

昭和41年4月12日・第1巻第1号 発行
昭和63年3月31日・第21巻 発行

——(財)日本学校体育研究連合会機関誌——

学校体育研究

第21巻

昭和63年3月

財団法人 日本学校体育研究連合会

目 次

1. 巻頭言 「今年の日本の課題になるであろう体育行政への 資料としての私の履歴を通しての見解」 会長 大石三四郎……………	1
2. 論説 体育の場における心の指導 ～動機づけとカウンセリング～ 日本体育大学教授 長田 一臣……………	4
3. 論説 指導法改善のポイント…………… 筑波大学教授 小原 晃……………	9
4. 授業研究	
(1) 小学校の部	
ア マット運動の系統性について 福岡市立原北小学校……………	13
イ 生き生きと体力づくりにはげむ子どもの育成 -教科体育を中心として- 栃木県芳賀郡茂木町立中川小学校……………	18
ウ 「助けあい 励まし合う 子どもが育つ体育の授業」 神戸市立竜が台小学校……………	23
(2) 中学校の部	
ア 柔道の特性を生かした効果的指導 福島県双葉郡浪江町立浪江中学校……………	26
イ 生きた授業をめざして -欲求の充足- 山口県美弥市立大嶺中学校……………	32
(3) 高等学校の部	
バレーボール学習を活気あるものにするための試み -三段攻撃によるゲーム展開を目指して- 愛知県立天白高等学校……………	36
5. 功労者の提言	
(1) 今私達に問われていること 前兵庫県学校体育研究連合会 会長 第25回全国学校体育研究大会兵庫大会 実行委員会 会長 前兵庫県立川西北陵高等学校 校長 岩地 昭……………	42
(2) 遙かな道 秋田県平鹿郡雄物川町立雄物川中学校校長 高橋 康……………	43
(3) 「いま」に全力を 新宿区立大久保中学校校長 遠藤 秀夫……………	43
(4) 集団行動の徹底 香川県高松市立協和中学校前校長 松原 一幸……………	44

「今年の日本の課題になるであろう体育行政への 資料としての私の履歴を通しての見解」



特殊法人 日本体育・学校健康センター理事

学校法人 佐藤栄学園短大創設準備室長

会 長 大 石 三 四 郎

今年オリンピックが韓国で行われる。今のところ、参加国は前回のロスの時より上回ると思われる。しかも、中国もソ連も参加するので、全世界のスポーツの祭典になるであろう。そこで、問題は我が国の成績である。おそらく、金メダルの数が少ないということで、これが一般国民に対して大きなショックを与えるであろう。この予想は既に昨年の中曾根さんが総理を退陣直前に意識して、何やらスポーツ振興についての懇談会らしきものを作ってお茶をニゴシテいたようである。そして、スポーツ団体の統合組織である日本体育協会についても改組しなければならないという意見が一部に出たようである。しかし、体協側のある理事からは、体協はボランティアの財団であって、これに選手強化の責任を負わせるのなら、政府に対しても文句があるよというような発言が一部新聞に載ったかと思うと、そのまま消えてしまった。そして、大部分の新聞などの報道機関は野球のストーブリーグの話題を中心とし、それに各種スポーツ行事を論ずるだけである。もっと、つめていえば、プロスポーツのことがだけがマスコミの中心であって、一般国民のスポーツ問題など殆ど取り上げられない。昨年の秋、私の身近の近くで起こったことといえば、筑波大学の関東リーグでのサッカーの優勝、野球部の二冠の獲得、ラグビー部の明治大の撃破ということで、筑波大学が大いに新聞その他で取り上げられたことぐらいであろう。おそらく、今年のオリンピックでの惨敗は日本に大きな問題提起となって、それを契機として、日本のスポーツ行政が再検討されることであろう。私としては、大いにその時期を起点として、日本がスポーツの在り方はどうでなければならないかを論じてほしいのである。

私の知る範囲では、日本体育協会は嘉納治五郎先生（東京高等師範学校長）によって創設されたといわれている。私がかって、新体育学講座 80 巻を編集したときに、その中、敢えて「嘉納治五郎」を取り上げ、恩師加藤仁平先生に執筆を乞うたのも、日本のスポーツ、体育の原点になる基本的な出来事を嘉納先生を中心にした記録で残しておきたかったからである。その内容で強く私の頭の中に残っているものをあげると、大正何年かのオリンピックのとき、先生が団長として、東京駅を多くの見送りの人にハタを振られて出発すると、先生は横浜から船に乗船せずに、自分だけ密かに東京に戻られ、オリンピック選手団派遣のために多くの借金をした、その整理をされたというのである。この頃オリンピックで金栗さん（第5回ストックホルム1912、第6回中止、第7回アントワープ1920、第8回パリ1924）が大いに活躍されたのである。私が小学校にあがる直前の5、6歳頃、大正9年（アントワープ）頃だと思う、エラク、マラソンが流行し、私など子供が当時の横浜駅が高島町にあったとき、その駅から桜木町まで走っていったことを覚えている。そんな記憶からオリンピックがどこで行われたか知らないが、トニカク子供達がマラソンで走ったのを覚えているし、戸部の私の家の前を、今の箱根往復の大学マラソンがあったことを思い出す。オリンピックの国民に与えたインパクトの強さが子供の頃のマラソン流行に裏付けされていたのである。このような大きな国際的行事が嘉納治五郎先生個人の力で実行されて

いたのである。もちろん、この当時の日本としてはスポーツに金をかける余裕などありようがなかったのである。

その後、何のインガか私は東京高等師範学校体育科甲組に入学する。動機は簡単、その当時の東京高等師範学校は文理大なる名のもとに東京六大学リーグに加わっていたのである。私は横浜の県立三中の生徒だった。中学の隣に、YCACという呼び名の外人スポーツクラブがあった。私の4年生のとき東高師のサッカー部（文理大）が本校の県立三中で夏の合宿をやった。そして、一年上級の阿部源治という級長をやっていた生徒がやがて高師の体育科に入り、サッカー部に入部したのである。当時、私の友人で田野口というのが西戸部か平沼に住んでいてサッカー部に入っていたので、帰りに学校から自転車で一緒に帰るものだから、いつもサッカーの練習を見ていて、終わると一緒に帰ったものである。私は貧乏人の家だから、金のかかる学校には行けない。とにかく卒業して、就職して一日の飯が満足に食べればよいというので、親父は横浜高等工業の造船科か、航空科に行ってほしかったようであるが、自分もトニカク東高師に入れば、何とかなるだろうからというので体育科を受けることにしたのである。そして、合格すると黒土四郎という校長が、朝礼で私が高師を合格したということを発表したのに驚いたことがあった。それから、入学してからが大変である。サッカー部に入ったのはよかったが、サッカーの靴がない。そこで、伊勢崎町の靴屋で出来合のサッカー靴を買って行ったのである。ところが、若干大きいので、合宿に参加して、大塚のグラウンドで練習すると、上手な選手の蹴るボールがツマサキに当たって、いたくてしかたがない。もちろん、選手になれるなど、サラサラ思ったことがない。その中、これは靴を作らなくてはというので借金して、安田の靴屋でつくったことを覚えている。夏の合宿を刈谷中学で終え、東京に帰ってくると、キーパーだった国文の先輩が急にやめてしまった。そこで、私がキーパーとして試合に参加することになる。したがって、マトモなものではない。神宮のグラウンドで試合して、5歩も6歩以上も、ボールを持って蹴るという前代未聞のキーパーが現れたのである。当時、東大出の竹腰とかいう有名な人がレフェリーをしていたのだが、反則も取れずに、頭をカシゲ、カシゲ口に笛をもっていったのを覚えている。2年生になると中垣内という槍一筋千石という名選手が京都師範から入ってきたので、私はキーパーを首になり、ヤレヤレということだった。ところが、2年の秋になるとレフトのウィングが足りないというので私がやらされたことを覚えている。このとき1年上級に松永行という志太中（現藤枝高）出身の名選手がいて、この人がベルリンオリンピックに出場し、スウェーデンとの試合で1点とって、日本が勝ったことを覚えている。

というわけで、私のことを中心としながら、当時の日本のスポーツ界のありようを記した次第である。といって、不思議なことに、今、思うと、当時の日本のサッカーのレベルは決して低いものではなかったのである。サッカーとは当時はいわなくて、ア式蹴球といったのである。とにかく、ベルリンで破ったスウェーデンは優勝候補だったのである。

さて、私が4年ともなると日支事変が起きて、私は戦争である。12年から15年まで兵隊で、15年秋、負傷して召集解除となると、16年に文理大に入学することとなる。ところが、この頃になると、オリンピックは中止だ、ということで、サッカー部の監督をやるものがない。そこで、私は先輩どもに押し付けられて、文理大の学生時代、蹴球部の監督になる。そして、二部に落したり一部に上げたり、食糧のないときに大変苦労したものである。もちろん、金は全部自分持ちである。食べ物その他、大変苦労して、母や妻には大変な負担をかけたことを覚えている。金集め米集めはとにかく大変だった。

次いで、終戦後、私は石川県に新設された国立の金沢高等師範学校に就職していたので復職した。そして、第二回国民体育大会をやることになる。やがて、新制大学になると金沢大学教育学部に体育専攻コースを創設することに成功する。このとき、石川県にサッカー、ハンドボール、バドミントンなどの協会を創設した。これらのことは、費用全て自己負担であり、自腹を切って、その運動の主動力となったのである。かくして、その後東京教育大学体育学部に出向することになる。ところが、大学は東高師時代のイキオイはなく、学校そのものも、選手そのものも奮わなかった。思い出せば、体操とバスケット、陸上、サッカーが若干目を出している程度であったのである。そこで、当時、私大の隆盛期でもあったので、これに負けたいためには、大学を大きくしなければならぬと思っていた。ところがご存知のように、時の日本国は貧乏のマッサナカ。とても国立の大学を大きくすることは出来ない。そんなこと、夢のまた夢であった。ところが、日本が、何か知らないが、モクモクと起き上がり、頭を持ち上げてくるようになってきた。この時とばかり、貧乏大学の東京教育大学を大きくしてやろうとおもい出した。というのは、スポーツを強くするにしても、大学を大きくして一流大学にしなければ駄目だと信じたからである。そこで、筑波移転に飛びつく。しかし、国立大学は課外の費用を出すところではない。そのため、運動部の資金源を先輩の後援にたのまなければならないと思い、筑波大学と東京教育大学の運動部の血をつなげるようにした。理屈はあろうが、こちらは金がほしいんだというわけで、幸いに、私が副学長になったものだから、体育センター長時代に大学の紋章を桐の葉としておいたものを、受け継いで、デザインを元の嘉納先生時代の高師の校旗から取って、評議会で桐葉を校章として議決してしまった。これにより、筑波大学と茗溪会（東高師時代からの学校の卒業生の同窓会）とをつなげたのである。このことで漸く運動部のボール代が確保できたのである。

ただ、残念なのは、東京教育大学時代、体育学部は、体育学科と健康学科とがあり、それに、運動学科と武道学科があったのである。それが、新しい筑波大学では体育科学系となり一つの学系（研究所）にまとめられてしまったことである。この件については、一昨年、昭和61年の日本体育学会が筑波大学で行われたときに、シンポジウム場で、フロアから発言して、将来は健康科学系など、学系の独立すべきことを強く発言しておいた。

しかし、ウレシイことには、昨年の筑波大学の運動の成績のよいのは、私が体育センター長時代に採用した教員の力が大いにあずかって原動力となったのである。

次に、残された部分でこの日本学校体育研究連合会について述べてみよう。これは、昭和53年夏、先輩より会長就任の依頼が非公式にあったので就任したのである。しかし、筑波大学創設期の研究担当、施設担当、医療担当の副学長が大学外の仕事をすることは不可能であった。しかし、先輩達の強い要請があったのでやることにしたのである。八方ふさがりの状態であったが、先輩達がトニカクやってみよう、命の止まる限りというわけで出発したのである。したがって、いつ解散しても不思議な状態ではなかった。それなのに、今日まで生き永らえてきたことは誠に不思議である。これ一重に、私を助けてくれた人々のおかげである。私は恥も外聞もなく、がんばった。よくも無事に今日までやってきたものである。

このようにしているうちに、副学長から国立特殊教育総合研究所長となる。そして、障害者のための体育振興に力を注ぐようになった。それが、本会の毎年の全国大会での発表会では特殊教育諸学校という一部門として独立するようになった。また、障害者スポーツ研究を日本スポーツ教育学会（日本学術

会議登録)の一部門とすることにも成功した。

今回、ここに私ごとを中心に敢えて述べたのは、今年のオリンピック後、日本のスポーツ行政、体育行政が重要な政治問題として取り上げられるであろう時に、私は各種スポーツの強化策はいうまでもないが、更に一歩進めて、児童、生徒、学生を中心とする学校体育の振興について特別の配慮が国においてなされるべきであると思うからである。この日本学校体育研究連合会にしたところで、このままやっていたら、いつか、いつの日にかツブレてしまうのであろう。私は最近、筑波地区に、筑波スポーツ健康科学研究所なるカンバンをかかげた。ゆくゆくは任意団体から財団法人にしたいのであるが、とにかく、一歩でも出れば一歩でも出るという英気が必要なのではないか。

私は最後にもう一度、やがて、今後スポーツ強化など、うんぬんされるときに、私と同様の苦勞をしてきた人々が多く在るといふことの証拠に、私が私ごとでも、敢えてここにまとめておいたのである。

ただ、願うことは、スポーツというものは自分の修業のためにやることには相違ないが、一生懸命努力すれば、他人を奮い立たせる力になるということもある。思い出せば、終戦後の古橋さんを主軸とした日本の水泳がそうだったように。

金も勿論必要だが、もっと大切なのは心ではないか。といて、心とは何であるか私にはよくわからないが、いやいや心だけではどうにもならないこともある。金も必要だ。すると、心と金があれば、一番よいことになる。心と金をくれる人をさがすより仕方がないのかな、ということになるんだが。誰か教えてくれる人がほしい。今後スポーツのプロ化が進めば進むほど心が大切になるのではないかと思う。

体育の場における心の指導 ～動機づけとカウンセリング～



日本体育大学 教授 長 田 一 臣

はじめに

過ぐる2月27日産業医学研究財団の主催で「スポーツ医学フォーラム」というのが東京赤坂と虎の門の間にそそり立つ全日空ホテルで開催された。スポーツに関心を持つ医学関係者が中心で、学校の先生も可成り参加されていた。筆者は「スポーツと心理～そのかわり～」という演題を与えられ、動機づけの役割を負わされて最初の登壇者となった。

当日は朝から小雪がチラついて寒い日となった。

万延元年三月三日も雪降り 虚子

3月3日まではまだ間があるが、ふとこの句が浮んで思わずも歴史的感慨にとらわれた。地下鉄で虎の門に出る。このすぐそばは桜田門だ。大老井伊直弼が水戸浪士に襲殺され、幕末維新革命の導火点となった「桜田門外の変」は万延元年三月三日だった。

もう一つある。昨日は2月26日。昭和11年2月26日、皇道派青年将校が蹶起して国家改造を迫った。いわゆる2・26事件である。この地域はまさにそのどまん中に在る。時恰も記録的な大雪で帝都は

白皚々の雪に被われ、翌 27 日にはこの地域は戒厳令下に在った。従って、52 年前の今日だったら、このフォーラムは開かれなかった筈だ—という思わぬ方向からの筆者の講演の口火が切られることになった。

ところで 閑話休題、この原稿のメ切りは 29 日、2 日後に迫っている。つい数時間前の講演の余韻の残るまま机に向かい、はてさてと思案する暇とてなくペンを執り、えーい、ままよと意を決し、心に反趨しながら原稿用紙の上で、意を尽さなかった講演を補完しようと思いついた次第である。

1. 体育・スポーツの指導と体と技術と心とのかかわり

時まさにカルガリーでの冬季オリンピックを終えたばかりであるので、この辺りから話を進めていきたい。筆者はここ 20 年来日本体育協会スポーツ科学委員会委員として心理的側面からエリート・スポーツに関与してきているので、いきおい、その方面の事例を引くことが多くなるが、このことはお許し願いたいと思う。しかし、学校体育の指導とエリートスポーツが心的指導の在り方において懸け離れているとは思えない。むしろ人間教育として全く同じ地平に在ると思っている。

時間にして $\frac{1}{100}$ 秒、距離にして 17 センチで銀メダルを逸し銅メダルとなった黒岩彰選手は「自分に百点満点をやりたい」と云った。サラエボで苦杯を喫してよりの 4 年間、心身を切り刻むような生活を送り、青春を燃焼し切ったと晴々とした表情で引退を表明した。まさに人事を尽くしての納得の人生の一駒を閉じたのである。

橋本聖子選手は 5 種目すべてにエントリーして全種目入賞を目指し、その目標をすべて達成した。筆者は選手の訓練においては哲学を根幹とし、実際的方法としては心理的手法を以て臨んでいる。この際の哲学とは、物の見かた、考え方、人生の生き方の姿勢を正すということの意味している。具体的な指示の 1 例としては「そうならうと思うなら先ずそう思え」というようなことがある。つまり、橋本選手がスケート全種目入賞を目指せば全種目エントリーという行為となつてあらわれる。そして、全種目に入賞するためにはどのように生活すればよいかということが決まってくる。体力をどのように鍛えてゆくか。それが、たとえば自転車走行訓練のような形をとってくる。スケータィングの技術はもう論外であり、これは恐らく夢の中でも満足しているであろう。体のきつさは即心のきつさである。ハイレベルのハードトレーニングに耐えられない選手は、すでにオリンピック選手としては生き残ってはいない。

橋本選手は、先ず自分が何の為に、誰の為に競技をしているかという目的意識を確乎として持っている筈であり、その目的達成の為に個々の目標が立てられる。そこに立てられた目標を強固な意志力で管理してゆく。その意志力の源泉は強烈な自己実現への執念である。それが、カルガリーにおける最終科目 5 千メートルの走行ぶりに遺憾なく発揮された。倒れて後止むというか、自力で起き上がれないほどの極限まで燃焼し尽くした。すなわち、納得の人生である。

完璧なまでに演じ切り、技術点で最高決定を得て 5 位に入賞した伊藤みどり選手のあの体力と技術力と強靱な精神力。そのメンタル・タフネスを裏側から示すことになったアメリカのトーマス選手。トーマス選手は、どんなにすぐれた体力と技術を持っていても、心が崩れた場合にどうなるかを如実に示してくれた。オリンピックという場自体が常識では想像もつかないほどの苛酷なストレス場面である。そういう心身をすらすら枯らしてしまうような過緊張の場面で世界最高の技術を発揮出来るということは、伊藤選手の強靱な精神力を示すと同時に、競技に臨む心の姿勢も大きく参与して

いると思われる。

黒岩彰選手はサラエボのオリンピックまでは、勝ちたい、勝たなければの一念に凝り固まっていたという。それが裏目に出ているのである。しかし、今回のカルガリーに臨むに際しては、「スケートも人生の一駒にすぎないのだと、ようやく考えることが出来るようになった」ともらしている。これがつまりは物の見かた、考え方であり、人生の生き方を決めるのであり、更には競技成績までも決定するようになるのである。

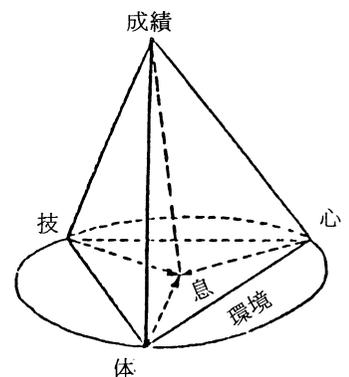
総じて、今回の冬季オリンピックにおける日本選手にみられる大きな特徴というのは、メダル獲得というより全力を發揮しようという姿勢が見られたということにあるか。それがまた観る側にも反映したというべきか、国民の側にもメダルとは関係のない意識が芽生えてきた。経済大国となるにつれて日本人の心に拝金主義が芽生えてきたが、オリンピックでも1位、金メダル以外は意味がないという拝金主義が支配してきた。今回のカルガリー冬季オリンピックでは結果的に黒岩彰選手の銅メダルが日本の獲得しえた唯一のメダルであった。しかし、それにも拘わらず日本人の心には一種清澄の感があり、爽やかで、すっきりしている。

若冠19才の青柳徹選手は千五百メートルで5位に入賞、当人は「自分にとってはメダルに相当すると思っている。満足しています」と云い切っており、フィギュア最年少の中学生選手八木沼純子は14位につけ、大試合に臆したふうもなく転びながらもカラリとした表情で演技きった。男子スピードスケートでは五百メートル以外の入賞はこれまでなかったのだから、「メダルに相当する」という青柳選手の述懐には日本人すべてが納得した。

日本人は必ずしもやみくもの拝金主義者ではなく、何がなんでも金メダルでなければ納得しないものゝねだりでもない。やはり全力を尽くす姿に感動する国民である。話は遠く第11回ベルリン・オリンピック大会にさかのぼる。陸上5千、1万メートルで、鉄人といわれたフィンランドのサルミネンを筆頭とするアスコラ、インホロの3選手を相手にわが日本の小兵村社講平選手は抜きつ抜かれつの死闘を演じた。ドイツのヒットラー総統は村社選手の姿に熱狂し、胸打たれ「あれこそ大和魂だ！」と感動してドイツの教科書に採り上げたというくらいだった。ヒットラーにはヒットラー・ユーゲントに見られるように、彼流のドイツの青少年を教育する意図があって、これを恰好の教材として採り上げたということはあったろうが、全スタンドを沸かせた感動的な村社選手の姿はまぎれもないものであった。

村社選手は5千、1万両種目とも4位に終わった。メダルは取れなかったが、全観衆を魅了し、感動を与えた点ではメダリスト、否優勝者以上であった。内聞するところによれば、オリンピック「メダリストの会」というのがあるそうだ。この会に村社選手は加われない。メダルを取らなかったからである。筆者の中学時代の英語の教科書には力走する村社選手の写真が掲げられ、教材となっていた。半世紀前の感動と今回のカルガリーでの感動が見事に一致するのである。政府が「メダリストに功労金を」という記事を見て、何かチグハグな印象を受けたのは筆者一人だろうか —と必々考えさせられたのである。

心・技・体と息と成績の関係



2. わが国では古来より、主として武道の面から心・技・体ということが云われ、この三つの要素が一体となった時に最高の能力が発揮出来るのだとしてきた。筆者はこれを三角錐に図示し、その基底面に息を加えて作図した。体育・スポーツの指導では主として体と技術の指導が中心で、心の側面についてはついでに云われるのが実状である。特に学校体育の授業場面では当該スポーツに関する技術指導が中心で体力トレーニングといった面で特別に時間を割くことすら稀である。

要するに、心・技・体のトレーニングが出来ておれば呼吸はピッタリと定まり、その頂点に過不足ない成績が保証されるということをこの図は示している。体力的に少々不足があっても技術でカバー出来る場合があり、技術的に少々不足するところがあっても旺盛なる体力で相手を圧倒することが出来るという現実がある。しかし、この三要素のどれが不足しても呼吸の乱れとなって出現する。そういう時、この三角錐は歪むか極端な場合は崩壊してしまうことが考えられる。特に心が崩れた場合この三角錐は成立しなくなる。体力や技術を支えているのは気力であり、心に他ならないからだ。心の崩壊とは即ち自我の崩壊を意味する。個人の全体を統轄している根本のものは自我にはかならず、それが崩壊すれば個人を支える根柢がすべて失われ、万事は烏有に帰してしまう。

3. 動機づけとカウンセリング

前述した「心・技・体・息と成績の関係」図に従って、これを事例に即して論を進めることにする。後に掲げる「某水泳選手（女子）の感想文」とは、実は日本が最も期待する長崎宏子選手が筆者のカウンセリングを受けた翌日に認めたものである。ソウル・オリンピックに先立って行なわれる世界選手権大会並にアジア大会を目指しての第1回強化合宿が行なわれ、アメリカ留学中（高校）の長崎選手も急拠帰国してこの合宿に加わった。

前回のロサンゼルス・オリンピック以来スランプに陥っており、合宿中のトレーニングも身に入らず、人間関係もうまくゆかず、自我の強い彼女の性格もあってコーチはじめ関係者はその取り扱いに頭を悩ましていた。指導者、選手を集めて2時間程筆者の話をきいた後で、長崎選手は相談したい旨申し出たのである。競泳委員長に伴なわれて筆者のところへ来た長崎選手を、筆者の手法によって1時間足らず訓練をした結果が次のような感想文となって現われた。

初めてカウンセリングを受けた某水泳選手（女子）の感想文

今まで出会ったことのないようなすばらしい精神の持ち主に、私の心の中にあった癌を発見された。

私は、小学六年の時からこの七年間、世界を目指し、世界新を目指してきた。いいえ、自分で目指していると思込んできただけのことだったと思う。実際には、常に周りに左右され、自信があるかと問われると、他人はともかく、自分にまで嘘をついてごまかしてきた。それに気付いた時、どうしようもなく、結局、何かから逃げ出そうとする行為に自分を追い込んでしまった。その何かというのが、練習の苦しさであり、チャレンジ精神であった。これがこの第一次合宿集合日時点での私の気持ちであったために、練習にも身が入らず、自分でもあきれくらいに不真面目だった態度をとってしまった。そんな私は、他選手が真面目にはりきって泳いでいるのを見て、多少の嫉妬心を抱き自分から不快感を生みだしてしまい、みんなから離れようとしてしまった。それをあっさり指摘されてしまった。いとも簡単に、とても素直な言葉で指摘されてしまった。ショックだった。他人に私の気持ちなんかわかってたまるかと素直になれなかった。しかし、もしその一言がなければ、ズルズ

ルと自我の世界へ自分で自分をひっぱり込み、立ち直れなくなっていたかもしれない。

世界選手権第一合宿、正直言って練習はがんばらなかった。……が私の心の中でどれだけ大きな台風があり、変化したことか。心の癌の早期発見は、私の世界一へのチャレンジ精神の命を救ってくれた。感謝したい。
(日本水泳連盟 提供)

さて、回顧するに、前回ロス大会で長崎選手は平泳ぎの百、二百の両種目において金メダルを2個取ると計算されていた。結果は何れも4位に止まりメダルには届かなかった。「プールサイドに立った時長崎選手はパニック状態に陥っており、施す術がなかった」と浜口監督は述懐している。パニック状態とは心理的恐慌状態のことである。泳ぎ終わった長崎選手は泣きながらプールサイドから消えた。このショックは以来尾を引いていた。

医学研究陣は首をひねっていた。ロス大会に臨む前に数回の高地トレーニングが行なわれており、その効果は医学的にも証明されており、もっとよい成績が出てもいい筈だというのである。世界でもトップの記録保持者であり、すぐれた体格、体力と競泳技術を持ち、生理的状态も最高の状態に在りながら何故よい成績が出ないか。体と技術は必要条件ではあるが、これに心が加わらなければ十分条件たりえないことを、この事実は証明した。体が勝手に泳ぐのではない。体と技術をフルに発揮させる根のものを強化しない限り能力を発揮することは出来ないのである。長崎選手は目下アメリカの大学に留学中であり、長いスランプから脱してアメリカでもトップのスイマーに育っている。このことは2月の日本の新聞に報道するところである。

おわりに

さて、体育・スポーツによる人間形成のことは昔から云われているところであるが、単なる技と体のトレーニングでは達成はむづかしい。問題は物の見かた、考え方、人生を生きる姿勢を変革することである。人間が新しくならない限り行動も新しくはならない。要は意識を変えることで換言すれば人間革命ということになる。そこには「気付かせ」が必要である。気付けば自覚が生まれてくる。「人格は自覚に依って飛躍的に発展する」とは心理学者依田新の弁であるが、そうすれば体も充実し、技術も体力を伸びやかに発揮しうようになる。究極的に心の指導が大切になってくる道理である。

財団法人 日本学校体育研究連合会

1. 目的は………
 - (1) 学校体育に関する研究調査。
 - (2) 学校における体育活動・体育研究活動。
 - (3) 学校体育指導者の資質向上を図るために必要な事業を行い、 }に必要な援助を行い、 }もって学校体育の発展に寄与する。
2. 加盟団体は………

各都道府県を総括代表する学校体育研究団体。
但し、事情により、各都道府県を学校段階別に代表する学校体育研究団体を加盟団体とすることができる。
現在、未加盟の都道府県はない。
3. 理事・監事・評議員は………

理事は15名以上28名以内、監事は3名、評議員は55名と決まっている。全国を東・中・西の3つに分け、全国大会は東・中・西の順に開催しようと決めたのが、昭和57年10月13日(新潟大会の前日)である。

17ページに続く

体育指導法改善のポイント



筑波大学 教授 小原 晃

はじめに

体育授業の改善という取り組みがあります。この場合は、年間の学習計画をはじめ、授業を構成する教材、教師、学習者の相互関係、および、授業に関わる全ての要件を含んだ改善を意図するものと考えることができます。

私に与えられた表題の「体育指導法の改善」という場合でも、授業に関わる全ての問題と関連してきますが、できるだけ具体的な指導場面を念頭において、指導法の改善を検討する場合の基本的要因のいくつかについてまとめてみたいと思います。

指導法の改善を図るという場合は、それなりに理由があるわけです。つまり、対象となるものについて、「なんのために」、「なにを」、「どのように」したいのかが前提となります。したがって、対象としての学習者の状況によって、改善の目的・内容・方法が異なってきますので、それを明確にする必要があります。

1. 体育授業での指導法改善の意図について

体育指導法の改善を図ることを考えるに当たって、基本的に三つの観点を上げることができます。

その第一は、教師自身が日常の授業を振り返ってみて、さらに、より良い授業、効果的な指導法の開発を考えようとする場合です。

例えば、授業研究（授業分析、教材研究など）をあげることができます。

第二は、日常の授業での、何らかの反省、あるいは問題の発見などから、指導法の改善を図ろうとする場合です。

例えば、学習の効果があがらない、授業がマンネリ化している、指導の方法が見つからない、授業についていけない子ども、つまづきやゆきづまりの原因とその指導、意欲をもたせる指導法の改善などを挙げることができます。

第三は、これからの体育指導の在り方を基本的に見直し、あらためて指導法の改善を図ろうとする観点です。

例えば、教育課程審議会の答申（昭和62年12月）を踏まえて、現在、編成が進められている学習指導要領改善の方向に基づいた指導法の検討があげられます。特に、生涯スポーツの一貫として学校体育が位置づけられ、それに伴って、教育の目標は、「個性を尊重し、一人ひとりを生かす」ことが示されています。この目標に照らして、体育授業の在り方とその指導法はどうすべきかという研究があります。

以上のように、指導法の改善の観点は多面的で、そのどれをとっても、重要な研究課題となります。ここでは、とりあえず、次のような観点から整理してまとめることにします。

即ち、学習の枠組みに関するもの、教師に関わるもの、学習者に関わるもの、学習内容に関わるもの、学習環境に関わる観点。

2. 学習活動の流れ（枠組み）の検討について

学習指導上の問題を考えるとき、陥りやすいことの一つは、問題とする状況あるいは結果にとらわれて、ややもすると学習活動の前後との関係によって起こった問題状況の認識を欠いてしまうことがあります。

基本的なことは、学習活動には学習の流れがありますから、その流れのどの部分でのよどみであるのかを見直す必要があります。学習活動の流れとは、言うまでもなく学習過程を指します。つまり、学習のねらいを達成するために、内容の順序性をもった合理的な学習の道筋です。

この道筋のなかで、例えば、学習活動の動機づけが弱いと学習者の学習意欲が停滞するという状況が生じてきます。したがって、問題状況の誘因を探る（授業診断）ことが基本的に求められてきます。

このように考えると、指導法改善の前提となる幾つかの問題を整理する必要があります。

最も基本となることは、教師の授業観に関わる問題です。その授業を通して、子どもたちに何を期待するのかを明確にしておくことが求められます。このことが、授業を左右する大きな要因となってきます。

つぎに、単元計画の立て方に関わって、その単元のねらい、めあてをどう設定するかを検討があります。特に、「めあて」は学習者の実態や技能（いまもっている学力）の程度にそって設定される必要があります。めあては、学習者にとって、学習活動への具体的な取り組みへ行動化して行く動機づけにもつながります。

運動の特性についても、運動種目そのものが持っている特性。運動の機能的特性（例、競争や達成）を学習者との関係でどのように捉えるかが問題となります。つまり、教師の捉える運動の特性と、学習者の側から見た運動の特性の関係です。学習者は、その運動に対して何を求めているのか、何を問題にしているのか、個別的、全体的の把握がなされて単元計画が可能になります。このようなことを踏まえながら、学習への導入が検討される必要があります。

学習主体としての子どもたちが、主体的に意欲的に、学習活動を行うための授業研究への取り組みは、多くの学校で熱心に行われており、共通のテーマでもあります。

この主体的・意欲的な学習参加は、学習への動機づけの強さによって、学習活動を生起させ、継続させるエネルギーにつながるとされています。

動機づけの強さは、がんばれば目標を達成することが可能であろうという期待がどれだけもてるか、さらに、目標が達成されたことによって、ある報酬（楽しさや喜びなど）が得られるだろうという期待の度合いによって、学習への満足感と価値づけにつながっていきます。

学習内容は、強い動機づけによって支えられると言えます。

3. 学習内容と指導法との関係について

(1) 運動教材をどのように生かすか

運動種目は、それぞれの運動の特性があります。それをどのように教材化するかによって、学習活動の内容に違いができます。

運動種目には、運動の「素材」と呼ぶべきものと、そのまま「教材」となるものがありますが、教材といった場合は、一定の教育目的を達成するために、素材を再編成したものであるため、教師の授業意図によって学習のねらい、内容、方法が異なってきます。

例えば、バスケットボールの場合で言いますと、A教師は、シュートが決ったときの快感、喜びが得られるように、シュート技能の向上を図る学習活動を多くする授業展開、B教師の場合は、チーム（グループ）の一人ひとりが協力して、それぞれの力を発揮できるようにする学習活動こそ大切であるとする教材観をもった場合、両者の授業の様態は違ったものになってきます。

また、小学校5・6年生の体操などでも、リズムカルな動き、素早い動き、力強い動き、などの動きづくり（運動形成）の観点に立つのか、それらの運動を通して体づくり（身体形成）の観点に立つのかによって教材の扱いが多様になってきます。

(2) 学習活動を発展させていくことについて

学習する運動そのものに備わっている楽しさには、運動することの楽しさ、競争の楽しさ、上手にできるようになる楽しさなど、それ自体が楽しいものですが、そのみの学習活動では、学習の深まりを期待することはできません。

例えば、ボールゲームの場合、ゲームへの子どもたちの興味、関心が高く、自発的にどんどんやっているので、指導がやり易いということがありますが、それだけでは、深まりの浅いものに終わってしまいます、したがって、学習をさらに発展させ、深めていくためには、一つひとつの目標を達成していく学習の展開が必要であり、そのことが、学習の質を高めて行くことになります。

運動のしかたを変える、運動を工夫するなど、常に意欲的に取り組める学習課題の発展がなければ学習過程は成立しません。

ここで注意しなければならないことは、学習活動が、内容を変えてつぎつぎに変化するということだけでなく、学習のねらいを、さらに高めていく変化を意味するものです。つまり、挑戦的な取り組みといえるものです。

(3) 楽しさから喜びへつなぐ体育

幼児の遊びを見ていると、一つのおもちゃに終日夢中になって遊んでいるということが少なく、遊びの対象がめまぐるしく変わり、気ままに行動し、飽きてしまうか、面白さが無くなれば興味の対象が他に向けられていきます。面白さの連続が遊びの世界を形成している訳です。

体育授業でも、面白さ、楽しさを味わうことは必須条件ですが、このレベルのみに留まる授業では学習活動としては必ずしも十分とは言えず、「面白さ、楽しさのつまみ食い」に終わってしまい、学習活動としての本質的課題を失ってしまいます。

生涯スポーツの観点からみると、これからの学校体育は、本当に運動して楽しい、運動すると気持ちがいい、運動がしたい、というような実感とか、衝動とか、そうした運動の魅力を学校体育のなかで育てていく必要があります。

運動の面白さは、運動することへの興味をもつことにつながるもので、先に述べたように動機づけの強さに関わる学習のポイントになります。

例えば、指導によって、なわ跳びが連続10回きり跳べなかったものが、20回跳べるようになったとか、跳び箱での腕立て開脚跳びが出来るようになり、それをさらに練習すると非常に上手に

なり、面白くなっていく、こうした運動の形成がはじめの段階で大切な学習になってきます。したがって、この過程で自信が持てなくなるとか、興味がなくなるとかの状況があるとその後の学習意欲を阻害することにもなります。このように考えると、運動の面白さは、運動形成のベースとして、つぎの学習活動への発展としての意味をもつこととなります。

このことを基本として、さらに、学習活動によって自分が努力したことで上手になった、みんなと同じように出来るようになった、みんな上手になったなど、努力したことが自分にはね返ってくる満足感、明るい気分になる楽しさが、学習活動を生き生きとしたものへの期待が可能になってきます。

楽しさは、面白さの上位概念として捉えられています。運動の楽しさは、努力の結果として生まれてくるものなので、情意のレベルにとどまらず、体力がつく、運動がスムーズに出来るようになるなどの楽しさが含まれてくるので、学習効果とみることができます。

何かに挑戦し、その努力の結果として達成した喜びがあります。鉄棒運動で逆上がりのできない子どもが、可能性を信じて、失敗をかさねながら、教師や仲間にも励まされて幾時間目かに逆上がりができたときのなすとげた喜び、達成した喜びなどの、チャレンジしていく学習は子どもの学習の発展性を導き出すように思われます。

面白さから楽しさへ、そして喜びへと発展させる学習は、それぞれが明確に区別されるものではなく、ときには絡み合っているものですが、こうした指導上のねらいをもつことは基本的に必要なことと思います。このことは、生涯スポーツへの橋渡しの意味があるからです。

4. 個性を生かす指導法に関連して

指導法の改善を図るとき、子どもの一人ひとりを生かす体育指導の取り組みが大きな課題となっています。

個性の尊重、個性の伸長、一人ひとりを生かすことは、教育の基本理念としてとりくまれてきていますが、個性を生かすこと、尊重することの教育上の意義は、「個人のもって生まれた可能性ないし潜在的傾性を十分に顕現し、実現させることが重要であることを意味している。……個性を顕現するためには、その社会のなかで生活していくうえで必要な行動様式を学習しなければならない。それは社会化にはかならない。」（授業研究大事典明治図書 p.146）とあります。この社会化は、個性化と反対の画一的な響きがありますが、そうではなく、個性化のために必要な基礎的段階であるとされています。つまり、それぞれの個性を伸ばすためには、それに必要な基礎的、基本的な内容を確実に身につけさせることが前提であると言えます。

したがって、この基礎的、基本的な内容の重視を新しく捉え直すことが必要であり、また、体育の学習過程における個に応じた指導の工夫がもとめられることとなります。

個性化と個別化はどう違うのか、その違いに戸惑うことがありますが、個性化といった場合は、個性を生かすという教育の目標であり、個別化をさすものではなく、個別への指導の配慮を重視する過程において個性を伸ばすことを意味しています。

個別への指導の在り方の一つに、「自己学習力」あるいは「自己教育力」を育てると言われているものがあります。これは、生涯学習、生涯スポーツに向けられた教育の方法を意味するものであり、自己実現をめざすものです。

自己学習力（能力）を高めるためには、なによりもまず学習主体としての子どもの能動性・自発性を尊重する授業が前提となります。

それでは、体育授業においては、どんな条件が必要なのでしょう。ここでは、子どもたちが能動的、自発的に学習へ向かうための、指導法に関わる幾つかの問題について考えてみます。

一般的に、子どもたちが意欲的に学習にとりくむときの内発的動機づけの構成要素としては、知的好奇心のほかに、向上心があげられています。努力すれば、あるいは行動すれば、好ましい変化をもたらすことができるという見通しとそれにとまなう感情（自信）、ないし自己への信頼といえるものです。これを効力感（波多野諄余夫編：自己学習能力を育てる 東京大学出版会）ともいいます。この効力感を育てることが基本的な課題となってきます。

効力感が形成されるためには、自分の努力や行動によって生じた結果が、自分の努力のせいだと思えるような評価の仕方を工夫する、ということです。自分の進歩のあとが、自分でわかるような評価、例えば、陸上運動での50メートル走の授業で、他との競争ではなく、過去の自己最高記録と競争するなどの学習活動があげられます。つまり、努力のしやすい評価方式です。

つぎに、自分の力でやりとげたという満足感、頑張ればできるという学習体験を与えることがあげられます。易しすぎても、難しすぎてもよくない、子どもの能力に挑戦する適度な難しさの課題の提示の必要性です、

もう一つの条件は、自分のいまやっている活動は、自分の意志ではじめたものである認識をもたせることで、それには自己選択の機会を多くもてるようにすることなどがあげられます。

体育指導法の改善は、問題意識は何かによって改善の手立てが検討されると言えます。

マット運動の系統性について



福岡市立原北小学校

校長 尾崎 敦



学級数 33

生徒数 1,311 (62.11.1現在)

研究主任 教諭 村川 清敏

〒814-01 福岡市早良区南庄4-5-40

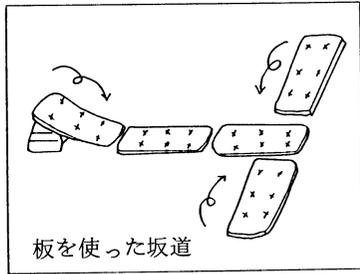
☎092-821-6908

本校では、子どもたちが、主体的に工夫・発見をしていく学習をめざして、学習場面のくみため方、示唆・助言のあり方の研究をつみ重ねている。本稿では、その実践の中から、マット遊び（運動）の系統性について、具体的展開例をあげながら、さぐってみたい。

1. 低学年での展開

(1) 1年生の例

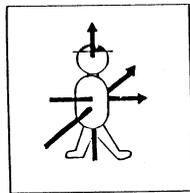
○次図のように、坂のある場を提示し、次の2点を活動の中心とする。一つは、場に応じた動きづくり（ねらい1）であり、もう一つは、場を利用しての、グループの集団遊びである。ねらい1では、前転・後転系、横ころがり系、側転系という、体を通る3つの中心軸の動きを体験させることに主



眼をおく。最近では、保育園、幼稚園での完成された運動文化尊重の教育のせい、マットは、まっすぐ美しく回るものといった観念が、すでに一年生の時期から定着している子が見られる。一方、教師の方でも、右肩から回って、左足に力を入れてたつというような、ななめの前転などを認める余裕はなく、完成されたやり方を、早く身につけさせようとする傾向もみられる。

この時期の子どもに必要なことは、運動文化を教えることよりも、運動文化の形成過程を体験させることであって、前述の3つのパターンをおさえながら、いろいろな動きを楽しませるべきであ

ろう。したがって、逆さになったり、小さくはやい回転をしたりという神経系統の開発に必要な多様な動きが、ねらい1の活動となる。

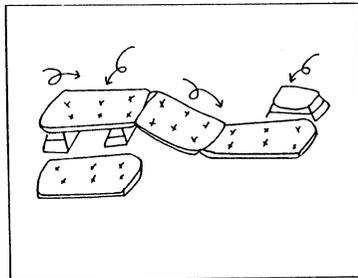


ねらい2では、自分でつけたわざをつないでの集団あそびである。まず、スタート地点を、坂の手前から、坂の上から、横のマットからなどいくつか設定し、それぞれ、クルクルクルンといったはやいリズムの回転が体感できるコースを見つけさせる。例えば、前の子がたどったのと同じコースを残

りの子がたどる「おいかけあそび」や、たがいちがいに交差していく「交差あそび」、2人ならんでころがって動きをそろえる楽しさのある「ペアあそび」が生まれてくる。このように、常に数人の子が同時に動く集団あそびの中で、相手にぶつからないように、マットからおちないようにといったおもしろさを味わわせながら、個に応じた神経系統の開発をしていくのである。

(2) 2年生の例

- 2年生では、クルクルッといった早い回転の動きと、クルーリクルーリといったゆっくりした回転のちがいを、マットを横切る一発わざのひきだしが、ねらい1の活動の中心となる。図のように、



とび箱2台の上に板をしき、マットの高さを上げることに、とびこみ前転や側転などの動きをひきだしたり、台の坂道を使うことで、大きな回転、小さな回転をひきだしたりするわけである。

ねらい2では、1年生での経験をもとに集団あそびを経験させるが、ここでは、もともになる場を一部つくりかえたり、一発わざを強調させたりして、より、ダイナミックな

集団あそびにしくんでいく。例えば、とび箱(1~2段)を加えることによって、とび箱の上からの前まわりや、とび箱をこす前まわりなどをとり入れるわけである。ここでは、たてのコースをどンドン回ってくる子の間をぬって、タイミングよく側転で横ぎったり、3人いっしょに、台の横をまわったりして、スリルのある連続あそびの体感をさせるのがねらいである。

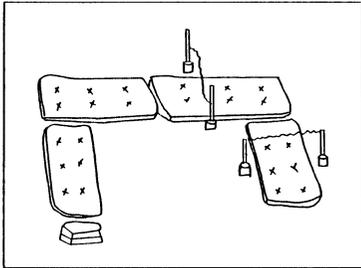
低学年のマットあそびで大切なことは、前述したように、集団あそびの楽しさにひたらせる中で、回転感覚を開発するところにある。したがって、ひぎののぼし方や、直線上をきれいにまわるといったスキル面でのつっこみは、活動の中心にすえるべきではなかろう。後転の例でいうと、両方の手のひらをマットにきちんとついて回るということよりも、体がたおれないように、ひじで支えて

回ってもよいといった発達レベルを考慮した指導や、回転を助ける坂道の設定のようなてだてが大切だということである。

2. 中学年で展開

(1) 3年生の例

○ 中学年では、いろいろな回り方をしょうずにしていくことや、ダイナミックなわざへの関心も高まってくるので、挑戦目標のある遊びをとり入れながら、わざが高まっていく楽しさを体験させていく。



く。まず、ねらい1の場面では、2年生までの動きを、前転、後転、開きやく前転などの言葉で整理し、「目をあける」「頭を入れる」「手のひらをつく」など基本的ポイントを発見させながら学習をすすめる。その際、ぜひ、体験させたいのは、とび箱やゴムひもなどの用具を使って、その用具をクリアしながらの活動である。例えば、ゴムを腰の高さぐらいにはって、その下を前転や後転で回ってみる。

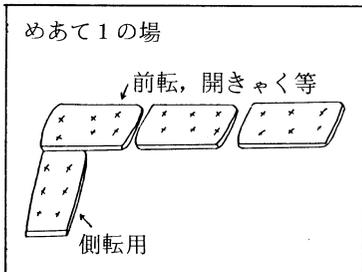
ゴムにさわらないようにと意識することによって、小さくはやくクルクルといった回り方がひきだされるわけである。子どもにとっては、ゴムにさわらない遊びとしてとらえられるが結果的には、頭の入れ方や次の動きの準備動作がひきだされていく。このように、遊びとして、用具をクリアしながら動きづくりを楽しむというとらえ方が、中学年には特に必要のように思える。

めあて2の場面では、図に示すように、①前転、後転、②開きやくの前転、後転、③側転の3つの動きが、ぜんぶ経験できるような場を設定する。子どもたちは、ひくくはったゴムの下をはやく回転の前転でくぐったり、高くはったゴムで大きな側転をしたりしながら、いろいろな動きを経験できるわけである。この3つのパターンの動きを、マットや用具をならべかえることで、くみあわせの楽しさを味わうことも期待できる。

このように、場や用具を自分の力にあわせてクリアしていくことは、活動目標を明確にする上で、きわめて有効であるし、わざの経験の上からも、3年生の発達レベルにあった内容と思われる。

(2) 4年生の例

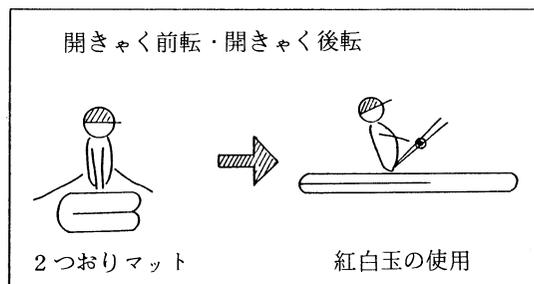
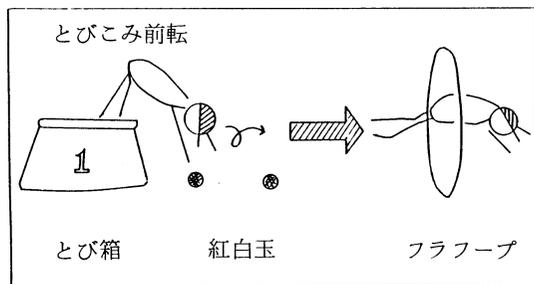
○ 器械運動に移行する4年生の段階では、連続わざや単わざへの関心がさらに高まってくる。そこで、一単位時間のくみたてを、前半(めあて1)と後半(めあて2)に区切って、前半では連続わざを、



後半では単わざをというパターンを組んでみた。このことによって、できるわざから調子よくつなぐ楽しさと、そのための一つ一つのわざを必要感をともなって練習するというメリットが生まれてくる。まず、めあて1では、ビデオやモデルの動きを見て、大きくとぎれないわざのイメージをつかませ、今できるわざをつないで練習することが活動の中心となる。手のつき方、頭のいれ方、目をあけてどこ

をみるのか、ひざのくっつきやのび、次のわざへの準備運動など、なめらかな一連の動作へのポイントの発見をおりこみながらの練習が展開される。

めあて2では、わざ別の場で、うまくなりたいわざ(連続わざにとり入れたいわざ)への挑戦場



面を設定する。ここでは、3年生での経験を生かして、動き助けのための用具を使い、クリアーの判定規準を設けながらの練習となる。

とびこみ前転を例にとると、とび箱1段の上から少しジャンプして前転をする。その際、手をつく所、おきあがって足がつくところに紅白玉をおき、一つ目の紅白玉を少し先にのばし、2つ目の紅白玉は、なるべく近いきょりにおくゲームを設定する。子どもたちは、手をつくきょりをのぼしたり、おきあがる位置をせばめたりしながら、玉のおき方による得点競争を楽しむことができる。これは、両うでの体の支持や、頭の入れ方の習得に有効である。次に、図右側に示すフラフープくぐりであるが、これは、輪に体がふれずにく

ぐる「イルカあそび」というゲームである。空中で足がのびていないと輪にひっかかってしまうので足がのびていないと輪にひっかかってしまうので、子どもたちは真剣である。力に応じて輪の高さをかえたり、あるいは、輪を2本にふやしたりして、よりダイナミックなわざへの高まりが可能である。

開きゃく前転の例では、図・左側に示すように、動き助けのための2つおりマットやふみきり板での坂道づくりによって、足のひらきや、上体のおこしを助ける方法が見られる。本校での実践では、図・右側に示すように、紅白玉をはさむゲームをとり入れている。これは、「足をどこで開けばいいのかわからない。」という質問から発案したゲームであるが、体をおこし、足をひらく際に、足を早く広げすぎると紅白は体の上に落ち、マット近くでサッとひらくと、マットの上うまく落ちるという内容である。最初のうちは、足首の近くにはさむ子が多いが、うまくなると太ももの近くにはさんで、マットの上におとせるようになる。子どもたちは、この、紅白玉をはさむ場所や、落ちた位置を判定基準にして得点化して楽しむようになり、有効な活動が展開されていった。

以上、2つの方法を紹介したが、このように一つのわざにつき、2段階でいどの練習法を提示し、わざのクリアーの判定基準を設けさせると、子どもたちは、その中で自主的にフィードバックしながら、わざの習得を楽しむことが可能である。

なお、このような、スパイラル型のくみたてにあたっては、わざ別の場に、一連の動きの解説図を掲示し、これに、わざのポイントをかきこませたり、教師の示唆、助言に活用したりするくふうが大切である。また、わざのステップ表などを与えることも子どもにとってのよい手がかりとなる。

3. 高学年でのとりくみ

高学年では、筋力も発達し、ダイナミックな単わざへの意欲も高まるが、反面、苦手意識をもつ子もふえてくる。そこで、クラスやグループで、共通してとりくむわざを設定し意欲づけをはかったり、連続わざの演技時間を「20秒」「15秒」などと設定させて、思考をともなった内容にするなどの活

動が考えられるが、ここでは紙面の都合上、割愛させていただく。

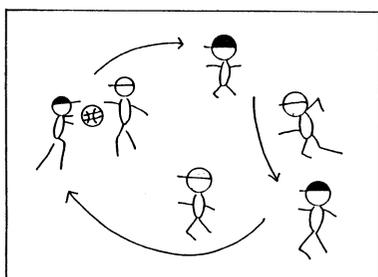
4. まとめ

以上、低学年と中学年の展開例を中心に、その系統性をみてきたが、再度、強調しておきたいことは次のとおりである。

- 運動文化そのものよりも、その形成過程をおわせる発想で楽しませること。ゴルフが、スコットランド地方の牧童の、つえを使った石とぼしという遊びから生まれたといわれるように、多くの運動文化は、“あそび”をそのルーツにもっている。

マット運動からは外れるが、バスケットボールのパスワークの習得のために考案されたゲームに、3人パスゲームというものがある。これは、3人対3人のゲームで、相手チームにボールをさわらせず、味方だけでパスを回したら得点が与えられるというゲームである。ゴールがあるわけではないが、子どもたちは、実に夢中になって遊ぶ。ドリブルやパスといったボールコントロール力だけでなく、相手にとられないような場所にいかにか動くか、いかにじゃまするかというボディコントロール力も育つのである。このゲームを3年生でとり入れると、ポートボールやバスケットボールでの動きに有効につながるが多く見られた。

このように、完成された運動文化を、直接、子どもたちに投げ入れる前に、その運動の“あそび”としてのおもしろさのルーツにあるものをクローズアップしたり、その形成過程を、子どもの発達レベルに応じて体験させることは、小学校期の体育に、重要なウェイトをしめるように思える。



- 個別化、個性化の発想をとり入れること。一年生の展開例でも述べたように、子どもたちは、案外固定観念から離れられずにいる。これは、とび箱運動あたりで、特に顕著である。両手できちんとつきはなす閉きゃくとびだけが、

閉きゃくとびで、片手をはなしたり、とび箱の上に足がのるようなそれは、閉きゃくとびではないとする考え方である。片手をはなすのも一つのわざと認める柔軟さがないために、上手、下手のランクができる。同じように、マット運動でも、いろいろな側転があるはずなのに、一直線の転回だけがわざとしてとらえられることもある。フォームを、個々に多様に楽しむということが忘れられて、一定の規格だけに片寄る発想は、体育ざらいの子を作る可能性を十分にもっている。まさに、角を矯めて、牛を殺すのたとえである。

以上の点に留意しながら、ひとりひとりの子どもに、運動が内在する価値を十分味わわせ、工夫・発見の発想をより豊かに表現できるよう、努力を積み重ねていきたいと思う。

4. 昭和62年度に行った事業は……

- (1) 障害児キャンプ指導者講習会 10名参加 8月17日～19日 東京YMCA山中湖センター
- (2) 全国学校体育実技研修会(幼・保) 24名 8月20日・21日 東京都台東区立根岸小学校
- (3) 全国学校体育実技研修会(小学校) 121名 8月27日・28日 東京都江東区立明治小学校
- (4) 優良校・功労者表彰 10月22日 仙台市宮城県民会館
受賞…… 優良校 131校 功労者 143名 特別表彰 1名
- (5) 全国学校体育研究大会 10月22日・23日 仙台市宮城県民会館 参加 2,000名

18ページに続く

生き生きと体力づくりにはげむ子どもの育成 ——教科体育を中心として——



栃木県芳賀郡茂木町立中川
小学校
校長 瀬尾 義美



学級数 6
児童数 130
研究主任 教諭 羽石 哲雄

〒321-35 栃木県芳賀郡茂木町牧野1861 ☎02856-2-0123

I. 研究の基本的なおさえ

1. 研究のねらい

運動の特性をおさえて、児童の個性や能力に応じた「めあて」を持たせ、その解決のための指導のあり方を工夫することにより、意欲を持って、力いっぱい運動させ、運動の特性に触れる楽しさや喜びを味わわせることを中心に研究する。また、教科外の運動や運動施設・用具についても研究を進め、それらの関連を図ることによって、生き生きと体力づくりにはげむ子どもを育成する。

2. 研究の方針

(1) 教科体育の充実

教科体育の目標を達成するために、運動の特性や地域の実情、児童の発達段階をふまえ6年間を見通した年間指導計画の改善や「めあてのもたせ方」と「場の構成」を中心とした指導法を工夫する。

(2) 教科外体育の充実

登校時における通学路の坂道、遊歩道の利用、業間での固定施設や遊歩道の活用、校庭での運動遊びの工夫との関連からの研究を進め、実践することによって体力の向上を図るとともに、生涯を通じて運動に親しむ児童の育成をめざす。

(3) 学年・学級経営

日常の児童の実態から、「体力づくり」の基盤となるものをおさえ、生活習慣や行動様式と自分のからだの関係についての理解を図る。

(4) 体育施設や環境条件の整備

より楽しい学校生活ができるように、運動設備や環境条件の整備のあり方を研究し、その積極的な活用を図ることによって、運動の楽しさや喜びを味わわせながら体力の向上を図る。

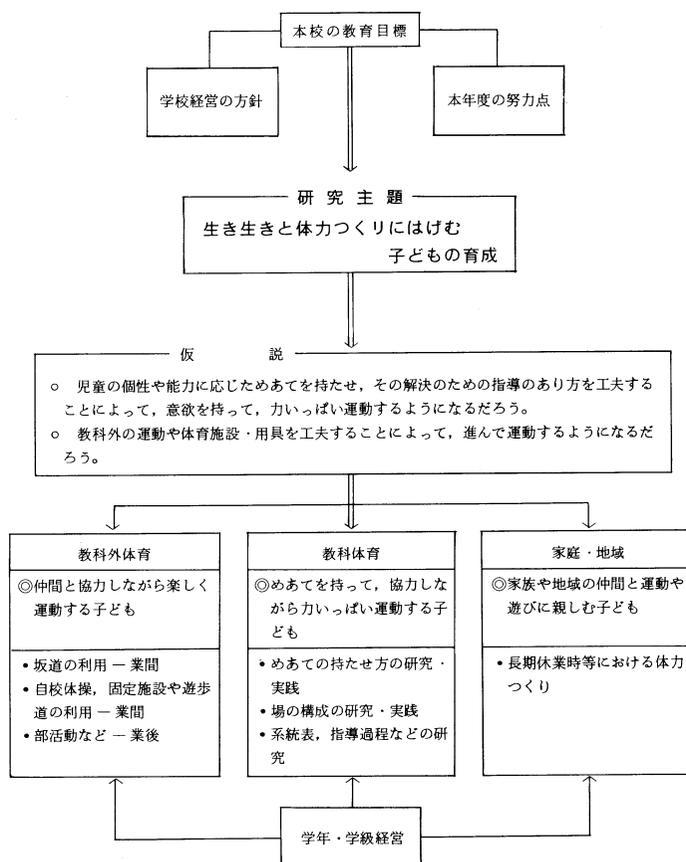
5. 歴代会長

初代	大谷 武一	昭和25年
2代	<small>あがた</small> 東 俊郎	昭和30年10月26日
3代	栗本 義彦	昭和42年
4代	今村 嘉雄	昭和48年
5代	大石三四郎	昭和53年8月14日

6. 会報 学校体育研究

会報 第1号は昭和51年、62年で第23号。 学校体育研究第1巻は昭和41年、62年で第20巻。

3. 体力づくり推進の基本構想



II. 研究の実践

1. 教科体育学習指導

(1) 基本のおさえ

「本校の子どもには、活気がない。」このことが教科体育においても大きな問題となった。その原因として、地域性や生活習慣もあるが、教師サイドからの要因としては、学習指導のあり方であるとおさえた。

学習における児童の実態をみると、見通しを持ち、自ら学びとるという姿に欠けていることがあげられる。

このような姿の児童に、見通し・意欲・自主性を持たせることが、生き生きと学習に取り組み、将来に向かって運動を続けていける子どもの育成になると考えた。具体的には、「めあてのもたせ方」と「場の構成」を研究・実践することが最も効果的であろうとして取り組んだ。

ア. 「めあてのもたせ方」でねらっていること

- 現在の自分の技能や態度について自覚することができる。（自己理解）
- 自分がどうなればよいか見通しをもつことができる。（目標化）

- 自分から進んで運動することができる。 (意欲化)
- ねばり強くがんばり続けることができる。 (継続化)

イ. 「場の構成」でねらっていること

- 一人一人の学習の成立を図ることができる。 (学習の成立)
- 技能の向上を図れる。 (技能の向上)
- 活動量を満たすことができる。 (満足感)
- 意欲を持続することができる。 (持続性)
- 協力, 助け合いを伸ばせる。 (協調性)
- 工夫する楽しさを味わえる。 (創造性)

(2) 「めあてのもたせ方」

学習のめあては、学習のねらいを達成するために、児童の運動欲求、向上心、熱意、能力等の実情に応じて、2～3の下位のねらいに分けて、単元の最終目標に行きつくためのステップとして、児童の個人差に応じて段階的に示し、具体的な学習過程に結びつくものとしておさえた。

しかも、その「めあて」は、運動の楽しさの発展過程として学習の流れに沿って、一人一人の児童が継続した「めあて」をもてるように意識化を図った。

ア. 低学年における「めあてのもたせ方」

低学年の場合には、発達段階から考えて、自主的に「めあて」を考えることはむずかしいと思える。そこで、本時では何をやるか、どんな順序で、どんなきまりで、どんな方法で、どんな物を使って学習するかを、児童全員に理解させるようにした。

イ. 中学年における「めあてのもたせ方」

中学年においても、「自分のめあて」や「グループのめあて」を容易に決められない場合が多いのが現実である。そこで、「めあて」を自分のものとして自覚させる手だて（段階的なめあてのとらえさせ方）が、どうしても大切になってくる。

ウ. 高学年における「めあてのもたせ方」

5・6年になると、これまでの経験を基に自己理解や判断力もかなり見られ、また、自ら活動する力もついてきている。そこで、高学年としては、児童一人一人が主体的に取り組める「めあてのもたせ方」について工夫した。

(3) 「場の構成」

場の構成については、「物的な場」と「人的な場」の構成を考えることが必要であり、大切であるとおさえた。「物的な場」については、どのように置いたらよいか、どのくらい置くか、どの位置にするか、どんなものを置くかなどを明確にしていくことが大切である。また、「人的な場」については、どんな順序で行うようにするか、どういうグループで効果的に行うか、どんなきまりをつくって行うか、どんな役割分担にするかなどをはっきりして授業を組み立てていくようにした。

ア. 低学年における「場の構成」

互いに認め合い仲良く運動できること、興味をもって力いっぱい運動できることをめざして児童の実態と運動の特性をふまえながら、創意と変化のある場の構成を図った。

イ. 中学年における「場の構成」

中学年においては、力いっぱい運動するために、教師が中心になって「場の構成」をし、その中で子どもたちにも考えさせ、子どもたちのアイディアを取り入れてきた。（場の発展）

特に、中学年では、「人的な場」をよく考えて、「だれと、どんなことを、どのようにやるか」をはっきりさせておくことによって、主体的に活動できる時が多くなると言える。従ってグループ編成においては、人間関係の面からも十分配慮し、だれとでも仲良く運動できるようにした。

ウ. 高学年における「場の構成」

一人一人の児童が、運動の楽しさを味わいながら、力いっぱい運動に取り組むためには、十分な活動量の上に、できた喜びを体得させることが大切になる。そのために、児童一人一人の能力をより確実に把握し、段階的に練習できる「場の構成」の工夫に努めた。また、認め合いの態度を大切にして、意欲的に取り組めるように、グループ編成や学習カードの活用も図った。

2. 教科外体育

(1) 基本的なおさえ

教科外体育では、「仲間と協力しながら、楽しく運動する子ども」をねらいとして、運動の生活化、習慣化を図ることを中心に進めてきた。

次の内容で体力づくりに取り組んだ。

- さわやかタイム …… 恵まれた自然環境を利用したの登校時における体力づくり
- あおぞらタイム …… やわらかい動き、リズムカルな動き、バランスのある動き、タイミングのよい動きをねらった「わかあゆ体操」
 - 児童の意見を取り入れたり、工夫させて仲間とのびのびと活動できるようにした「せせらぎ運動」

〈日課および過程表〉

時		曜		月	火	水	木	金	土
前	後								
期	期								
8:00	8:30	さわやかタイム							
1・2校時									
10:15	10:35	あえぞ らタイム	わかあ ゆ体操	せせら ぎ運動	朝 会	わかあ ゆ体操	せせら ぎ運動	集 会	
10:30	10:50		(なわ とび)	(なわ とび)		(なわ とび)	活 動		
3・4校時 給食・昼休み・清掃									
5・6校時									
15:40	15:45	業 後	キッカー	クラブ		部 活			
16:30	16:00		キッカー	キッカー	キッカー	キッカー	キッカー		
			ズ運動	ズ運動		ズ運動	ズ運動		

ア. さわやかタイム

学校まで約700mある坂下で、下学年と上学年に分かれ、下学年は舗装の坂道を、上学年は、林の中の遊歩道を自分のペースで早歩きする。雨や雪の日には、全員登校班ごとに舗装されている坂道を登っている。

イ. あおぞらタイム

(ア) わかあゆ体操

スポーツテストの結果と日常の児童の実態をもとに、体力のひずみを取り除き、体力の増強を図るために、自校体操（わかあゆ体操）をつくり実践している。発達段階を考えて、部分的に低・中・高学年に分けて内容を構成し、授業間の気分転換や仲間と楽しく集える場となるようにした。

(イ) 行進

身体を健康にする基本姿勢を体得させると同時に、集団としての秩序や規律的態度を育てるために、わかあゆ体操と併せて行っている。

ウ. せせらぎ運動

1～3年と4～6年と別れて、固定施設での運動と校庭での運動を交互に1回ずつ行っている。

下学年では、子どもと教師がいっしょになって種目やその方法を決め、学年全員で行うものが多かった。上学年では、学級会などで話し合い、グループごとに、工夫した動きができるように努力をした。

エ. 肥満児対策

対象児童12名のうち、本人・保護者共に希望した6名を対象とし、グループ名を子どもたちの案で「キッカーズ」と名付けた。

毎週月曜日に、血圧・体位測定・食事のチェックを行い、月・火・木・金の放課後30分間、固定施設を利用して、汗を流すのを目安に運動している。

3. 学年・学級経営における指導

ア. 日常生活での指導

学校における「体力づくり」を進めるとき、一人一人の児童が自分の生活を見つめ、より向上するため自分の課題に気づき、意欲的に取り組む習慣を形成しなければならない。その基盤は学級経営にある。本校では次のことを重点として指導してきた。

- 節度ある生活態度を身につけること。
- 努力や進歩を認め、励ます態度を育てること。
- 目的意識を持たせること。
- 健康・安全の習慣を身につけること。

イ. 基本的行動様式の重点化

児童の実態を洗い出し、次のものを重点として指導してきた。

- 基本的姿勢を身につけさせる。
- 集合したら静かに待たせる。
- 聞き方、話し方の基本を身につけさせる。
- 素早い行動を身につけさせる。

Ⅲ. 研究のまとめ

1. 研究の成果

- (1) 運動の好きな児童や意欲的に運動する児童の姿が見られるようになった。
- (2) 協力し合う態度が育ち、精神面での向上が見られてきた。

2. 今後の課題

- (1) 研究の継続を図るとともに、各教科においても「めあてのめたせ方」と「場の構成」の研究実践を行っていきたい。

「助け合い励まし合う子どもが育つ体育の授業」



神戸市立竜が台小学校
校長 関田 不二男



学級数 31
生徒数 1,096
研修主任 新村 芳次

〒654-01 神戸市須磨区竜が台6-15-1

☎078-793-1833

1. はじめに

本校は、昭和53年4月、700余名で開校し毎年200名余りの転入生が続いた。お互いの気心が知れず表面上だけのつきあい方が多く落ち着きのない日々が続いていた。昭和57年には、児童数が1,500名を越え、プレハブ教室の設置、校舎増築と慌ただしい毎日であったが、現在1,100名余りと減少の傾向にあり全体として適正規模の学校になってきている。

2. 研究の取り組み

昭和58年度神戸市より、「体と心の健康づくり推進校・体育授業研究校」の指定を受け3年間の研究に取り組んだ。また、昭和61年度には、全国学校体育研究校の指定を受けた。そして、授業の公開を通して研究の一端を発表した。

- (1) 体と心の健康づくりでは、「仲間とともに育てる豊かな心とたくましい体」で取り組んだ。

- 仲よく …… 同学年・同学級だけでなく縦割りの集団で遊ぶ子ども。
- 楽しく …… テレビやまんがを忘れて、太陽の下での遊びに熱中している子ども。
- 元気よく …… 広い運動場で汗を流しながら力いっぱい動きまわる子ども。

- (2) 体育授業研究では、「助け合い 励まし合う 子どもが育つ体育の授業」をテーマとした。

私たちは、心身ともに健やかな子どもたちが成長することを願って学校教育を進める中で、まず個々の学級づくりを中心にすえ、子どもたちが自分の持てる力を十分に出し合い、より成長できるような環境づくりに取り組むことにした。さらに、その中で子どもたちが行動することを通して、体力を養い、情緒を安定させ、仲間意識にめざめる場を、体育の学習に求めようとした。

そのためには、子どもの側に立った「楽しい体育の授業づくり」が大切であると考えた。

楽しい体育の授業にするため、私たちは、子どもたちひとりひとりを理解し、その上にたって、教材づくり・グループ学習・指導法・道すじについて研究を深めていくことにした。

① 教材づくり

子どもの側に立って教材を見直すことの大切さに気づき、次の3点に特に留意した。

- 子どもの実態を把握し、理解する。
- 子どもから見た運動の特性を見直す。
- 運動の一般的特性を見直す。

② グループ学習

友だちとのかかわりの多いグループ学習をあらゆる機会に取り入れ進めてきた。活発なグループ学習をさせるために、次の6点に特に留意した。

- 個人的な運動種目（器械運動・陸上運動など）を集団的に扱えるように教材を工夫する。
- 男女混合の異質グループをつくり、生活班と同じにする。
- グループカードを利用する。
- 見合い学習を大切にする。
- リーダーを育てる。
- グループの中で役割を持たせる。

③ 指導法

子どもたちひとりひとりが主体的・創造的に学習に取り組めるよう、教師が「いつ」「どこで」「何を」「どのように」指導していくことが良いのかを考えなければならない。

そのため、授業時、教師は次の4点に特に留意した。

- 子どもを主役にする … 教師が前面にたって授業を進めていくのではなく、子どもたちの横にいて、子どもたちが前面に出てくるように配慮する。
- 楽しい雰囲気を作る … 子どもたちが助け合い励まし合いながら、自主的に課題解決しているような楽しい雰囲気づくりに心がける。
- 観察する … 子どもたちが課題達成のために力いっぱい努力していることが、子どもやグループにとってふさわしいかどうかを常に、教師は観察する。
- 刺激する … 観察することにより、できる者はどこが良いのか、できない者はどこが悪いのか、どうすればできるようになるのかなどをしっかりと観察する。そして見通しをもって子どもたちに刺激を与えていく。

④ 道すじ

子どもの実態に応じて、どの時期にどんな学習をさせ、どのような考え方で指導していくことが、より効果的かを考えてきた。

	低学年（1・2年）	中学年（3・4年）	高学年（5・6年）
教材づくり	多様な動きの経験 ・高さ・逆さ・バランス・回転の感覚、腕支持を伴う動きを養える教材。	動きの工夫・高まり ・挑戦意欲を満足させるような教材。	よりよい動きの習得 ・いろいろな運動種目への正しい参加の方法や楽しみ方を学習できる教材。
グループ学習	友達とふれ合い、共に行動する。 ↓ みんなで仲よく力を合わせる。 (2人組、鏡の役目)	友達との裸のぶつかり合いの中で、お互いが成長する。 ↓ 関わり合い、深め合う。 (ひとこと言える習慣)	相手の立場を考えて行動し、助け合い磨き合う。 ↓ 友達を理解し、互いに認め合う。 (長所、得意技の発見)
指導法	観 察 ↓ 伝 達	観 察 ↓ 刺 激 ↓ 助 言	観 察 ↓ 刺 激 ↓ 相 談 ↓ 助 言

3. 実践例

(1) グリッド・得点制を利用したサッカーの指導（5年生）

ボール運動の初期のゲーム様相は、ボールに群がる密集型となる。これを直線型からさらに、広域型への変容を少しでも早くさせるため、また、各ポジションの役割を理解させるための手だてとして、グリッド（コートをいくつかに区切ったもの）を利用した。

① グリッドを利用するときの注意したこと。

- 決められたグリッド内で活動する。
- 1つのグリッドでは、両チームの人数をできるだけ等しくする。
- ゲーム——練習——ゲームの授業で、前後半どちらかにグリッドの条件を与える。
- 1～2時間に1つのグリッドを経験させる。
- どの子どもにもフリーマン（どのグリッドに入って活動してもよい人）を経験させる。
- フリーゾーン（誰でも活動できる部分）をつくり、攻防を活発にさせる。
- 5秒間ルール（約5秒間は、他のグリッドに入って活動してもよい）をつくる。
- 2ゴール制（どの子どもにもシュートチャンスを増やすため）を採用する。

② 得点制について（5・3・1・1……制）

誰もがシュートする喜び、得点できた満足感を味わえるようにと願い（5・3・1・1……制）を採用した。

1回目のシュート……5点

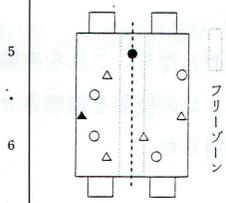
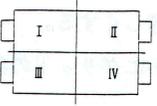
2回目のシュート成功……3点

3回目以後のシュート成功……1点

技能の高い子どもも低い子どもも同じ条件でスタートする。ゲームが進むにしたがって持ち点の得点差がでてくる。高い得点を持っている子ども（5点・3点）が貴重な存在となる。この子どもたちを中心に役割・作戦・練習が考えられてくる。（ひとりの大切さがわかる。

③ グリッドを利用した授業例 8チーム編成（1チーム5～6名）（45分×12回）

時	グリッド	指導の要点・ゲーム様相・手だてなど
1 . 2		※ 密集型のゲーム 「オリエンテーション」 ○準備の仕方を知らせる。 ○学習の進め方を知らせる。 ○ためしのゲームをする。 「ゴールに向かってボールを蹴る」 ○ゲームをさせる。（ボールにふれた数を数えさせる） ・ボールにかたまりすぎ。 ・技能の高い子どもだけが楽しむ。 ・ふれた回数が少ない子どもが多くいる。 ・シュートチャンスがまわってこない。 ○2ゴール制・得点制を使ったゲームをさせる。 ○グリッドの説明（次時より前半だけに利用）
3 . 4		※ 直線型のゲーム 「パスや、ドリブルをして攻める」〈たてパス型〉 ○役割（攻め・守り）を決めてゲームをさせる。（4時間目は役割を交代させる。） ○たてパスを意識させる。 ○ドリブルでボールを運ぶより、パスの方が有効であることに気づかせる。 ○ロングパスを認め、ほめる。 ○フリーマンを作り、フリーマンと協力して、攻めたり、守ったりさせる。 ・後半にグリッドを外しても、グリッドを意識させる。 ・2ゴールを考えた動きをさせる。 ・ボールを自分のものにしてからパスをさせる。 ○かたまりから離れている子どもを認め、ほめる。

<p>○ たてのグリッド利用</p> 	<p>※ 初歩的攻防型のゲーム</p> <p>「動いてパスをもらう」〈横パス型〉</p> <ul style="list-style-type: none"> ○役割（左右の攻め・守り）を決めてゲームをさせる。（6時間目は役割を交代させる。）○横パスを意識させる。 ○空いている場所に動いている子どもを認め、ほめる。 ○パスしたあと、素早く動いている子どもを認め、ほめる。 <ul style="list-style-type: none"> ・シュートするとき（親指を蹴る方向に向ける。） ・パスするとき（かかとをパスする方向に向ける。） ・とめるとき（膝を曲げて、ボールを上からおさえる。） ○フリーゾーンをつくり、攻防活動を活発にさせる。すぐに自分のグリッドにもどらせ、役割の大切さを理解させる。
<p>7 8 9 10</p> 	<p>※ 協力した攻防型のゲーム</p> <p>「パスしたあと素早く動く」〈広がり型〉</p> <ul style="list-style-type: none"> ○斜めのグリッドを交代する。例 (I)(IV)(II)(III) ○味方同士がよく連絡しあって、素早く攻防することが大切であることを理解させる。 ○5秒間ルールを使う。

1～10時間（リーグ戦） 11・12時間（トーナメント戦）

4. おわりに

「助け合い 励まし合う 子どもが育つ体育の授業」をテーマに研究を続けてきた。子どもたちにとりひとりの秘めた可能性を見つけ出し、子どもたちのかかわり合いの中で、それを一層大きく伸ばしていくことに焦点をしばり、「楽しい体育」となるよう、今後も研究を深めていきたい。

柔道の特性を生かした効果的指導



福島県双葉郡浪江町立浪江中学校
校長 松本 道夫



学級数 22
生徒数 868
体育主任 教諭 吉田 規正

〒979-15 福島県双葉郡浪江町大字川添南大坂 28

☎0240-35-3206

研究主題 柔道の特性を生かした効果的指導 — 教科体育を通して —

1. 研究主題設定の理由

柔道の一般的特性と生徒の立場から見た柔道の特性を考慮して教材研究と授業研究を積み重ね、柔道に対する興味・関心を高め、楽しさを味わわせるための効果的な指導の研究を進め、ひいては「規律ある生活ができる生徒」「安全な生活ができる生徒」「思いやりの心を持てる生徒」の育成を目指して主題を設定した。

2. 研究仮説

柔道指導において、個人差に応じた学習内容で一人ひとりが学習の見通しを持ち、学習過程における技能の習得状況を把握しながら学習を進めれば、柔道への興味・関心が高まり意欲的に取り組む生徒になり、柔道の特性から規律・安全・情操を身につけた生徒の育成を図ることができるであろう。

3. 研究実践の内容

(1) 指導時数

○他領域との関連を図りながら、基本練習の徹底や柔道の楽しさを十分体得させることができるよ

うな時数を確保し指導にあたった。

指導時数

学年 年次	1 年		2 年		3 年	
	単位時間	比率	単位時間	比率	単位時間	比率
第1年次(60年度)	14	14.7%	14	14.7%	13	18.6%
第2年次(61年度)	17	17.8%	17	17.0%	15	21.4%
第3年次(62年度)	20	21.0%	20	21.0%	17	24.3%

2) 指導計画の位置づけ

- 専用の格技場がなく隣接する町の施設を借用しているので集中的に時間を確保し、指導にあたった。
- 1年生は一学期(5月~10月)より、2・3年生については、二学期(9月~11月)までに実施し、寒さによる柔道に対する意欲の低下をとりのぞき、教師が継続的に研究できるようにした。

年間指導計画の位置づけ

年次	月	4	5	6	7・8	9	10	11	12	1	2	3
60	1											
	2											
	3											
61	1											
	2											
	3											
62	1											
	2											
	3											

3) 学習内容の取り扱い

- 1・2年生で、基本動作の定着に重点を置き「低い姿勢から高い姿勢」「ゆっくりとした動作から速い動作」と言うように無理のないように技能が習得できるようにした。
- 同系列の技を連続して取り扱い、合理的な学習できるようにした。
- 各学年とも技能の習得状況に応じた簡易試合を多く取り入れ学習を進めた。
- 3年生では、各自の得意技をみつけて相手の動きに応じた連絡変化技、総合的な練習や試合に重点を置いて学習を進めた。

4) 個人差のとらえ方として

- ① 身体面(身長・体重等)
- ② 運動能力面(運動技能, 練習効果等)
- ③ 学習意欲面(興味, 関心, 欲求等)
- ④ 知識面(柔道に対する知識, 理解, 判断等)

以上の①~④の視点でとらえ、身長、体重、運動能力を考慮し、自分の体力にあった技能の習得を課題とし「どんな内容をどこまでできるようにすればよいか」を一人ひとりに気づかせるため学習カードの活用や視聴覚機器の活用により適切な評価をさせ、個人に応じた技能習得状況を明確にし学習が進めることができるように工夫した。

5) 柔道の特性のとらえ方

- ① 一般的特性として
 - ア. 対人的技能
 - イ. 相手を尊重する態度, 克己心, 公正, 協力的態度
 - ウ. 安全, 衛生に対する態度

エ. 体力の向上

② 生徒の立場から見た特性として

ア. 技能を習得したい。身体を鍛えたい。

イ. 礼儀や忍耐力を身につけたい。

ウ. 投げられるのが怖い、危険である。

エ. 激しいスポーツである。

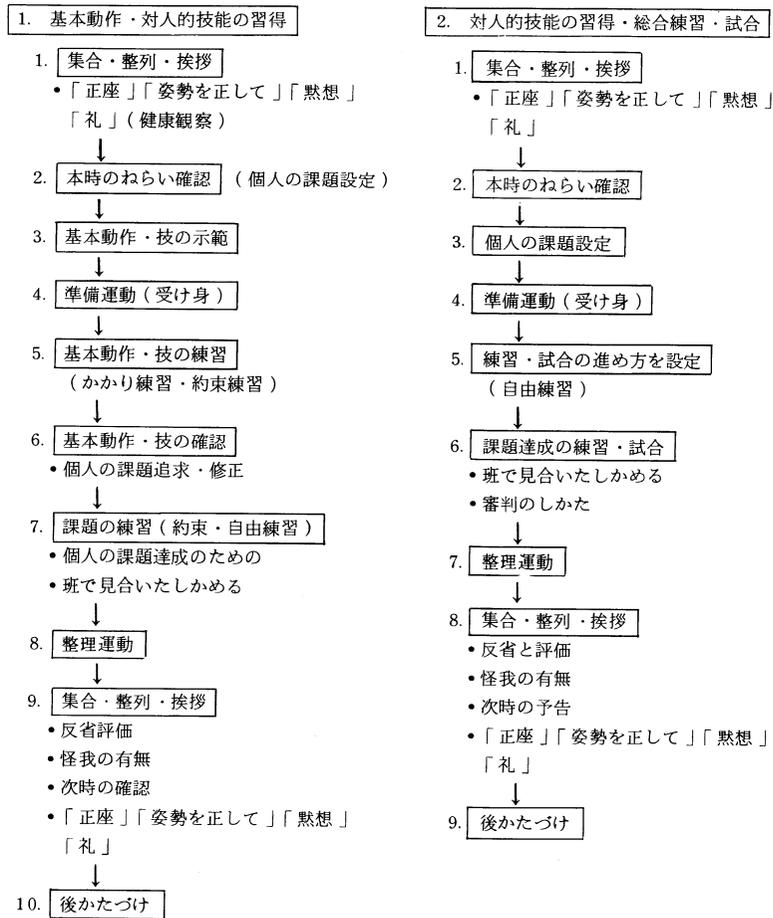
これらを柔道の特性にとらえ教材研究、授業実践を積み重ね、柔道に対する興味、関心、楽しさを味わわせる効果的な指導の研究を進めた。

(6) 学習過程の工夫

○柔道の学習を進めていくために二つの基本の型を決め進めた。(学習過程のパターン化)

○学習過程の中で個人の課題達成のための練習時間を取った。

学習過程



課題解決のための練習の方法

- ア. 低い姿勢から高い姿勢での対人技能の習得
- イ. 遅い動作から速い動作での対人技能の習得
- ウ. その場から移動しての対人技能の習得

- ① 低い姿勢での崩し・体さばき・受け身
- ② かかり練習（同じ技を繰り返し練習する。相手を1，2歩移動させゆっくり，正確に）
- ③ 約束練習（技や移動条件をお互いに決めて練習する）
- ④ 自由練習（かかり練習，約束練習で習得した崩し・体さばき・掛け方・力の使い方などを総合的に練習

上記の4つの練習方法で自己の練習課題を解決できるようにした。

○その他

教育機器（VTR）の活用により自己の技能を映像で確かめ主体的な学習を進められるようにした。

8) 安全対策・設備拡充・推進

- 畳固定設備の購入（木枠，スベリ止めマット）
- 柔道用記録黒板，試合用紅白帯，審判旗，畳（赤畳，青畳）の購入。
- 柔道クラブの開設
- 外部講師による技能指導

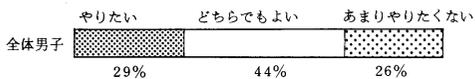
4. 成果と今後の課題

1) 成果

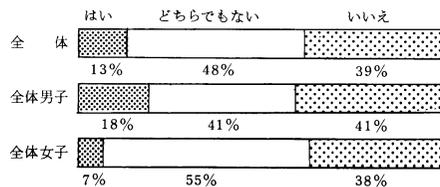
- 各学年とも指導時数を増やし，学習内容を工夫し配列した結果，年次ごとに学習意欲を高めることができた。
- 各学年で技能の程度に応じた簡易試合を取り入れた結果，柔道のおもしろさを体得でき，更に柔道をやりたいという生徒も増加した。

（アンケートの結果）

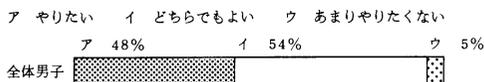
「柔道」の学習についてどう思いますか。（60.6）



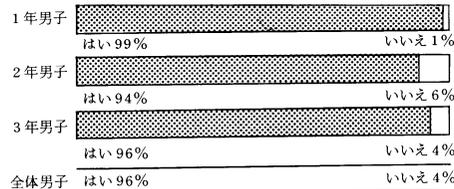
柔道は楽しいスポーツである。（60.6）



柔道の学習についてどう思いますか。（60.12）



柔道の授業は楽しかったですか。（61.12）



- 学習カードの活用により、毎時間、評価させ教師が課題解決カードを点検指導した結果、生徒が主体的に学習に取り組み積極性が増してきた。
- 他領域との関連を図り、日常生活における挨拶（礼法）を身につけさせるために全職員で教育活動全般にわたり指導を進めてきた結果、礼儀が良くなり、安全面、協力が身につく、真剣な態度も身につけてきた。

(2) 今後の課題

- 他領域との関連における指導時数の配分と、柔道領域の年間指導計画での位置づけを明確にし、改善を図って行かなくてはならない。
- 柔道の対人的技能の習得については、生徒一人ひとりの能力（個人差）に応じた目標がしっかりと定めるよう学習カード（技能カード等）や自己評価基準の検討と工夫が更に必要である。
- 安全な練習場の確保と視聴覚機器の効果的な活用、工夫が必要である。（運動量の面から）
- 個人差のとらえ方や生徒一人ひとりの欲求をどのようにとらえたらよいか、更に研究を進め、自ら障害を克服できる積極的な態度の育成を図っていく必要がある。

生きた授業をめざして

——欲求の充足——



美弥市立大嶺中学校
校長 篠田 彰 夫



学級数 14
生徒数 424
体育主任 教諭 安田 一 富

〒759-22 山口県美弥市大嶺町東分3020 ☎08375-2-1166

はじめに

生涯を通して誰もが積極的に運動に親しみ、その楽しさを味わうための基礎的態度を培うことが現在の学校体育の担うべき役割であり、特に教科体育に課せられた責任は重い。即ち、教科体育のあり方そのものが、将来の個人的な運動への興味・関心や実践力を決定する大きな要因となるからである。

従来の体育科の授業を振り返ると、体力や運動技能の向上をねらいの中心として取り扱ったものが多く、単元の学習前後の技能習得状況の比較により、授業の成功率が決定されていたようである。確かに技能の向上により、できる喜びを体得することは事実である。

しかし、運動の特性を技能面だけで捕えてしまったのでは、能力の異なる一人ひとりの生徒が運動への興味・関心を高めることは難しい。特に生涯体育への積極的な態度を育成しようとするならば、技能レベルの高低だけでなく、みんなで楽しくプレーするための意識の高揚を図ることが大切である。ここに運動の持つ内面的な「楽しみ方」が求められてくるのである。

そこで、この楽しみ方の根底にある欲求の充足と主体的・意欲的な活動との関連について、3年生男子のバレーボールの授業実践を例に触れてみたい。

1. 単元計画の工夫

生涯体育への積極的な態度を育成するには、中学生期に多くの運動の楽しさを経験させ、運動に対する興味・関心を高めることが大切である。そのためには教師が個人差のある一人ひとりの生徒の実態を確実に把握し、生徒が意欲的に学習に取り組める学習の場面が設定されなければならない。

このことに基づいて学習計画の作成上、次の点に留意してみた。

(1) 生徒の捕えた運動の特性の教材化

個人差のある生徒一人ひとりの欲求を充足させるために、運動に関する興味・関心を事前のアンケートで調査してみた。その結果は次のとおりである。(表1)

3年男子バレーボール意識調査集計結果 (表1)

楽しい(63%)		楽しくない(37%)	
1. 楽しい理由		1. 楽しくない理由	
(1) アタック	27%	(1) 技能の未熟	65%
(2) チームプレー	27%	(2) ボールが痛い	23%
(3) ラリー	23%	(3) 迷惑をかける	10%
(4) 試合の雰囲気	10%	(4) その他	2%
(5) その他	13%		
2. 楽しさを感じる場面と理由			
(1) 授業	16%		
・真剣に取り組める			
・ルールがある			
(2) 遊び	55%		
・リラックスできる			
・失敗にとらわれない			
・ルールを工夫する			
(3) 部活	29%		
・技能レベルが高い			
3. 授業に求めるもの		3. 授業に求めるもの	
(1) 楽しい練習	46%	(1) 楽しい練習	65%
(2) 楽しいゲーム	33%	(2) 適正なチーム編成	12%
(3) 技能向上	13%	(3) 技能向上	18%
(4) 特になし	8%	(4) 特になし	5%

以上が調査結果の集約であり、生徒の実態を把握することにより、欲求を充足させるための教材として再構成することが必要となる。

(2) 実態に基づいた学習活動の組織化

アンケートの集計結果及び、教師の問いに反応する生徒の意見からバレーボールに関する特性の捕え方を分析してみると、主として「一つのボールをめぐる攻防のラリーを楽しむスポーツ」と考えている生徒が多く、やはり集団的スポーツ(球技)の一般的特性であるゲームそのものの楽しさを追求していることがわかる。

しかし、このことは全体的な共通点であり、生徒の中には①高度な攻撃パターンづくりを求める者 ②ゲームにおけるラリーの楽しさを求める者 ③チームの一員として少しでも役立ちたいと願う者など、生徒一人ひとりに個人差があるように求める楽しみ方にも違いがあることに注視したい。

そこでこのように一人ひとりの異った欲求を充足させるためにも、教師サイドの画一的技能伝達型の学習計画ではなく、生徒サイドの欲求充足型の柔軟な学習計画が必要となる。

次に示すものは教師が学習の流れを認定したものであるが生徒の学習活動を画一的に規制したも

のではなく、学習を経験する度に発生する生徒の課題解決の欲求を活動の中に取り入れようとしたものである。(表2)

学 習 計 画 (表 2)

時	学 習 内 容	指 導
はじめ ① ② ③ ④ ⑤	(1) オリエンテーション ・意識調査 ・ねらいの確認 ・学習の見とおし ・グループینگ (2) ためしのゲーム ・ゲーム分析 ・課題の設定 ・練習法の考案	・意識調査により生徒の実態を捕え、目的意識を持たせる。 ・個人及び、チームの技能レベルを確認させ、能力に合った課題を設定させる。
なか ⑥ ⑦ ⑧ ⑨	めあて [1] 技能向上をめざす練習方法を工夫・開発する。 (3) 技能練習 ・個人的技能 ・集団的技能 (4) ボールのスピードに対処する動きづくり ・レシーブ隊形の考案 ・攻撃隊形の考案 ・ミニゲーム	・楽しさは、できる喜びを経験することにもあることを理解させる。 ・単調な対人的なパス練習ではなく動きを十分に取り入れた方法を考えさせ実践させる。 ・コートの広さ、人数、場所などを工夫して、誰もが動けることを条件とさせる。 ・ルールの工夫により、自分達の持っている技能で楽しむ方法を考えさせる。
⑩ ⑪ ⑫ ⑬	めあて [2] 集団的技能を生かせるゲームづくりをする。 (5) 楽しいゲームづくり ・欲求・課題の再確認 ・チーム対チームの合同練習 ・試合における相互評価活動	・チーム及び、個人の欲求がそれぞれ充足できるようなゲームの方法を考えさせる。
おわり	(6) 授業の反省 ・課題達成の確認 ・自己評価・相互評価	

従来のように技能練習を中心とした内容を教師が綿密に組み立てたものとは異なり、生徒に習得させたい内容を仕組みながら、大まかな学習の流れを示した学習計画の方が、後に示すように生徒の欲求に基づいた学習の発展に結びつけ易いようである。

(3) 成功感・成就感を味わわせる学習の道筋

「できるかも知れない」、「できそうだ」、「できた」というような成功体験を見とおした学習の流れを仕組むことが大切である。

ここでは、ためしのゲームを生徒の主体的学習の起点とし、自分達の技能レベルを把握することにより課題を設定し、欲求を段階的に充足させてみた。

2. 主体的な活動を促す指導法の工夫

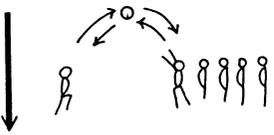
生徒が自ら進んで学習に取り組もうとする態度を養うためには学習者である生徒自身を主体とし、学習に深くかかわらせ、自分の力で学習に立ち向かわせることが大切である。

このことについての実践例を次に示したい。

(1) 生徒の発想を生かした学習活動

この実践例は、ためのゲームを起点として、生徒と共に欲求充足のための課題を設定し、それを解決しながら発展させた練習過程の一例である。

① ラインパス



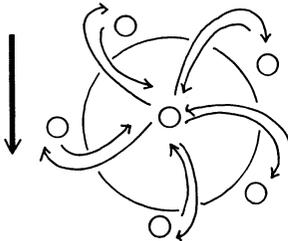
- バレー部員に対面して、他のメンバーが一行でローテーションしながらパスを返球する。

② フェンスラインパス



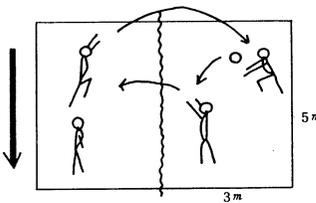
- コート横のフェンス (2m50cm) を利用してのラインパス。

③ サークルパス



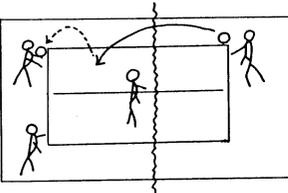
- 円内の一人が円外の者へ自由にパスをする。
- 円外の者は、いつでも返球できるように集中する。

④ 2マンバレー



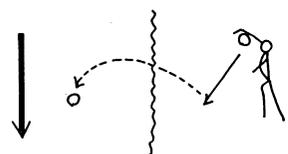
- フェンスの高さ (2m50cm) を利用しての狭いコートでの2人組のパスゲーム
- ボールの接触回数は2回

⑤ テニスバレー



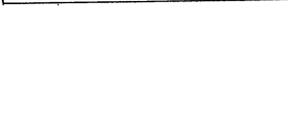
- テニスコートを利用した動きづくりを目的とする。
- サーブはサービスラインからアンダーで入れる。
- 相手コートからの第1ボールはワンバウンド処理が可能。
- 人数は3~4人。
- ネットが低いためにアタックは禁止。
- 接触回数は3回。

⑥ アタックテニスバレー



- テニスバレーと同じルール。
- アタックを許可。しかし、ネットが低いため、自分のコートにたたきつけてワンバウンドで返球する。
- アタックボールのレシーブに限り、ノーバウンド処理。

⑦ ワンバウンドバレー



- バレーコートを利用。
- 6人制でローテーション。
- アタックはダイレクト。
- 第1ボールはワンバウンド処理が可能。
- サーブはアンダーハンド。

以上の実践例は、基本的なパスの技能習得(①~②)からはじまり、カバーリング(③~④)、動きづくりやレシーブ(⑤)、アタック(⑥)、ゲーム(⑦)へと生徒の欲求の流れにそって組み立てたものである。生徒達は自分達の欲求を一つづつ充足することにより学習への意欲を増し、自発的に学習へ取り組もうとするようである。

(2) ゲームにおけるルールの工夫

正規のルールを技能習得の不十分な段階でゲームに活用した場合、ラリーの中断が多くなり活気のないゲーム内容となり易い。そこで前述の学習の過程の中にあるように、ルールの改正により誰もが楽しめる楽しいスポーツとして作り直すことも大切な条件である。

その他にも学習カードの利用や自己評価・相互評価のあり方についても触れてみたいが、紙面の都合により省略させて頂きたい。

おわりに

本年度は山口県教育委員会指定の学校体育研究発表の年であった。学校全体の体育活動について全教職員でその研究に当たった。その結果、学校体育の充実が教科体育の充実であり、生徒達が生き生きと活動する体育の授業こそ生涯体育の基礎基本を培うものであることを痛感した。

今後も生徒の立場に立った授業に取り組みたい。

バレーボール学習を活気あるものにするための試み ——三段攻撃によるゲーム展開を目指して——



愛知県立天白高等学校
校長 杉田英介



学級数 30
生徒数 1,412
教諭 久野裕司

〒468 名古屋市天白区天白町植田三七川原 8-102 ☎052-801-1145

1. はじめに

バレーボールは、近年非常に人気のある競技種目の一つであり、また、レクリエーションとしても手軽に行うことができるため、古くから親しまれているスポーツである。しかし、そのような人気種目であるバレーボールも、体育授業として取り扱った時には、生徒も指導者である我々も、物足りなさを感じる事が多い。それはこの種目に、ボールを手で持って(つかんで)プレーできないという制約があるため、ボールコントロールにかなりの熟練度が必要とされることが、一因となっていると思われる。おのずと「経験者と未経験者」・「上手な者と下手な者」の差がはっきりし、バレーボールの特性の一つである、3回の打球許容回数を十分活用できず、一部の技能レベルの高い者だけでプレーしあうゲーム展開になりがちなのである。

バレーボールのおもしろさは、「ラリーの続くこと」であり、さらにチームの構成員がそれぞれの役割を果たす中で、「三段攻撃によるゲーム」ができるようになることであると考えている。ひいてはそれが、多くの生徒をプレーに積極的参加させることとなり、活気ある授業展開につながるものと確信する。この活気ある授業を目標とするために、集团的技能とゲームの指導において、過去いくつかの

工夫を試みてきた。ここでは、本年度の取り組みの実践内容および結果を報告する。

2. 実践の内容

(1) 指導対象

昭和62年度 第1学年 男子 276名

(2) 指導目標

高校1年生男子を対象とした時、多くの生徒の授業意欲を高め、満足感をもたらすためには、「パス and パス」の初歩的内容のゲームで終わるのではなく、習得した技術を駆使して、攻撃に結びつけられるゲームをできるようにすることが必要であると考えられる。すなわち、三段攻撃によるゲームが高い頻度で可能となるならば、そのねらいもかなり満たされるものと期待される。

以上のことから、主眼を三段攻撃の出現率を高めることに置き、次のような具体的目標を設定した。

- ① 個人的技能の向上
- ② ポジショニングおよびフォーメーションの理解
- ③ 三段攻撃を行うことへの意欲の喚起

(3) 指導過程

時間	指導内容	指導上の工夫	備考
1	オリエンテーション・オーバーハンドパス		
2	アンダーハンドパス・2対2ラリー		
3	サーブ・スパイク		
4	サーブ・スパイク・トス		
5	サーブレシーブ・トス+スパイク		
6	サーブレシーブ・トス+スパイク・ブロック		
7	2段トス・直上トススキルテスト		
8	チーム編成・フォーメーション学習	← フォーメーション資料配布	○チーム編成について 直上トススキルテストを実施し、その結果をもとに身長差・バレー部経験者の有無を考慮し編成。 1チーム 7～8人→6チーム ※バレー部経験者はセッターを行うよう指示。
9	チャンスボールから攻撃への展開		
10	サーブレシーブから攻撃への展開		
11	スパイクレシーブから攻撃への展開		
12	試しのゲームおよびチーム練習		
13	〃	ボーナスポイント制	○個人的技能評価について パス・サーブ・スパイク・レシーブの4項目を客観・主観の両面からテスト 計40点満点
14	〃	特別サビゾーン	○リーグ戦について 6チーム総あたり 1セットマッチ 15点制 正規のサイドアウト制
15	個人的技能評価テスト		○生徒相互評価について 役割の遂行・声(指示)・ボールの接触回数・ナイスプレーの有無・準備・あとかたづけの5項目をチーム内で相互に評価 計15点満点
16	個人的技能評価テストおよびチーム練習		
17	リーグ戦	三段攻撃データ表	
18	〃		
19	〃		
20	〃 ・生徒相互評価・アンケート		

(4) 指導上の工夫

学習をより効果的に展開させるため、次のような工夫を試みた。

① 資料によるフォーメーション学習

- あらかじめ作成した資料プリント「フォーメーション理解のために」を、チーム編成後に配布した。以後の授業展開において、最低限必要と思われるものだけを精選して、ポジショニングと各種フォーメーションの説明に用いた。

ポジションごとの役割と各種フォーメーションを学習する上で、理解の手助けをした。

② カラーベストの着用

- ゲームを含めた集団的技能の学習において、ポジションごと色別のベストを着用させた。

○エース（青）	○補助攻撃者（緑）
○センター（赤）	○セッター（黄）

各プレイヤーのポジショニングを明確にし、フォーメーションの理解を容易にすることをねらいとした。

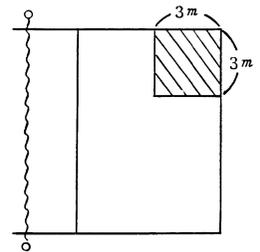
③ ボーナスポイント制

- 試しのゲームにおける得点の与え方を次のようにした。
 - (ア) サービス権を有しているチームが、三段攻撃によりスパイク（フェイントを含む）を成功させた場合 ⇨ 2点
 - (イ) サブレシーブ側のチームが、三段攻撃によりスパイク（フェイントを含む）を成功させた場合 ⇨ 1点

上記のように、ゲームの勝敗を三段攻撃の成否で左右させることにより、チームゲームの意識を持たせ、三段攻撃を行うことへの意欲と出現率の向上をねらいとした。

④ 特別サービスゾーン

- 試しのゲーム、リーグ戦ともにサービスゾーンを図のように正規の位置より前にし、バックゾーン内に設定した。
サブレシーブを容易にし、三段攻撃に結びつけやすくするとともに、サーブの安定度を高めることをねらいとした。



⑤ 三段攻撃データ表（表1）

- リーグ戦において、各チームにゲームごとの三段攻撃の出現率について、データ表（表1）をつけさせた。

三段攻撃を行うことへの意欲を喚起し、出現率を高めることと同時に、ゲームを見る目を養うことをねらいとした。また、他チーム、他クラスとの比較の資料とした。

体育バレーボール 三段攻撃データ表（表1）

1-1 糸目 [] チーム

☆ 三段攻撃と認める条件

パス（レシーブ）されたボールがトスされ、スパイクおよびフェイントで返球を試みた場合。

	【自己入法】	
1.	自コートに入ったボールに対し、三段攻撃を行うことができなかった時 次の場合も同様である。 ・サービスエースを決められた。 ・スパイク（フェイント）を決められた。 ・二段攻撃で返球した。	×
2.	自コートに入ったボールに対し、三段攻撃を行ったが、ミスした時 次のような場合である。 ・スパイク（フェイント）したボールが、ネットにかかったり、直接相手コートの外に出た。 ・スパイク（フェイント）を行った時、タッチネット・パッシングセンターラインなどのミスをした。	△
3.	自コートに入ったボールに対し、三段攻撃を行ったが、相手につなげられた時 次の場合も含む。 ・ブロックで返されたり、決められた。	○
4.	自コートに入ったボールに対し、三段攻撃を行い、スパイク（フェイント）を決めた時 次のような場合である。 ・ボールが直接相手コートに落ちた。 ・ブロックアウトをとった。 ・レシーブミスをさせ決まった。	◎
※ 自コートに入ったボールとはサーブ・スパイク（フェイント）・パスによるもの、およびブロックに当たったのリバウンドボールなどをいう。		
※ ダイレクトスパイク・ブロックなどを行った時は無記入とする。		

記録の集計をする姿が見られた。このデータ表に生徒の関心がいかに強かったかを示しており、三段攻撃を皆で作り上げようとするねらいを十分満足させる効果があったと考えられる。また、生徒にチームの試合結果を客観的に分析させる機会ともなった。

(2) データ集計表から(表2)

三段攻撃データ表の集計結果に、チームのリーグ戦結果・評価平均点およびバレー部経験者の有無をまとめたものが表2である。

1年体育 バレーボールデータ集計 (表2)

項目 577	項目 A	◎△	◎	◎	勝敗	得失点 差	順 位	個人的技 能評価 平均点	生徒相互 評価 平均点	中学・高 校バレー 部の有無					
		総数	%	総数							%	総数	%		
1・2	A	37.1	%	27.6	%	12.3	%	4-1	26点	◎	25.2	点	11.2	点	×
	B	23.5		18.6		7.0		0-5	-34	◎	20.1		10.0		×
	C	48.5		38.7		15.6		5-0	29	◎	23.7		11.6		○
	D	25.4		19.9		7.6		1-4	-22	◎	22.4		10.8		×
	E	35.2		27.7		12.3		3-2	6	◎	23.6		11.6		○
	F	30.7		23.3		11.4		2-3	-5	◎	21.5		11.3		○
	平均	33.4		26.0		11.1					22.3		11.1		3人
3・4	A	39.7		32.9		13.5		4-1	24	◎	23.8		11.4		×
	B	32.1		24.1		9.7		3-2	11	◎	21.5		11.4		×
	C	26.0		18.6		8.8		2-3	-7	◎	21.7		11.0		○
	D	30.2		21.6		8.0		1-4	-9	◎	19.5		10.2		×
	E	25.5		17.8		9.1		3-2	0	◎	21.2		10.9		×
	F	26.1		19.8		8.1		2-3	-19	◎	21.3		10.5		×
	平均	29.9		22.5		9.5					21.6		10.9		1人
5・6	A	30.7		23.6		11.3		5-0	22	◎	22.0		11.4		○
	B	31.6		25.4		9.9		2-3	-1	◎	24.7		10.7		×
	C	28.6		20.7		8.9		4-1	15	◎	22.5		11.6		×
	D	22.4		16.4		6.5		0-5	-25	◎	21.4		10.8		×
	E	28.1		21.5		9.4		3-2	4	◎	22.3		10.9		×
	F	19.1		12.8		6.2		1-4	-15	◎	21.5		9.8		×
	平均	26.8		20.1		8.7					22.4		10.9		1人
6・7	A	31.8		24.4		9.5		3-2	-6	◎	24.5		10.7		○
	B	34.2		27.9		11.1		1-4	-16	◎	21.3		10.5		○
	C	48.3		34.0		14.4		3-2	12	◎	26.8		11.5		○
	D	51.7		38.9		19.7		5-0	23	◎	24.0		11.4		○
	E	35.6		26.6		12.2		2-3	-8	◎	22.7		10.8		○
	F	33.7		26.0		11.4		1-4	-5	◎	21.4		11.3		×
	平均	39.2		29.6		13.1					23.4		11.0		5人
8・9	A	41.4		30.6		17.3		3-2	15	◎	23.6		11.7		○
	B	39.2		24.5		12.6		2-3	-8	◎	22.1		11.5		○
	C	29.7		22.6		11.3		3-2	5	◎	23.7		11.3		○
	D	31.0		26.4		11.6		2-3	-6	◎	23.6		11.7		○
	E	33.6		27.7		10.2		2-3	-19	◎	23.0		10.6		○
	F	37.5		29.3		13.8		3-2	13	◎	25.3		12.1		○
	平均	35.4		26.9		12.8					23.6		11.5		6人
9・10	A	27.8		21.6		11.1		2-3	-1	◎	22.1		11.1		×
	B	23.2		20.9		8.4		1-4	-21	◎	19.3		10.1		×
	C	28.0		21.7		9.8		1-4	-13	◎	20.4		10.3		×
	D	33.1		26.0		11.5		3-2	3	◎	21.8		10.9		×
	E	37.2		31.1		15.5		5-0	45	◎	23.6		12.0		×
	F	30.3		21.8		11.0		3-2	-13	◎	21.0		11.2		×
	平均	30.9		23.9		11.2					21.4		10.9		0人
合計平均	32.6		24.8		11.1					22.5		11.1		16人	

体育バレーボール アンケート (表3)

次の問いの該当する記号および理由を解答用紙に記入しなさい。

1. 体育は好きですか？
 ア. 好き。(63%) イ. 普通。(30%) ウ. 嫌い。(7%)
2. この授業を受けるまでにバレーボールを経験したことはありますか？
 ア. 部活動で経験。(6%) イ. クラブ活動で経験。(3%) ウ. 体育授業で経験。(89%)
 エ. 経験なし。(7%) オ. その他(0%)
3. この授業を受けるまでバレーボールは好きでしたか？
 ア. 好き。(45%) イ. 普通。(36%) ウ. 嫌い。(19%)
4. 各フォーメーションとポジションごとの役割の理解が容易になるよう資料プリントを
 配付し、説明を行いましたか役に立ちましたか？
 ア. 理解の手助けとなり役に立った。(93%)
 イ. あまり関係なかった。(6%)
 ウ. かえってわかりにくく、役に立たなかった。(7%)
 エ. その他(0%)
5. 各フォーメーションの理解を容易にし、ポジショニングを明確にさせるためにカラー
 ベストを着用しましたかどうでしたか？
 ア. わかりやすく、かつプレーの手助けとなった。(90%)
 イ. あまり関係なかった。(3%)
 ウ. かえってわかりにくく、混乱した。(7%)
 エ. その他(0%)
6. 三段攻撃を行うことへの意欲を喚起し、その出現率を高めるため、試しのゲームでボ
 ーナスポイント制(特別ルール)を採用しましたかどうでしたか？
 ア. 意欲が高まり三段攻撃の出現率の向上につながった。(83%)
 イ. あまり効果は見られなかった。(11%)
 ウ. 効果も見られず、得点も混乱しがちで面白くなかった。(4%)
 エ. その他(1%)
7. サープレシーブを容易にし、三段攻撃に結びつけやすくすると同時に、サーブの安定
 度を高めるため特別サーブゾーン(特別ルール)を採用しましたかどうでしたか？
 ア. サープレシーブ・サーブとも安定し、ちょうど良かった。(63%)
 イ. 特別サーブゾーンでも正規のゾーンでも自由に選択できても良かったのでは。(22%)
 ウ. ものたらない(正規のゾーンで良いと思う)。(13%)
 エ. その他(2%)
8. 三段攻撃を行うことへの意欲を喚起し、その出現率を高めると同時に、ゲームを見る
 目も養うよう三段攻撃データ表を実施しましたがどうでしたか？
 ア. 意欲が高まり三段攻撃の出現率の向上もみられ、興味を持たた。(89%)
 イ. あまり効果は見られなかった。(6%)
 ウ. 三段攻撃にとらわれすぎて、かえってゲームが面白くなかった。(4%)
 エ. その他(1%)
9. 身長差・経験者の有無・個人技能を考慮し、チーム編成をしましたが、各チーム力は
 均等化しましたか？
 ア. かなり均等化した。(22%)
 イ. まずまず均等化した。(58%)
 ウ. あまり均等化しなかった。(15%)
 エ. まったく均等化しなかった。(4%)
 オ. その他(1%)
10. 授業を通してバレーボールがうまくなったと思いますか？
 ア. かなりうまくなった。(27%)
 イ. まあまあうまくなった。(70%)
 ウ. うまくなかった。(3%)
 エ. その他(0%)
11. バレーボールの授業は楽しかったですか？
 ア. 楽しかった。(88%) イ. 普通。(8%) ウ. 楽しくなかった。(4%)
12. 授業を終えた現在、バレーボールは好きですか？
 ア. 好き。(83%) イ. 普通。(19%) ウ. 嫌い。(3%)
13. 3年生の選択授業でバレーボールがあれば選択したいと思いますか？
 ア. 選択したい。(74%)
 イ. 選択したくない。(10%)
 ウ. どちらでもよい。(12%)
 エ. その他(4%)
14. 今回のバレーボールの授業ではいくつかの試みや工夫をしてみましたか、何かはか
 こな方法もあるのではないかと思われるものがあれば、何でも結構です。あげてみて
 下さい。
15. 最後に、バレーボールの授業はどうだったでしょうか？感想を聞かせて下さい。

表2から、次のことがわかる。

- ① リーグ戦の上位チームは、三段攻撃の出現率・決定率が高い。
- ② バレー部経験者の多いクラスは、三段攻撃の出現率・決定率が高い。

今回の取り組みには、一部の技能レベルの高い者だけでプレーしあうゲームでなく、チームプレ
 ーの優劣により勝敗を左右させるというねらいがあり、上記①については、それをほぼ満足させる
 結果となった。さらに、三段攻撃の柱は、レシーブボールを攻撃につなぐ役目のセッターであり、
 そのポジションを務めたバレー部経験者の影響力は、上記②のように大きいと考えられる。また、
 予想されたことではあるが、チーム力を極力均質にするよう配慮したとはいえ、個人的技能評価の
 高いチーム・クラスは、やはり三段攻撃の出現率も高いことがわかる。

(3) 単元終了後のアンケート調査から

単元を終えたところで、生徒の感想を知るため、アンケートを実施した。表3が、その結果であ
 る。

アンケート結果にも見られるように、指導上の工夫は、いずれもおおむね成功であったと言える。
 特に、設問3と設問12の結果を比較した時(好き45%→83%)、今回の取り組みの成果をみる
 ことができる。

4. まとめと今後の課題

一部の技術の優れた生徒、能力の高い生徒だけが活躍し、他の生徒はあまりボールに触れることな
 くゲームが終わっては、球技の持つさまざまな教育的特性が発揮されにくい。したがって我々指導者

は、ねらいを「ただ相手に勝つ」ということではなく、「相手に勝つために、チームの構成員で集団技術を組み立てる」という指導を目指す必要があると考える。データ結果の「強いチームは三段攻撃の出現率が高い」は、言い換えれば、「三段攻撃の出現率が高いチームは強い」ということになる。つまり、習得した技術を連係プレーとして駆使できるチームは、やはり強いと言える。また、当然のことながら、満足感・充実感も大きいと思われる。

今回、ここで取り上げたように、指導過程の中で工夫を加えたり、ルールを手直ししたりすることによって、多くの生徒が積極的にプレーに参加し、授業も活気ある、内容の充実したものになった。声のよく出るゲームは、私にとっても実に楽しいものであった。

最後に、「三段攻撃によるゲーム展開」をテーマとした取り組みであったがために、集団的技術の充実と比べ、個人的技術の指導がやや手薄になってしまったように思われる。あくまで、個人的技術を効果的に結びつけ、組み立てたものが集団的技術であり、また、ゲームであることを再認識し、限られた時間数の中で、それぞれの指導のバランスを図ることが今後の課題である。

(功労者の提言)

今私達に問われていること



前兵庫県学校体育研究連合会 会長

第25回全国学校体育研究大会兵庫大会 実行委員会 会長

前兵庫県立川西北陵高等学校 校長

岩 地 昭

私達が教育を考えると「21世紀の“世界の中の日本”を支える人材としての生徒を教え育むのである」という使命と自覚を忘れてはなりません。今や日本は世界中の国々の様々な状況と無関係でありえないばかりか、指導的な立場で諸外国に対し、影響を与える場合も考えられます。このような状態の中で活躍し、雄々しく生きていくためには、健康な心身と身を打ち込む目標が必要であることはいうまでもありません。

また、本年度、兵庫県において、全国高等学校総合体育大会が実施されますが、各都道府県の高校生が郷土代表として、奮闘する姿は毎年私達にさわやかな感動を与えます。

これは若者の健康美と、ひたむきに目標に立ち向う情熱があるからに違いありません。

しかし、社会は、国際化、高齢化、核家族化等が進み、その急激な変化に対応できず、ストレスがたまったり、神経症に陥ったりする人々が増加し、児童・生徒に高血圧症や成人病の症例が出るような現状もあります。

それだけに私達に課せられている課題も多いといえます。

児童・生徒の健康保持についてもしんげんな点検が必要であり、それを基礎にした“今後の生き方”への指導、“より良く生き抜くためには何が必要であり、今何をすべきなのか”それを腰を据えて考え実践していけるような若者を育むことが今こそ、必要であると痛感しているのは私だけではあるまい。



遥かな道

秋田県平鹿郡雄物川町立雄物川中学校 校長

高橋 康

自宅 〒013-02 秋田県平鹿郡雄物川町今宿字下谷地131 ☎0182-22-5307

夏休みになると、近くの会場で子ども達と一緒に毎日ラジオ体操をやるお婆さんがいる。私より4級上だから64歳になる。このお婆さんのラジオ体操は絶品である。TVの嬢さん達とは比べるべくもないが、一つひとつの動きが正確でリズムにのり、のびのびとしているのには見惚れてしまう。私は会場の子供達に、「このお婆さんのようにやるもんだよ」と諭すが、なかなかそうはいかない。

ところで、このお婆さんが今になってもすばらしいラジオ体操ができるのには訳がある。彼女が小学校に入学したのは昭和5年である。担任の先生は当時師範学校卒業したてのバリバリの先生であった。

先生は体育指導に情熱を燃やしながら、この学級を6年間連続して担任している。

その時の基礎や基本を大切にしている指導の成果が、50年以上経た今日でも彼女達の体に生きているのであろう。教えるべきことを教えるべき時に教えることが何事であれ大事なことだという実例である。

「楽しい体育」もちろん結構。そのために工夫し研究することは大切である。しかし、このお婆さんのように正確でのびのびできるラジオ体操（徒手体操）を楽しんでいる世界もある。

耳ざわりや口あたりのよい、その時々に見立つことだけに心が向いて、本末を見極める力の蓄えを蔑にするようなことがあってはなるまい、と思うのは私だけの思い過ぎであってこればよいが。



「いま」に全力を

新宿区立大久保中学校 校長

遠藤 秀夫

自宅 〒177 練馬区石神井町6-32-11 ☎997-2856

昭和62年10月、仙台市で開かれた第26回全国学校体育研究大会の席上「体育功労者」として表彰の栄に浴しました。光栄に思います。

体育教師としての40年間をふり返ってみた時、何をしてきたのだろうと改めて考えます。私の場合言えることは、その時、その時の「いま」を最も大切に全力を出して取り組んできたことではなからうかと思えます。

母校斐太高校の4年間は、飛騨地区高体連の設立や飛騨地区で初めてのスキー講習会や検定会を開催し、戦後の混乱した日本の再建はスポーツから、と信じて仲間と共に打ちこんできました。校長として東村山第六中学校へ着任してからは、市内の中学校スポーツ大会を開設し、市立中学校保健体育科研究会も設置することができました。いま、最も要請されているものは何かを、仲間と共に探り、その解決に全力を出して取り組んできたつもりです。そして全国中体連副理事長として第一回全国中体連研究大会を開催できたことや、都中体研会長や都中性研会長として非力でありながらその責を果たすことができたのは、一生懸命やっている姿勢に多くの人々が共鳴し、協力してくれたからです。体育功労賞も、東京都教育功労賞もこれらの人達から協力していただいた結果に他ありません。「燃えるもののみ他を燃やす。」体育や性教育の充実発展のために今後とも取り組んでいきたいと思えます。

集団行動の徹底



前香川県高松市立協和中学校 校長

松原 一幸

自宅 〒761-07 香川県木田郡三木町大字池戸 3490

☎0878-98-1063

職を退き一年が過ぎた。香川県中学校保健体育部会長をしていた想いで、今年も例年のとおり各種の学校体育や社会体育の大会に県内外へと見学をしてきた。そして感じた一端を諸先生方に申し上げたい。

それは、先生方の学校体育の中での集団行動の様式についての指導が不十分ではないかということである。問題を持つ生徒の多い学校では、頭髮、服、スカート、自転車のヘルメット、学用品の準備の問題等々枚挙にいとまがない。これらの問題行動の予防の一つとして、正課体育時の集団行動の指導が考えられる。そこで最近の教師に提言したいのは、集団行動の様式を文部省が示しているが、それが実行に移され子供に定着していないのではないかということである。小学校から発達段階に応じて徹底して指導しておくということである。カリキュラムの中で新年度毎に、しかも時間帯を初めは一時間か $\frac{1}{2}$ 時間を指導にあて、その学年相当に定着した時点で復習的に授業時間の中で5分とか10分にして行く、そして二、三学期も繰返して定着をはかるということである。学校は集団である。集団行動ができないで学校の規律や秩序は考えられない。

あまり領域のみを先行して指導しようとせず、体育の基本に立ち戻って、教師が一番に運動場や体育館に赴き、きちんとした態度で号令をかけ、細かく指導する必要がある。学校の秩序回復の方法の一つと考えているがどうか。

あ と が き

学校体育の充実、教科体育の充実であり、生徒たちが生き生きと活動する体育の授業こそ生涯体育の基礎・基本を培うものであると喝破し、実践研究を継続中の大塚中学（山口）の発表をはじめとして、一つ一つの発表には、現場でなければ得られない貴重な体験を通しての指導原則が示されているように思います。ソウルでのオリンピックを前に、国民のスポーツに対する関心が高まっておりますが、徒らに時流に乗ることなく、児童、生徒の発達レベルに応じて、“教えるべきことを、教えるべきときに教える”という自覚が生涯体育との関連で今まで以上に大切になってきています。

長田編集委員長は、体育・スポーツによる人間形成はからだと技のトレーニングだけでは達成はむずかしい。物のみかた、考え方、人生を生きる姿勢を変革することが必要だと機会あるたびに発言しております。体育功労者の提言は含蓄に富んで楽しみですが、遠慮される方が多く残念です。兵庫大会でお世話になった岩地昭委員長が3月15日逝去されました。御遺稿を掲載し御冥福をお祈りいたします。

編集委員 伊藤 忠一

財団法人 日本学校体育研究連合会

発行日 昭和63年3月31日

発行者 大石 三四郎

発行所 財団法人 日本学校体育研究連合会

〒151東京都渋谷区代々木神園町3番1号

国立オリンピック記念

青少年総合センター内

☎ 03-465-3954・7464

