学習意欲を喚起させる平均台の指導

鈴　木　吉　彦

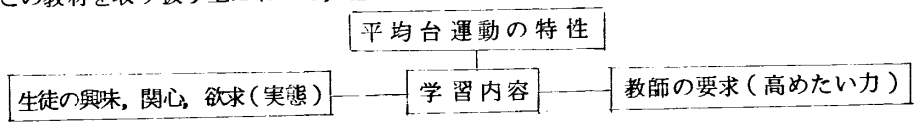
はじめに

めまぐるしく変り行く現代社会において，生徒が自分自身で身につけていかなければならないものとして，自ら問題意識をもち，それを解決していこうとする自己開発性や，追求心及び豊かな人間関係を保持する力が必要であろう。このような力を高めようとするとき，生徒の生活経験の実態を細かにとらえる必要があり，その時間における生徒のつまづきを予想し，それに対する指導の手だてを，指導者はあらかじめ用意し，実態にあった提示をする必要があるのではなかろうか。また，技能的にみて劣る生徒に対する劣等感の除去，人間関係が粗雑なグループへの方策も配慮しなければならない。

まして，器械運動の中でも平均台運動は，今までに経験したことのない，高さ，幅，長さに制限があり，色々なポーズを台上で演じなければならない。そのため指導者にとっては，まずそれらの諸々の障害をとり除いてやりながら喜びをもって，自分からやってみようとする意欲がわいてくるように方向づけることが必要になってくる。

1　平均台運動の学習内容のとらえ方

この教材を取り扱う上において，基本的な考え方として次のようにおさえてみた。



(1)　生徒の実態

ア　興味，関心，欲求

・美しく動きたい。　　・イメージとして描いた動きをやってみたい。

・台上にあがる－台上で動く－おりるの連続する動きを創作することに興味を示す。

・創作する動きの中では，特にバランス（ポーズ）種目をくふうしようとする。

・ひとつの種目を断片的に与えては興味をもたない。

・経験が少ないため連絡すること（不自然に静止することがない），台をいっぱいに使って動くことなどに欲求をもてなく，ひとつひとつの種目の美しさに欲求をもつ。

・経験を増すと，ひとつひとつの種目の美しさに欲求をもちながらも，連続する柔軟な動きに欲求をもち，構成上くふうしようとする。

イ　技能のつまづき

・平均台上における演技そのものについては，生徒にとっては，はじめての経験であるために指導者がある程度，ポーズ，ステップ等を与えてやらなければ，追求的，創造的な学習の成立は望めない。

・経験が増すとイメージも豊かになり，美しく動くことへのくふうが見られるようになるが，どうしても柔軟な動きに迷わされ，ダイナミックな動きに欠ける。

・台上にあがることに抵抗のある生徒がいる。

・むずかしい技能を断片的に与えることのできない生徒は，劣等感が生まれ実践しようとする意欲がうすれる。

・能力（技能）のすぐれている生徒は，むずかしい技能を試みようとする。

・用具の扱いや補助のしかたを知り，試技する場面をくふうすることによって高度な技術で試技できる。

・自分の演技しようとする流れを紙にかいて床面で或る程度試技をくり返し練習する。

・恐怖心があって，最初から高い台では，思いきった動きにならないので，高低にとらわれないで練習させる。

ウ　安　全　面

・用具の配置，補助員のしかたに安全をたしかめる配慮がなされていない。

・活動のしかたに危険性がある（順番，補助）

2　スポーツ教材からみた平均台運動の特性

平均台運動は，規制された高さ，幅，長さで，あがる－台上で動く－おりるを一連の動きとして，どのように動きに応じてそれを広げるかをねらいとする克服スポーツであり，できる，できないが明確にわかり，成功したときの喜びは人生にとって有意義なものである。また能力に応じて創作できる運動でもあり，危険な動きに伴っての恐怖心も生じる二面をもっている。

美しさを強調した運動
- 大きい動き（単一の動き）
  - 視　線
  - 指先，足先
  - 柔軟な動き
  - 姿　勢
- リズムの変化（一連の動き）
  - むだな静止のない動き
  - 腕の動きのくふうとスピードの変化
  - アクセントのあるダイナミックさや柔かさ

3　平均台運動でたかめたい力

・平均台運動に親しみ，日常生活に転移できる力をたかめる。

・各自の技能のつまづきを見つけ追求的に試技したり，それを相互批判や補助し合いながら克服し解決しようとする。

・安全に留意し運動しようとする

・グループとして，技能，学習態度等に課題をもち，豊かな人間関係によって，それを解決しようとする。

4　平均台運動の学習内容

	初歩的段階	進んだ段階	さらに進んだ段階
ねらい	平均台運動は「あがる－台上で動く－おりる－」の一連の動きであることのイメージを身につけ，危険度の少ない跳躍，バランス種目等を組み合わせた連	能力差に応じた連続わざの構成ができ，美しく動くために個々の種目の動き方の工夫や連続するスピードの変化に課題を	能力差に応じて種目を自由に組み合わせた個性的な連続わざが構成でき，ダイナミックさや流れるような連続する動きに課題をもち，それを克

	初歩的段階	進んだ段階	さらに進んだ段階
	続わざの構成ができ，美しく動くために，個々の種目のくふうやむだな静止のない連続する動きに課題をもち，それを克服するようにする。	もち，それを克服できるようにする。	服できるようにする。
	1　　年		2. 3 年
学習内容	1　平均台になれ，イメージをもつ。 2　平均台上の動きづくりをする（時間の余裕） 3　与えられた一連の動きの試技から部分的技枝を体得する（時間制限） 4　イメージに合った連続わざを作る。 5　連続わざの修正と練習 6　発　表　会		1. 過去に構成した連続わざの試技によりイメージをもつ 2. 動きづくりをする（単一の種目） 3. イメージに合った連続わざを作る。 4. 連続わざの修正と練習 5. 発　表　会

種目

あがり方

- 腕支持
  - 開脚あがり（横）
  - 閉脚あがり（横，正面）
  - 片足あがり（横，正面）
  - V字あがり（横）
  - 足ぬきあがり（横）
- とびあがり
  - 片足とびあがり（正面，斜め横）
  - 両足とびあがり（正面，横）

腕支持とびあがり

台上での動き

- 平　均
  - 片足（高，低）
  - 両足（高，低）
  - 腕　立
  - 腰　立
- 跳　躍
  - 片足（その場移動）
  - 両足（その場移動）
- 回　転
  - 1/4（高，低）
  - 1/2（高，低）歩（前，横）
  - 1（高，低）走（前）
- 転　回
  - 前　転
  - 後　転
  - 側　転

（高，低）
（高）

走，歩，跳
回転，転回

おりかた

- 閉脚おり
  - 1/4 回転
  - 1/2 回転
  - 1 回転
  - V　字
  - かかえこみ
  - その場から（前，横，後）
- 開脚おり
  - 1/2 回転
  - 1/4 回転
  - その場（前，横，後）
- 腕支持
  - 側　転
  - 腕立て前転おり

腕支持
開脚おり
閉脚おり

大きい動き
- 視　線 →
- 足先き，指先き →
- ←　・柔軟な動き →

課題（美しさ）	・ ・とぎれない動き ・ リズムの変化 ・ ・	姿勢 動と静の組み合わせのある動きとつなぎ	・アクセントのあるスピーディーな動き ・創意くふうされた動き
指導上の留意点	・平均台運動に対して生徒が興味をもち学習にとりくもうとする場面設定 ・つまづきを見い出し，そのつまづきにあった指導。 ・つまづきをとらえられない生徒への配慮と追求のうすい生徒への働きかけ。 ・人間関係に問題のあるグループへの配慮 ・ひとつひとつの動きだけでなく一連の動きで課題がとらえられる場面の設定。 ・一連の動きの中でスピードの変化やアクセントのあるダイナミックな動きに課題をとらえられる場面の設定。		

おわりに

平均台運動は個人種目ではあるが，グループとのかかわり合いがなくては，じょうずにはなれない。そこで自分自身が能力に応じて自由に挑戦できる課題を選び，創意工夫をこらして力いっぱい夢中になって克服していく運動であることをわからせ「あんな『技』をやってみたいなあー」「もしかしたら，あの『技』ができるかもしれない」という欲求を満してやり直接的な解決を与えないで，豊富な情報．資料を提示し自分自身でそれを選択し，克服していく能力を育てる点にあると思う。

評

体育科における平均台運動は，学習時間の少ないことや，施設．設備の不備（台数不足）の面から技能の定着がみられないことが多い。従って，この実践例は貴重な研究であると思います。

生徒の実態（興味，関心，技能レベル等）は握の上に立って，平均台の特性を明らかにしながら，学習内容を分析していることは興味深い。種目の構成も，生徒の実態に即して配慮されている点は，指導面に大いに参考になりましょう。

今後の継続研究として考えられることは，時間の配分とリズミカルな平均台運動を目ざすための展開例が資料の中に積み上げられたらよいでしょう。紙面の都合もあって，詳細に記述できなかったと思いますが，教育機器との関連から指導効果を高める手だても考えられましょう。

たびたび研究資料をお寄せくださいまして，本市の体育指導に大いに役立っているのではないかと思います。各学校でも，これまでの発表された研究論文とともにご活用いただけるようお願いします。