・他者への敬意(Respect for Others)

多彩な文化の中に生きる世界の若者が多様性を受け入れ、 互いに尊敬することを学び平和的な態度をとるとき、平和 と国際理解は促進される。

· 向上心(Pursuit of Excellence)

卓越したものに目を向けることは、若者に前向きで健全な 選択と、可能な限りベストを尽くそうとする努力を促す。

・体と頭と心のバランス(Balance between Body, Will and Mind)

学びは体全体で行われるものであり、単に頭で行われるも のではない。身体的な活動は、道徳的かつ知的な学びを発 展させる。

クのイメージは「金メダル」「順位」「勝敗」など個人 の成果に着目したものが多い。一方、諸外国では指導 のしかたによって子どもたちのオリンピックのイメー ジが「フェアプレー」や「歓声と多くの人」「信頼と自信」 など人々の態度に向けられた事例が報告されている。

子どもたちには、オリンピックの教育的価値に示した5つの行動指針とあわせてオリンピックやスポーツの意義を理解させ、体育や運動・スポーツの場における実践を通してそれらを体得させてほしい。そしてそれが日常生活や人生の生き方にもつながることを理解させてほしい。

オリンピックは単なるスポーツ大会ではないことを 思えば、オリンピックの話題や題材から国語、算数、 理科、社会、音楽、美術、技術・家庭、英語、道徳な ど、体育以外にもあらゆる教科と連動させて授業を展 開することが可能である。奥が深く、広がりがあり、総 合的な学びが展開できる。オリンピックの特徴を活か した学校でのミニ・オリンピックの開催もオリンピッ ク教育のハイライトになるであろう。

2020年日本でのオリンピック・パラリンピック開催という類いまれな機会を前に、創造力豊かなオリンピックの教育実践がなされることを切に期待したい。

(たはら・じゅんこ)

子どもにきかせたい話

東京五輪開催によせて

東京学芸大学准教授/『体育の学習』編集委員 ソウル五輪体操男子団体総合銅メダリスト

水島 宏一

オリンピックあれこれ

オリンピック村という言葉をご存知かと思いますが、最近は、「アスリートヴィレッジ」「メディアヴィレッジ」に分かれていて、前者がいわゆるオリンピック村です。体操、水泳、陸上……、全競技団体のオリンピック選手やその関係者たちが、同じ場所で生活します。やはり選手のいちばんの楽しみは食べ物です。食事はバイキング形式で、世界中の食事があります。宗教的に豚肉や牛肉が食べられないといった場合もあるため、セクションごとに国旗が飾られ区別がつくようになっています。オリンピック村に入ったときにざっと見て、選手どうしで手分けして食べてみて、どれがおいしいか、といった情報を共有したりします。

住居はいわゆるマンションで、基本的に国ごとに棟が分かれています。ベランダから大きな国旗をぶら下げているので、どの棟がどの国かがすぐわかり、知り合いも探しやすいです。だいたい1部屋に1人もしくは2人の選手が入って、約1か月間のオリンピック期間をそこで生活します。ランドリーなども基本的に棟の中にあります。

加えてオリンピック村には、ゲームセンターやマクドナルド、映画館まであり、スポーツ用品メーカーが服を配っていたりもします。基本的には、オリンピック村で何でもそろいます。外に出られないことはないのですが、ドーピング検査に引っかかるようなものを食べてしまったり、また選手が危険な目に遭ったりということもないとはいえないので、基本的にはオリンピック村の中で生活をしなくてはなりません。

オリンピック村に入る際には、IDを持って3, 4つのゲートをくぐり、セキュリティーチェック を受けます。取材目的であってもすべてのゲートはくぐれず、奥は選手たちのプライベートゾーンになっています。そのため、選手がリラックスできる状況ではあります。また、自分の出番まではやはりピリピリしますが、出番が終われば、全員が選手なので「○○選手にサインもらいに行こう」「ピンバッジ交換しよう」という感じで、外国選手たちとのコミュニケーションもあります。知り合いの外国選手といっしょにゲームセンターに行ったり、食事したり、メールアドレスを交換したりと、村の中では人とのつながりが生まれます。

また、選手やメディア以外にオリンピックにかかわっている人たちとして、ボランティアの方々もいます。例えば、各競技場の中にはインフォメーションを担当する方がたくさんいて、どこに何があるかを案内してくれます。北京オリンピックでは、英語の通訳をするのが、中国の中学生と高校生で、とても流暢な英語を話していました。年配の方も、観光案内や街中の掃除など、いろいろなことをしていました。

最後に、これはあまり知られていませんが、4年に1度、オリンピック開催地でオリンピアン(オリンピック出場経験者)の同窓会というものがあります。全世界、全競技団体のオリンピアンが集まります。アテネならパルテノン神殿といった、現地の歴史的建造物に入れたり、現地のおいしい料理やお酒を一緒に飲みながらオリンピックの映像を観たり、最後にはその土地の有名なお土産をもらったりします。一緒に戦ってきた選手と久しぶりに会って、「今何してるの?」と情報交換や名刺交換をしたりして、久しぶりにつながってメールのやりとりが始まったりすることもあります。

オリンピック代表になると海外に行くことが多く、そこでいろんな人とのつながりができます。 五輪マークは五大陸の象徴なので、オリンピアン になるとそれが実感できます。

体操競技の見どころ

(1)競技者の身体感覚

オリンピックで使用している鉄棒は2m80cm。内村選手だと、そこから大車輪をして手を放して、体を伸ばしたまま縦2回転、横3回ひねりをして降りていく。着地時には、体重の5倍から場合によっては1トン近い重さが一気にかかるのですが、

人間の体にはたくさんの関節があるので、関節をうまく曲げながら体全体で重さを吸収します。上手な選手は、手が前に出て、うまく体に丸みを帯びて着地しているのがわかります。そうでない選手は、着地した途端に跳ねたり、後ろにバタバタ歩いたり、前につんのめって手を着いたり……。では、なぜそうなってしまうのでしょうか? その一因は、下が見えていないからです。

体操選手は、自分の頭と足の位置をすべて把握しているだけでなく、基本的には下を確認しながら回っています。しかし、小学生から大学生までそうですが、マットで前回り、あるいは後ろ回りをするときに、目を開けているか閉じているかというと、たいてい閉じていると思います。「何が見えた?」と訊くと、「真っ暗だった」と返ってくる。布団の上で目を開けて前回りしてみると、景色が簡単に確認できると思います。体操選手は、一瞬のうちに空中で宙返りやひねりを繰り返しています。でも、下が見えているんです。下を見ていると頭の位置が動かないので、「あ、着地がきれいに止まるな」ということが着地前にわかります。

同様に、手を放して宙返りやひねりを加えた後、また鉄棒を持たなくてはいけない場合も、放した瞬間からずっと鉄棒を見ています。見失うことはありません。スローモーションで離れ技が映ったときに、「どこ見てるのかな」という違った目線で選手のスローモーションを見てもらうのもおもしろいのではないかと思います。

また、体操選手はものすごい握力なのかという と、そうでもありません。完全に握る瞬間は、あ まりないのです。倒立しているときも、手をべたっ と着かずに指先でつかんでいるように映ると思い ます。指の力でバランスを取っているということ です。目を閉じて気をつけをして、少し前に体重 をかけたときに、自分の足の裏のどこに力が入っ ているかということを感じてもらうと、それが逆 立ちしたときの手と同じ状態です。おそらく、つ ま先や足首に力が入ると思います。逆立ちしてい るときは、それを指先と手首で行うことになりま す。また、目を閉じて30秒ほどじっとしていると、 揺れている自分に出会うと思います。倒立でも、 その揺れている体を止めるために、先ほどふれた 指先や手首に加え、肩、ひじ、お腹、腰、あるい はひざ、つま先などでバランスを取っています。

じっとしているようですが、そのように体は動き 続けているのです。学校で倒立を行うときに、そ れを知っておくとよいかもしれません。

(2)プレッシャーと闘う

体操競技の大きな試合には、全日本選手権、世 界選手権、オリンピックなどがありますが、全日 本選手権とオリンピックを比べると、何倍の緊張 感でしょうか。全日本は国内なので自分の生活リ ズムで試合ができますが、オリンピックは全く違 います。また、何万人という人が見ています。日 本ではみんな味方というイメージがありますが、 オリンピックは国対国の戦いなので、ブーイング もあります。その中で、自分の演技をやるには、 内村選手がオリンピック前に取材で答えていたよ うに「寝起きで自分の演技ができなくてはならな い」。プレッシャー克服のためには、それくらい の事前準備が必要ということです。子どもたちも 同じで、テストで緊張する気持ちはあると思いま すが、テストの問題を見た瞬間に「あっ、昨日こ こやろうと思ってたんだよな……。やっておけば よかった」という瞬間と出会うことが、おそらく 一度はあると思います。もちろんオリンピックで は、それを絶対にやってはいけない。後悔先に立 たずで、「わかっているなら、やっておく」とい うことです。できる準備はすべてやりきる。やり きることで不安がなくなる。さらに、自分がやっ ておくべき練習をしっかりやっていれば、それが 消化できたことで自信にもなります。オリンピッ ク選手たちは全員が国や地域の代表ですから、天 と地ほど実力差が開いているわけではないので、 どれくらいセルフコントロールができるか、とい う心的な部分が大きいです。それを補填するため は、国内から出る前にやり残さないことです。

また、そこには体調管理もかかわってきます。 どこか怪我をしていると、何かしら準備ができないでいるため、不安材料=プレッシャーになります。健康でなくては、試合はできません。体調管理も、選手の最大の仕事のひとつです。オリンピック選手は体力があると思われますが、それだけ重いプレッシャー、心的な苦痛があるので、一般の人よりも体調を崩しやすい条件がそろっているかもしれません。防衛体力と行動体力がそろって初めて健康ですし、万全な状態でなければ、オリンピックは戦えないのです。(談)

教科書を有効に活用して 効果的な保健学習を

東京学芸大学教授 教科書『小学保健』(光文書院)編集委員 **渡邉 正樹**



1. 教科書はどのように使われているか

平成20年から平成21年にかけて公益財団法人中央教育研究所が、「教師と児童・生徒の教科書の使い方および教科書観に関する調査」を実施しました。この調査の中では、教師が授業で教科書をどのように使っているかを調査していますが、小学校では教科書の内容を8割以上教えているという回答が96.6%に達しました。また約9割の小学校で、教科書の内容を板書し、児童に質問し、ノートに書かせるという指導を行っていること、教科書に対して満足度の高い教師は、教科書をさまざまに工夫していることもわかりました。この調査は特定の教科についての調査ではありませんが、特に小学校では教科書の活用度が極めて高いことがわかりました。

もちろん、教科書の活用度が高い授業が、そのままよい授業になるというわけではありません。 むしろよい授業を行うためには、教科書に依存するよりも、教師自身が教材・教具をつくって行うことが重要と考える人も少なくないと思います。

しかし、教科書を十分に活用することは、学習 指導要領で示された学習内容を保証することであ り、児童の発達段階に合った指導を容易とするこ とには違いありません。したがって、教科書を活 用することは、よい授業を支える基盤となるとい えるでしょう。

2. 教科書への要望

前述の調査では、教師からの教科書への要望についても尋ねています。特に小学校教師からは、「教科書に練習問題を盛り込む」(89.8%)、「教科書に、写真、イラスト、図表などをたくさん盛り込む」(87.3%)、「教科書は、子どもの実生活に密着した内容にする」(87.3%)が上位に挙がっています。

教師からは多様な要望が挙がっていますが,教 科書を単なる読み物ではなく,学習を進めるうえ で活用できる学習書としての期待が高いことがわかります。では保健の教科書に当てはめるとどうなるでしょうか。

まず保健における練習問題としては、"習得した知識を活用する学習"が挙げられます。光文書院の教科書(現行版)には、知識を活用するさまざまな学習の工夫が含まれていますが、5、6年生用教科書『小学保健 見つめよう健康』の「けがの防止」には、事故の原因を分析したり、危険の予測と安全な行動を考えたりする学習が含まれています。例えば「階段のそばでふざけている場面」を取り上げて、「人の行動」、「心や体の状態」、「「まわりの環境」を書き出す学習や、「道路で横に広がって歩いている場面」で危険を予測して、安全な行動を書き出す学習が取り上げられています。ここでは、基礎的な知識を、具体的な状況で活用しているわけです。

また、写真、イラスト、図表はすべての単元で 掲載していますが、例えば、6年生の「病気の予 防」では、重要な感染症について、病原体の写真 とともに解説を加えています。

実生活に密着した内容を扱うという点では、小学校の保健のねらいである「実践的に理解する」こととつながってきます。例えば、3年生の「けんこうな生活」では、小学生の日常生活が題材となります。もちろん、単に日常生活を振り返るだけではなく、その中にある健康問題に目を向け、具体的に解決することができる方向を目指します。ただし、手の洗い方や歯磨きのしかたなどを学んで、実践するのは保健指導の役割であり、知識の習得と、それに基づいて思考・判断するのが保健学習の果たす役割であることと区別しなければなりません。

このように、保健の教科書は教育現場からの要望をふまえつつ、指導すべき学習内容を適切に取り上げる工夫がなされています。では、児童の実態はどのようになっているのでしょうか。

3. 保健学習の工夫

公益財団法人日本学校保健会が平成22年に実施した「平成22年保健学習推進委員会報告書」では、全国の小・中・高校における保健授業の実態が明らかになっています。例えば、小学校5年生に対する調査の中では、3、4年生時の保健授業において「考えたり、工夫したりできましたか」という質問に対して、「できた」という回答は半分に満たない状況でした。「保健の授業内容を理解できましたか」という質問に対しては、比較的良好な結果が出ましたが、学習活動そのものは必ずしもよい状態ではなさそうです。この調査自体、教科書について調査したものではありませんが、先に述べた「知識を活用する学習」すなわち、思考・判断することが十分に行われていないことが推察されます。

実は、日本学校保健会の調査では教師に対する調査も実施しています。教師に対しては、保健の授業の実施方法について尋ねていますが、指導方法を工夫したという小学校教師の回答は76.5%でした。これは中学校教師の78.5%、高校教師の92.1%に比べて低いものでした。中学校や高校のように保健体育が専科ではない小学校では、保健学習の工夫が十分行われていない可能性があります。また、教科書や教師用指導書以外に、本や新聞・雑誌などの資料を利用したという回答も、小学校教師では44.1%(中学校64.1%,高校87.1%)と低いことも明らかになりました。

しかし、これらの回答は、教科書を十分に活用することへの期待を示すエビデンスとして解釈することもできます。小学校では授業時間数の少ない保健であるからこそ、教科書そのものを可能なかぎり活用した授業を進めることが重要になります。

4. 教科書を活用した授業づくり

教科書を活用した授業づくりは、教師にとって 最も身近なものですが、どのように行ったらよい のでしょうか。

先に述べたように、教科書には学習指導要領に 示された学習内容が示されています。しかし、学 習内容をそのまま児童に提示するのでは、関心や 興味は高まらないでしょう。児童の身近な生活か ら健康課題を見いだせるような工夫が必要です。

光文書院の3,4年生用教科書『小学ほけん け

んこうってすばらしい』は、「けんこうのとびらをあけよう!」から始まります。児童それぞれが考える「けんこう」があり、それが客観的・一般的な健康観へと広がっていきます。そして再び、自分の健康生活の見直しへとつながっています。

また5年生「心の健康」の「心と体のかかわり」では、心と体の関係について児童の経験を確認し、そこから心と体で起きていることを理解することにつなげます。

教科書が取り上げているさまざまな場面で、身近な事実から関心や興味を高め、基礎的な知識を習得し、さらにそれを自分の生活に当てはめ、健康課題を見つけて、解決に導いていく過程がつくられています。教科書には、このような学習を導く発問が盛り込まれています。先生方は適宜ご自分の発問も加えながら、流れをつくってください。

5. デジタル教科書への期待と課題

ところで従来学校教育では、さまざまな視聴覚教材が用いられていましたが、近年は特にICTを導入したデジタル教材が数多く見られるようになりました。電子黒板の教室への導入も広まってきています。さらに教科書自体もデジタル化が図られ、近い将来、タブレット上で教科書を用いる授業が、ごく普通に見ることができるようになるかもしれません。

保健の学習内容はデジタル化を図ることで、理解を容易にする内容が少なくありません。例えば、3年生の「けんこうな生活」では、室内環境の変化を映像で表すと理解が容易になると思われます。また4年生の「育ちゆく体とわたし」でも、成長の様子が動画になると個人差の理解が高まると考えられます。5年生の「けがの防止」でも、「安全な環境づくり」の例を、数多くの写真や動画で示すことができれば、学習内容への関心が高まります。

しかし、単に写真や動画を見せるだけでは従来 の視聴覚教材と変わらないことになります。デジ タル教材では、どこで先生が発問を出し、どの画 像を見せるのかを考える必要があります。デジタ ル教科書にはまだまだ課題がありそうです。

(わたなべ・まさき:健康・安全教育学/学校保健学)

参考文献:公益財団法人中央教育研究所「教師と児童・生徒の教科書 の使い方および教科書観に関する調査」(2009) /公益財団法人日本学 校保健会「平成22年度保健学習推進委員会報告書 第2回全国調査の 結果」(2012) ※本稿は「こどもと保健84号」より転載。