

琉球大学学術リポジトリ

児童を対象とした器械運動の段階的指導法： 宮古島市での実践報告とアンケート調査結果

メタデータ	言語: 出版者: 琉球大学教育学部附属教育実践総合センター 公開日: 2016-10-20 キーワード (Ja): キーワード (En): 作成者: 砂川, 力也, Sunakawa, Rikiya メールアドレス: 所属:
URL	http://hdl.handle.net/20.500.12000/35529

児童を対象とした器械運動の段階的指導法

—宮古島市での実践報告とアンケート調査結果—

砂川 力也*

**Step-by-step teaching method of gymnastics for the children
—Practice report and survey results in Miyakojima—**

Rikiya SUNAKAWA*

要約

宮古島市立教育研究所が主催する夏期研修の一環として、琉球大学教育学部附属教育総合実践センターが行っているアドバイザースタッフ派遣事業を利用して、平成27年8月20日に宮古島市立久松小学校にて児童およびその指導者を対象にそれぞれ器械運動の実技指導と講義を実践した。前編はマット運動における前転運動の段階的な取り組みを中心にウォーミングアップドリル（動きづくり）を実践した。また、後編では、児童・生徒の運動有能感を高める方法として学習カードや映像サポートを活用した事例研究を参考に紹介した。

参加した児童には器械運動が苦手な者もいたが、1時間の授業を通して少なからず、身体的有能さの認知、統制感において向上することが明らかとなった。アンケートからもポジティブな意見や意欲的な意見が多くみられた。しかし、一部の児童には今回、学習した内容を他の人へ教えたいとあまり感じておらず、今後の検討課題としたい。そして、講義を受けた指導者からは、段階的指導の重要性の理解や映像フィードバックの有効性の感想が得られ、充実した研修会となった。

1. はじめに

文部科学省は、中央教育審議会の答申を踏まえ、2008年に小学校学習指導要領を改訂した。体育科の改善の基本方針については、小学校、中学校及び高等学校を通じて「体育科、保健体育科については、その課題を踏まえ、生涯にわたって健康を保持増進し、豊かなスポーツライフを実現することを重視し改善を図る。その際、心と体をより一体としてとらえ、健全な成長を促すことが重要であることから、引き続き保健と体育を関連させて指導することとする。また、学習したことを実

生活、実社会において生かすことを重視し、学校段階の接続及び発達の段階に応じて指導内容を整理し、明確に示すことで体系化を図る。」としている。そして、体育については、「体を動かすことが、身体能力を身に付けるとともに、情緒面や知的な発達を促し、集団的活動や身体表現などを通じてコミュニケーション能力を育成することや、筋道を立てて練習や作戦を考え、改善の方法などを互いに話し合う活動などを通じて論理的思考力をはぐくむことにも資することを踏まえ、それぞれの運動が有する特性や魅力に応じて、基礎

* 琉球大学教育学部保健体育講座

的な身体能力や知識を身に付け、生涯にわたって運動に親しむことができるように、発達の段階のまとまりを考慮し、指導内容を整理し体系化を図る。」としている。以上の改善の基本方針に従い、さらに、小学校体育において運動技能の基礎・基本の習得が一層重要視されている。また、日本体育協会においても幼少期に身につけておくべき基本動作を約40種類あげ、それらを①日常生活、②生存・危機の場、③スポーツのカテゴリーに分類し、その中で器械運動の基礎的な技でもある前転や後転動作は②生存・危機の場への対応にかかわる動作として、幼少期から身につけておくことの重要性を指示している。

この基礎的動きを幼少期に身につけておく理由として、神経系の発達は、脳出生直後から急激に発達し、4-5歳までには成人の80%程度にも達成するといわれ、10歳頃になると約90%が完成されると言われている。すなわち、いろいろな動き（運動能力）や身のこなしを習得するには一番適した年代と言える。これらの運動能力を高めるには、瞬発力、敏捷性、柔軟性、バランス感覚などの体力要因を向上させることが重要とされ、基礎的運動能力を養うには、器械運動が推奨されている。

本来ならば子どもの動きの獲得は日常のいろいろな生活場面で、身体に必要なだけ自然に体を動かしていくことによって獲得されるべきであるが、近年の生活環境の変化により、動きを体感できる場所や時間が縮小している現代では、それが困難であることも推測される。このような背景から、学校体育において、記録や難易度のみで評価していくと運動嫌いの子ども達がますます運動に親しみをもちにくい環境に陥ってしまう恐れがあると考えられる。中央教育審議会の答申で「生涯にわたって積極的にスポーツに親しむ習慣や意欲、能力を育成することが重要」としていることから教師は、「楽しさ」や「技能向上」を創造し、発達段階に応じた指導をすることと、児童・生徒が、運動の楽しさを経験することや運動有能感を高める為に自発性・自主性を大切にしなければならない。

しかし、近年の子どもの低体力、二極化問題などの背景を考えると、体育授業の工夫が一層要求

される。すなわち、運動が苦手な子どもに合わせた授業展開では、そうでない子供にとって技能の発達や運動量の十分な確保が困難となる。逆に運動が得意な子どもに合わせると、ますます運動嫌いな子どもを増やす恐れがあると思われる。先述したように、生涯にわたって運動やスポーツに親しめる習慣や意欲などを育成するためにも、体育授業内でも運動の上達や成功の体験から得られる「やればできる」といった運動有能感を高める必要がある。日本体育協会は運動有能感の理念について、「運動有能感は、幼少期の運動経験によって基礎がつくられ、スポーツ活動を通して『できた』『やった』といった運動の上達や成功の体験が子どもの運動有能感の形成に大きく影響する。」と述べていることから運動有能感を高めることができれば、運動に対する自信が持てさらには運動が好きになり、積極的に体を動かすようになることが期待できると考える。

一方、沖縄県内の児童・生徒の体力を見てみると平成27年度全国体力・運動能力テストの結果では、一部の種目で改善はみられるものの今だとして、低順位となっている。さらには、これまで沖縄県が優れていた握力や投能力も低下傾向にあり、筋肉量の低下が推測される。このことから、運動やスポーツに親しむ環境を整えると同時に運動量の確保、さらには技能習得を保障するような体育授業の工夫が沖縄県の課題となるのではないかと考える。

琉球大学教育学部では、教育実践総合センターが中心となり「アドバイザースタッフ派遣事業」を実施している。これは大学と地域社会の連携を目指し、大学が有する研究活動の成果を地域に還元することを目的に行われており、学校の校内研修をはじめ、教育委員会や教育研究所等で実施される研修会等に琉球大学教育学部の教員を講師として派遣している事業である。今回、宮古島市立教育研究所よりアドバイザースタッフ派遣事業を利用して筆者に「器械運動の指導法」という内容で依頼があり、宮古島市の小学生に対し実技を実践し、体育・スポーツに関わる指導者へ指導法などの理論を展開した。本報はその実践報告と講習会後のアンケート調査の結果を紹介する。

2. 実践方法

2.1 対象および日程

本研修会は宮古島市立教育研究所が主催する夏期研修⑤として平成27年8月20日、14:00～17:00に宮古島市立久松小学校体育館ならびに研修室にて実施され、対象は同小学校の児童9名（6年生男子4名、女子5名）と宮古島市内の小・中学校教諭20名であった。

2.2 児童に対する実技実践

今回の実技指導で対象となる小学生高学年（6年生）は、発育発達過程において神経系の発達が最も著しい（ゴールデンエイジ）と言われており、この時期には体力の強化よりも技術の要素を多く取り入れることで、高度な専門技術を習得できるようになる。一方で、器械運動は「好き」「嫌い」がはっきりする教材の一つでもあることから、森ら（2010）のマット運動前転の事例を参考に回転運動の基本動作や前転の段階的指導を実践した。以下にその内容を紹介する。



写真1 実技指導の様子

①達成目標

- ・さまざまな動作における基本姿勢をみにつける。
- ・スムーズな重心移動とともに“りきみ”のない回転運動が行える。
- ・恐怖心がなく思い切り回転することができる。
- ・仲間と協力し合いながら進めることができる。
- ・自信をもって取り組むことができる。

②授業内容

- 1) 運動有能感尺度測定（Pre）、ウォームアップ、体操、ストレッチ、アイスブレイクを取り入

れ心と体をリラックスさせる。

2) 動きづくり

- ・えんぴつ回り
- ・ゆりかご
- ・帽子を挟んで前転
- ・前転
- ・歩からの前転
- ・ギャロップからの前転
- ・スキップからの前転
- ・走からの前転
- ・前転片足立ち
- ・ドラえもんの手で前転
- ・拳で前転
- ・手の甲で前転
- ・甲の親指側で前転
- ・手首で前転
- ・手を開いて前転
- ・大きく開いて前転
- ・手をつないで前転

3) クールダウン

使った筋肉を意識しながら心身ともにリラックスした状態でストレッチ等を行う。

4) アンケート記入、運動有能感尺度測定（Post）

2.3 指導者に対する講義

実技内容を踏まえ、指導者向けに器械運動の学習内容、量、質などを中心に講義した。また、器械運動の授業における子どもの運動有能感を高める工夫について、学習カードの作成や視覚フィードバックの活用方法について科学的な知見と共にカメラの機能やアプリを紹介し、今後の器械運動の指導に寄与することを目的とした。

①達成目標

- ・子どもたちの発育発達を理解する。
- ・器械運動の基本ドリル（動きづくり）の引き出しを増やす。
- ・運動有能感について理解する。
- ・運動有能感を高める工夫を理解する。
- ・カメラやアプリの活用法を理解する。

②講義内容

資料1 参照

3. アンケート調査および運動有能感に関する調査

本研修会での実技実践を評価・分析するために、器械運動の実技指導を受けた久松小学校の児童9名（6年生）を対象にアンケートを実施した。

調査は無記名にて行い、児童の実態を把握するために基本的なフェースシート（年齢、性別等）に加え、学校でのクラブ活動に関する内容について回答してもらった。また、器械運動に対しての好意、実技実践を受けての評価、児童の今後の意欲などを把握するために合計10個の設問に回答してもらい、その他の意見（思ったこと、感じたこと、疑問に思ったこと等）を自由形式にて記述してもらった。

運動有能感の変化をみるために、岡澤ら(1996)によって作成された「運動有能感測定尺度」(3因子各4項目、全12項目)を用いて運動有能感を測定し、各項目について5段階で評価した。測定は授業前と後の2回であった。

4. 結果

4.1 アンケート調査について

アンケートは、本講習会に参加した児童9名に配布し、全員から回答を得て（有効回答率100%）、すべて有効回答として処理した。対象児童の実態については、平均値±標準偏差で示し、各設問の回答は回答数および構成比（%）にて示した。

表2に対象児童の特徴を示した。今回の授業に参加した児童9名中6名がクラブ活動を行っており、その活動頻度は全体で5.3±1.5日/週であり、1日あたりの活動時間は125.0±12.2分であった。この結果から、男子児童については、ほぼ毎日、2時間のクラブ活動を行っており、比較的運動量の多い集団であることが明らかとなった。女子児童は5名中2名がクラブに所属しており比較はできないが、2名とも週3日以上、2時間程度の運動を行っていた。

表1 対象児童の特徴

	年齢(歳)	活動頻度(日/週)	活動時間(分/日)
6年生男子 n=4	11.8±0.5	6.0±1.2	120.0±0.0
6年生女子 n=5	11.4±0.5	4.0±1.4	135.0±21.2
全体 n=9	11.6±0.5	5.3±1.5	125.0±12.2

次に、実技指導を受けて思ったことについての集計結果を表3に示す。

器械運動について好意的に感じているかという質問（問1）に対し、「とても好き」「少し好き」と回答した児童が合わせて88%であり、多くの児童が器械運動を好きだと感じていた。対象人数が少ないため言及できないが、今回の授業内において運動を嫌いな子どもが少ないことが推測される。

問2は、指導を受けて器械運動が好きになったか聞いたところ、「好きになった」（少し思う、とても思う）児童は、1名を除いてポジティブな回答が得られた。もともと器械運動を好意的に捉えていた集団の為、大きな変化は見られないものの、本講習会の内容がマイナスの影響を受けないことが明らかとなった。

その裏付けとして、練習の内容は楽しかったですか？（問3）に対して、67%が「とても思う」、33%が「少し思う」と回答しており、少なくとも本講習会は対象児童に器械運動の「楽しさ」を提供できた内容であったと考えられる。

問4は、練習内容の難易度（簡単だったか）に関して質問したところ、ほとんどの児童が「簡単である」と感じていたのに対し、2名の児童が「あまり思わない」「まったく思わない」（簡単ではない）と感じていた。今回の実技指導内容は小学校高学年に対して比較的簡単な内容であるが、一部の児童にとっては、難しいと感じる場合もあった。その要因として、本来は、個の学習状況によってそれぞれスモールステップ化で行うが今回のような研修型（1時間）の模擬授業内では個々の目標を十分に達成するための時間が不足していたことが考えられる。

今回の練習内容の強度、つまり、きつかったか（疲れたか）聞いたところ（問5）それぞれ、「ま

まったく思わない」32%、「あまり思わない」67%という結果であった。このように運動強度に関しては、さほど高い内容ではなかった。

実技指導を受けて、講習会に参加する前と比べ器械運動が上手になったか(問6)どうか聞いたところ、「あまり思わない」22%、「少し思う」56%、「とても思う」22%という結果であり全体の約8割が上手になったと感じていた。

問7は器械運動でもっと難しい技にチャレンジしたいか聞いたところ4名が「とても思う」、4名が「少し思う」と回答しており、向上意欲が非常に高い集団であることが明らかとなった。

また、器械運動をもっとやってみたいか(問8)聞いたところ「あまり思わない」22%、「少し思う」33%、「とても思う」44%で、比較的多くの児童が興味・関心を持ってくれたことが伺えた。

そして、問9では、今回、参加できなかった友達や兄弟に講習会で習ったことを教えたいかどうか聞いたところ、「思わない」と回答した児童が44%、「思う」と回答した児童が55%と回答が分かれた。これらの要因は不明だが、今後は、児童自ら教え合い、学び合いの授業展開を創造するためにさらなる工夫が必要であると感じた。

表2 アンケート集計結果

問1 あな方は、器械運動が好きだと思いますか？	回答数	構成比
① まったく思わない	0	0%
② あまり思わない	1	11%
③ 少し思う	4	44%
④ とても思う	4	44%

問2 今回の授業を受けて器械運動が好きになりましたか？	回答数	構成比
① まったく思わない	0	0%
② あまり思わない	1	11%
③ 少し思う	3	33%
④ とても思う	5	56%

問3 練習の内容は楽しかったですか？	回答数	構成比
① まったく思わない	0	0%
② あまり思わない	0	0%
③ 少し思う	3	33%
④ とても思う	6	67%

問4 練習の内容は簡単でしたか？	回答数	構成比
① まったく思わない	1	11%
② あまり思わない	1	11%
③ 少し思う	3	33%
④ とても思う	4	44%

問5 練習内容はきつかった(疲れた)ですか？	回答数	構成比
① まったく思わない	3	33%
② あまり思わない	6	67%
③ 少し思う	0	0%
④ とても思う	0	0%

問6 講習会に参加する前にくらべて器械運動が上手になったと思いますか？	回答数	構成比
① まったく思わない	0	0%
② あまり思わない	2	22%
③ 少し思う	5	56%
④ とても思う	2	22%

問7 もっと難しい技にチャレンジしたいと思いますか？	回答数	構成比
① まったく思わない	0	0%
② あまり思わない	0	0%
③ 少し思う	4	44%
④ とても思う	4	44%

問8 器械運動をもっとやってみたいと思いましたか？	回答数	構成比
① まったく思わない	0	0%
② あまり思わない	2	22%
③ 少し思う	3	33%
④ とても思う	4	44%

問9 今回、参加できなかった友達や兄弟に習ったことを教えたいと思いましたか？	回答数	構成比
① まったく思わない	2	22%
② あまり思わない	2	22%
③ 少し思う	4	44%
④ とても思う	1	11%

問10 今後、このような講習会があったらまた参加したいと思いましたか？	回答数	構成比
① まったく思わない	0	0%
② あまり思わない	1	11%
③ 少し思う	4	44%
④ とても思う	4	44%

最後に、今後も同様の講習会に参加したいかという質問に対し、ほとんどの児童が少なくとも参加したいと思っており（「少し思う」44%、「とても思う」44%）、意欲が高いことが分かった。このことは、一部、内容の難易度や教え合い活動に課題はあるものの今回の実技内容が児童にとって少なからず充実したものであったと考えられる。

4. 2 運動有能感の変化について

本実践での運動有能感の変化を検討するため授業前後における運動有能感の得点を比較した。三因子の「身体的有能さの認知」「統制感」「受容感」と「運動有能感合計」の得点をそれぞれ算出し、授業前と授業後の得点を対応のあるt検定を用いて比較した。有意水準はいずれも5%未満とした。なお、本実践に参加した児童9名のうち1名は授業開始時刻に遅れた為、分析対象は8名とした。

身体的有能さの認知の変化について図1に示す。分析の結果、授業前12.6 ± 4.2点、授業後13.3 ± 3.8点であり、授業前後で得点が有意に高まった ($p < .05$)。運動有能感の第一因子である「身体的有能さの認知」は、自己の運動能力、運動技能に対する肯定的認知に関する項目で構成されており、岡澤ら（1998）は、単元のはじめから「身体的有能さの認知」を高めることは難しいと指摘しているが、本実践を通して、これらの認知が少なからず向上したことが分かった。その理由として、今回扱った、マット運動前転は、先行研究において4年生を対象にしたものであり、6年生にとっては比較的、難易度が低かったことが推測される。つまり、身体的有能さの認知を高める上で、単元のはじめに今回扱った段階的取り組みは有効ではないかと考えられる。

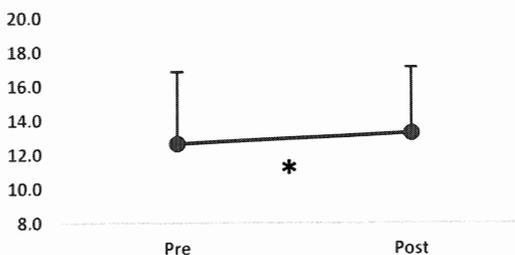


図1 授業前における身体的有能さの認知 * $p < .05$

統制感の変化について図2に示した。分析の結果、授業前17.4 ± 2.2点、授業後18.6 ± 2.0点であり、授業前後で得点が有意に高まった ($p < .05$)。第二因子である「統制感」は、自己の努力や練習によって運動をどの程度コントロールできるかという認知に関する項目で構成されており、本実践において、前転運動の技術を段階的に指導したことが、努力を行いやすくチャレンジする思いを高めやすかったと考えられる。

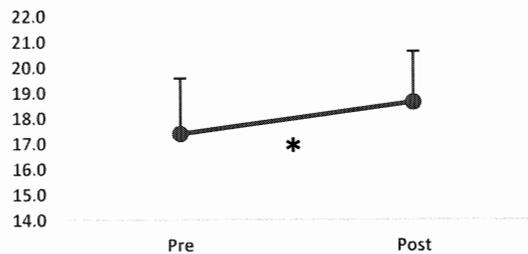


図2 授業前後における統制感の変化 * $p < .05$

受容感の変化について図3に示した。分析の結果、授業前17.0 ± 3.1点、授業後16.6 ± 3.2点であり、授業前後において統計的な差は見られなかった。第三因子である「受容感」は、運動場面で教師や仲間から受け入れられているという認知に関する項目で構成されており、本実践においては、受容感を高める明確な工夫を行っておらず、前転運動の段階的指導に焦点を当てているため今後は、「教え合い」「学び合」の活動を取り入れ、受容感を高める授業展開を進める工夫が必要であると考えられる。

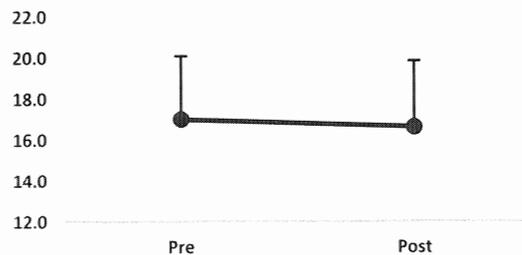


図3 授業前後における受容感の変化

運動有能感合計の変化について、図4に示す。分析の結果、授業前は47.0 ± 6.9点で、授業後に48.5 ± 7.5点と平均値はわずかに変化したも

の統計的な差は見られなかった。第一、第二因子ともに有意に高まったにも関わらず、合計得点に変化がなかったことは、第三因子である受容感のばらつきが大きいことが要因として考えられる。このことから先述したように、段階的指導に加え児童自ら学んだり教え合ったりする場の設定が必要であると考えられる。

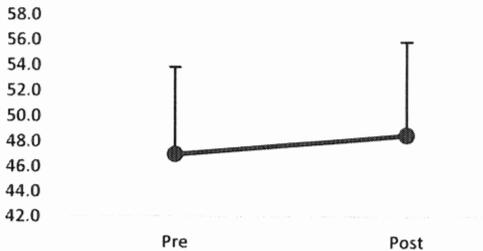


図4 授業前後における運動有能感合計の変化

5. 指導者の感想

器械運動の指導法に関する理論を約90分、指導者に講義を行った。子ども達へ実際に指導した内容に加え、現代の子どもの身体的特徴から幼少期に身につけておくべき基本動作など、客観的評価の視点で話を進めた。また、運動有能感に及ぼす影響を先行研究の実践事例を参考に授業づくりについて紹介した。以下は、宮古島市立教育研究所が講習会参加者に実施したアンケートの感想を一部紹介する。

- 今日とは様々な前転の仕方や、自己紹介をゲーム形式で見ることができてよかったです。今後の活動に活かしたいです。
- 段階的指導法はこれまで大事だとは考えていましたが、今日は具体的に知ることができ嬉しく思いました。ぜひ、後転、側転も習いたいと思いました。
- 実技指導のウォーミングアップドリルをもっともっと勉強したかった。
- 丁寧で分かりやすい指導だと感じました。前転の導入だけでも色々あることや手立ても入りやすい取り組みで、自身の学級でも取り組んでみたいと思います。
- スモールステップを設定し、段階的に指導する方法は、どの種目、技でも活かせると思うの

で大変勉強になりました。

- マット運動が苦手な子ども達への手立てが分かり、とても参考になりました。
- 前転の指導では、前転の型だけを求めてしまいがちですが、今日のようなドリル的な運動遊びはとても楽しく学べると思います。
- 運動の苦手な子にも段階的にこなしていくことにより苦手意識を克服しながらチャレンジできる内容であり良かった。
- 運動が苦手な子も段階的に指導することで、進んで取り組めることが分かりました。また、技を分解して練習するとなお良いことが分かり、今後の指導に活かしたいと思います。
- マット運動は教員も恥ずかしながらやったほうがよかった。小学校低学年にもできる遊び・運動を教えてほしかったです。今、現場では視聴覚機器が必要なことを痛感。動画があると小学生にも見せながら指導できそうです。分かりやすい講義でした（丁寧な説明に感動）。
- 先生の指導が分かりやすく、子ども達にすぐ持ち帰って還元できそうです。とても分かりやすく楽しい研修でした。ありがとうございました。
- 前転の段階的指導の仕方を実際に見ることができて良かった。児童の変容がはっきりとみてとれ（積極的に運動していた）、自信をもったことが分かりました。
- 実技指導の後で質疑応答があり、分かりやすかった。講義で映像資料が活用されており分かりやすかった。
- 講義で使用した映像をDVDで提供して頂き、すぐに現場で活用できるのでありがたいです。下位の子が伸びる研究内容を紹介して頂き、学び合いが有効なのが分かり良かったです。
- 前回りをとって段階的指導法があり、分かりやすかった。もっと、なぜこうなるのか、真っすぐ回れない生徒への声かけを見てみたかった（その場での個に応じた指導の仕方）。
- 技能を身につけるためにスモールステップ化はgood。授業の流れ（見直し→場の工夫→振り返り）とルール（始めと終わりのポーズ等）を明確にするともっと良い。
- 後半の講義はとても良かった。分かりやすかつ

た。前半の実技では子ども達も受講者もゴールが見えなかったので悩んだのではと感じました。

- ・映像によって子ども達にすぐにフィードバックできるという点ではとても良かった。これから自分の指導に活用したい。

以上の感想から、指導者のほとんどが満足感を得られた講習内容であったと言える。しかし、授業のゴール設定の不明確や他の種目・技の講習要望があることから、今後は、授業展開の工夫と実技指導の時間を増やすことが課題であると思われる。

6. まとめと今後の課題

本報は、宮古島市立教育研究所が主催する夏期研修の一環として、琉球大学教育学部附属教育総合実践センターのアドバイザースタッフ派遣事業を利用し、宮古島市の児童に器械運動の実技実践、そしてその指導者へ講義を行った。今回対象となった久松小学校の児童は、授業開始時は緊張している様子が伺えたが、自己紹介（アイスブレイク）を通じて、徐々に積極的に運動に参加していた。本実践で活用した前転運動の段階的取り組みは、6年生には比較的容易な内容だったことから、1回の授業ではあるが、「身体的有能さの認知」「統制感」といった運動有能感の第一、第二因子が高まることが確認された。また、その後のアンケートからも高い評価を受け、充実した内容の実践であったと感じている。しかし、一部の児童には今回、学習した内容を他の人へ教えたいとあまり感じておらず、今後、「教え合い・学び合」活動を取り入れた授業展開も考える必要があると言える。

指導者への講義では、多くの教諭が「参考になった」「分かりやすい説明であった」「現場で活かせる内容だった」など、特に講義内で紹介した事例研究や視聴覚機器、アプリの活用方法が好評であった。言葉や文章では伝わりにくいのがスポーツや体育の特質である為、動画を活用した指導法は現場の先生方にとっても参考になったのではないかと感じた。また、他の種目・技の実技指導に対しての講習依頼があったことから、筆者としても可能な限り対応できるように今後の検討課題と

していききたい。

謝辞

本研修会において、宮古島市立教育研究所ならびに宮古島市立久松小学校の皆様にご協力いただき開催することができました。特に宮古島市教育研究所所長の多良間勉氏、同指導主事の垣花秀明氏、そして、宮古島市立久松小学校校長の宮川悟氏には、多大なご配慮とご支援を頂きました。心より感謝申し上げます。

参考文献

- 阿江通良：幼児の動きの発達にはさらに何が必要か—日本体育協会「幼少年期にみにつけておくべき基礎的動きプロジェクト」から—、*体育の科学* 59：317-323, 2009.
- 岡澤祥訓, 北真佐美, 諏訪祐一郎：運動有能感とその発達及び性差に関する研究。 *スポーツ教育学研究* 16(2)：145-155, 1996.
- 岡澤祥訓, 真庭美保：運動有能感を高める方法その1—現職教師に対するインタビュー結果から—。 *体育科教育* 47(1)：49-51, 1999.
- 沖縄県：スポーツ振興計画。 <http://www.pref.okinawa.jp/site/bunka-sports/sports/documents/suishinkeikaku.pdf> 2013. (2016.1 現在)
- 小畑治, 岡澤祥訓, 石川元美, 森本寿子：運動有能感を高めるマット運動の授業づくり—技能獲得に必要な技術認識を高める工夫を中核に—。 *奈良教育大学教育実践総合センター研究紀要* 20：137-144, 2011.
- 北見裕, 吉野聡：器械運動の授業における教えあい学び合の活動が生徒の運動有能感に及ぼす影響—中学校体育における実践事例の分析を通して—。 *茨城大学教育実践研究* 27：77-90, 2008.
- 公益財団法人日本体育協会スポーツ少年団：スポーツリーダー兼スポーツ少年団認定員養成テキスト, 東京：146-149, 2014.
- 斎藤卓, 松元正竹, 井上尚武, 児玉光雄, 北川淳一, 萩裕美子, 金高宏文, 北村尚浩, 永峰康雄：幼児・児童を対象とした体操教室における運動能力・柔軟性のトレーニング効果—NIFS スポーツクラブ「楽しい体操教室」の実践を通して—。 *鹿屋体育大学学術研究紀要* 35：61-66, 2007.
- 清水将, 清水茂幸, 栗林徹, 鎌田安久, 澤村省逸, 上

- 濱龍也, 浜上洋平: マット運動における回転系接転技の系統的指導法に関する研究—ゆりかごを用いた前・後転の同時習得プログラムの検証—. 岩手大学教育学部附属教育実践総合センター研究紀要 14: 201-210, 2015.
- 高橋正年, 木本理可, 中道莉央, 上家卓, 神林勲: へき地小規模中学校におけるマット運動全校一斉授業の試み—異学年の学び合いによる効果に着目して—. 北海道教育大学紀要 63(2): 49-56, 2013.
- 日本体育協会: 幼少年期に身につけておくべき基本運動(基本動作)に関する研究—第1報—. 日本体育協会スポーツ医・科学研究報告 I: 1-8, 2006.
- 野田智洋, 朝岡正雄, 長谷川聖修, 加藤澤男: 連続写真に基づく鉄棒運動の技の識別に関する研究. 体育学研究 53: 111-122, 2008.
- 野田智洋, 朝岡正雄, 長谷川聖修, 加藤澤男: 映像情報の提示方法の違いが運動経過の把握に与える影響: 器械運動の技を観察対象として. 体育学研究 54: 15-28, 2009.
- 橋本剛幸, 永浜明子: 児童生徒のアンケート分析からみた学校体育カリキュラムの研究—生涯スポーツにつながる授業を目指して—. 大阪教育大学紀要第V部門 62(1): 79-93, 2013.
- 文部科学省: スポーツ基本法(平成23年法律第78号)(条文). http://www.mext.go.jp/a_menu/sports/kihonhou/attach/1307651.htm 2011. (2016.1現在)
- 文部科学省: スポーツ立国戦略—スポーツコミュニティ・ニッポン—. http://www.city.kyoto.lg.jp/templates/shingikai_kekka/cmsfiles/contents/0000138/138088/1297039_02.pdf 2010. (2016.1月現在)
- 文部科学省: 平成26年度全国体力・運動能力, 運動習慣等調査報告書(小学校 実技・体格). http://www.mext.go.jp/component/a_menu/sports/detail/_icsFiles/afieldfile/2014/12/04/1353838_1.pdf 2014 (2016.1現在)
- 文部科学省: 平成26年度全国体力・運動能力, 運動習慣等調査報告書(中学校 実技・体格). http://www.mext.go.jp/component/a_menu/sports/detail/_icsFiles/afieldfile/2014/12/04/1353838_4.pdf 2014 (2016.1現在)
- 文部科学省: 中央教育審議会答申「幼稚園, 小学校, 中学校, 高等学校および特別支援学校の学習指導要領等の改善について」. http://www.mext.go.jp/b_menu/shingi/chukyo/chukyo0/toushin/_icsFiles/afieldfile/2009/05/12/1216828_1.pdf 2008. (2016.1現在)
- 文部科学省: 小学校学習指導要領解説保健体育編, 東山書房: 3-43, 2008.
- 森勇示, 鈴木一成: 動きづくりとしてのウォーミングアップ—N小学校4年生マット運動の実践から—. 愛知教育大学教育実践総合センター紀要 13: 155-159, 2010.
- 水鳥宏一: 器械運動の指導に関する研究. 東京学芸大学紀要5部門 56: 103-119, 2004.
- 谷代一哉: 小学生児童における運動習慣および体力・運動能力と性差に関する研究. 札幌大学総合論文叢 36: 113-122, 2013.
- 若吉浩二, 高橋豪仁, 今枝和与, 岸田悟, 長谷川芳彦, 石川元美, 田辺正友: 小学生児童における運動能力・運動習慣の経時的変化—スポーツ教室開催の影響—. 奈良教育大学紀要 54(2): 39-47, 2005.

資料 1-1 講義用スライド

器械運動の段階的指導法 —マット運動—



琉球大学教育学部保健体育講座
砂川力也

- 文部科学省は、中央教育審議会（2005）の答申を踏まえて2008年に小学校学習指導要領を改訂。そこでは、小学校体育において運動技能の基礎・基本の習得が一層重要視されている。
- 日本体育協会（2006）においても、幼少年期に身につけておくべき基本動作を約40種類あげ、それらを①日常生活、②生存・危機の場、③スポーツの3カテゴリーに分類している。

現代の子ども

からだのサイズは大きい

機能は高まっていない

→

身のこなしの悪さ

コントロールする能力が育っていない

→

動きの不器用さ



- まっすぐ走れない
- 両足で踏み切れない
- 両足で着地できない

→

一歩前であれば誰もができていた動きができない子どもが増加しているとの指摘がある。

神経系の発達。新生児直後から急速に発達し、4-5歳までには成人の80%程度にも達するといわれ、10歳で大人のほぼ90%が完成されるといわれている（ゴールデンエイジ）。

→

いろいろな動きや身のこなし（運動能力）を身につけるのに一番適した年代

これらの運動能力を高めるには…
①「瞬発力」、②「柔軟性」、③「バランス感覚」を高める。



基礎的運動能力を養うには、器械運動が推奨されている。

マット運動、跳び箱運動、鉄棒運動は、身体を支配する能力、協調能力を高める種目であり、遊びのような優しいものから徐々に複雑な運動へと導入することが肝心であると指摘されている。



生涯にわたって積極的にスポーツに親しむ習慣や意欲、能力を育成することが重要 （中略）

教師の指導性

↓

「楽しさ」
「技能向上」の
創造

↑

運動の
「楽しさ体験」
「運動有能感」

児童生徒の自発性・自主性

器械運動の授業における教えあい学び合の活動が生徒の運動有能感に及ぼす影響
—中学校体育における実践事例の分析を通して—

北原 裕 他 著
琉球大学教育実践総合センター紀要(2014), 77-90

運動有能感を高めるマット運動の授業づくり
—技能獲得に必要な技術認識を高める工夫を中核に—

小島 忠雄 関根 心好 尾崎 雅夫 他 著
琉球大学教育実践総合センター紀要(2015), 137-144



