

小学校体育におけるなわとび運動「交互回しとび」の動感促発に関する研究

神保 岳史

A phenomenological- morphological study on teaching of “Chinese Wheels” in rope skipping in elementary physical education

Takehito JINBO

I. はじめに

小学校現場では、古くから「短なわとび」の実践がされている。しかし、「交互回しとび」は「2人で跳ぶ」「腕を交互に回す」という2点の違いから、学習する児童にとって新たな動感を身に付け、より新鮮で関心をもって取り組める教材として、「新しい短なわとび」となる可能性を秘めたものである。

ところが、この「交互回しとび」の教材としての研究の歴史は浅く、この動きの理解や指導方法について研究されているものはまだまだ多くない。指導者がこれを教材として現場で実践する場合、児童のつまづきや指導法が分からず不安を感じることであろう。

そこで、本研究では「交互回しとび」の基本・発展技の学習における児童のつまづきや、技の習得に導く動感の促発指導の在り方を解明することを目的として研究を進めた。

II. 基本技の研究

基本技を交互回しとびの「前回し」と定義し、10回連続跳べることを技の習得成功と設定した。研究授業は、平成22年9・10月に全5時間の単元を組み、H小学校の運動場において同小学校の4年生（34名）を対象に行い、代行分析によって考察を進めた。

5時間の授業において、技の習得は34名中33名と高い割合で習得成功に至った。その過程での

児童のつまづきと、それを克服させる促発指導を以下に述べる。

①「腕の交互回し」のつまづきとその促発指導

このつまづきは、古い動感形態である「同時回し」に妨げられ、「腕の交互回し」という新しい動感形態が定着しなかったために起きたと考えられる。この症状は、フォーム改善の中で悪い癖が新しい運動図式の中に顔を出してしまうというものである。

この新しい動感「交互回し」を身につけるために用意したのが岩崎¹⁾によって効果が認められた2種類のドリル練習（2本交互回旋・片手相手跳ばし）であったが、これだけでは習得に至らないペアもいた。

それらの児童がつまづいた原因は、ドリル練習での動き作りが未熟であったことであるが、さらに言えば、児童自身の動感の中で、ドリル練習の動きと実際の前回しとびの練習の動きとが結び付かなかったことが考えられる。それは、ドリル練習が前に進みながら行う形式のものであるのに対し、実際の前回しとびが移動を伴わないその場で跳ぶ形式のものであるという違いがあったことが原因であろう。

そのドリル練習と前回しとびの2つの結び付けを図るために、「ドリル練習と交互回しとびの練習を行き来する」「前に進みながらの前回しとびをする」ことを児童へ行わせ、技の習得に至ることができた。

②「2拍のリズム」のつまづきとその促発指導

「前回しとび」の動感形態は、片側の縄で自分が跳び、もう片側の縄は相手を跳ばすという、言わば「跳んで-跳ばす」の2拍リズムでの跳躍である。このリズムが生じない児童らへの促発指導には、「聴覚」「視覚」の両面に依るものが挙げられる。

ある児童は、相手を跳ばす局面においても体が勝手に跳び、「連続とび」という「古い動感」形態が顔を出して跳んでしまっている状態であった。相手を跳ばす局面では、自分の跳ぶ動きを止める必要がある。この止めるという感覚を促発するため「休符」という音を用い、「聴覚」に依る促発指導を試みた。

幼い頃に音楽を習う時、手拍子を使って「トン・ウン」とリズムをとる練習をよくした。「トン」は手を打ち、「ウン」は手を止め手拍子を打たない。これは筆者の経験則ではあるが、おそらく多くの児童も経験していることと思う。

「ウン」という休符を表す言葉の響きから動きを止めることを連想させ、「連続とび」の中に自分の跳ばない局面の促発を狙った。すると、かけ声の違いが動きの違いに結びつき、技の習得につながることができた。

一方、ある児童は自分の動きに精一杯となり、相手の動きが自分の意識の中に入っておらず、相互のリズムが合わない状態であった。そこで、「視覚」に依る相手を見て跳ぶという促発指導を行ったところ、最終の第5時に技の習得に至ることができた。

全てのペアが「相手を見て」跳んでいたかというところでもない。実際に相手を見なくても跳んでいる児童は何人もいた。これはどういうことなのだろうか。

これは「相手が変わると跳べなくなる」ということにその解釈の答えが考えられる。「相手を見る」という直接の行動に表れなくとも、何度も共に練習する中で、互いに相手のリズムを意識の潜在化の中で感じとることができる。しかし、それは薄っぺらい意識のもとで感じとっているものに過ぎず、リズムが異なる別の相手と組むと、また初めのうちは失敗してしまうのである。

このように、実際に見なくとも成功できるのは、意識の潜在化の中で相手を感じているからである。しかし、潜在的な意識においても、相手を全く感じるできない児童もいる。それがこの例であり、このような児童に対しては相手を感じるという意識を顕在化して見させ、「視覚」に依る促発指導を図ることで成功へつなげられることが分かった。

Ⅲ. 発展技の研究

発展技を交互回しとびの「転向」と定義し、前回しから360度転向できることを技の習得成功と設定した。研究授業は、平成22年10月に全3時間の単元を組み、基本技の研究と同じように、H小学校の運動場において同小学校の4年生(34名)を対象に、代行分析によって考察を進めた。

3時間の授業において技の習得は34名中34名と全員が習得成功に至った。その過程での児童のつまづきと、それを克服させる促発指導を以下に述べる。

3時間の「転向とび」の児童のつまづく様子を見ていくと、つまづきには主に「二重の負担」「方向の不覚」「三局面の理解不足」という3点があることが分かった。

「二重の負担」とは、前回し自体が精一杯の状態において、さらに体の向きを変えなくてはいけないということ。「方向の不覚」とは、体の向きを変えることで前後左右が分からなくなってしまうこと。「三局面の理解不足」とは転向の動きが分かっていないことである。三局面とは、「空回し」「自分が跳ぶ」「相手を跳ばす」の3つの局面である。

このつまづきを解決し、複雑に見える「転向とび」を習得するための効果的な練習方法として考えたのが、「空回しからの転向とび」である。これは、前回しの途中から転向へ入る跳び方ではなく、いきなり1回旋目から転向の動作に入る跳び方である。

それまでの筆者の考えは、ただ単に転向による「方向の不覚」と転向自体の「動きの理解不足」が、習得できない原因だと考えていた。当然、指導も腕の動きや転向の向きなどの助言に偏っており、

「二重の負担」のことは考えていなかった。

しかし、全体の様子を見ると、転向の動き以前で引っかかってまうペアが何人もいることに気づき、入るタイミングに苦勞し前回しの段階で失敗している様子が見られた。この「空回しからの転向とび」は、その「二重の負担」を軽減し、さらには、地に足が着いた状態から転向の動きを練習することができることから、「方向の不覚」「三局面の理解不足」をも解消できるものと考え取り入れた。

すると、1組のペアがすぐに習得することができ、さらに、第3時ではこの練習方法によって、それまで習得できていなかった全ての児童が習得に至ることができた。

このことから、「発展技」習得への促発指導には、動きの指導だけにとらわれず、入るタイミングの難しさを解消する「空回しからの転向とび」を取り入れることが、技の習得へつながることが分かった。

IV. 結論

①「前回しとび」

この技のつまづきには、「腕の交互回し」「2拍のリズム」という2点が挙げられた。その促発指導は、「腕の交互回し」に依ってつまづく児童へは、「ドリル練習と前回しとびとの行き来する練習」「前に進みながらの前回しとび」があり、「2拍のリズム」に依ってつまづく児童へは、かけ声という「聴覚」を用いたものと、相手を見るという「視覚」を用いたものに効果があることが分かった。

②「転向とび」

この技のつまづきは、「前回しと転向に入るタイミングの難しさ（二重の負担）」「転向することによる方向の不覚」「転向の3局面への理解不足」の3点が挙げられた。

その促発指導は、「空回しからの転向とび」という練習に効果があることが分かった。

V. おわりに

今後、本研究では検証しきれなかったが、「交互回しとび」についての理解を深めるために、研究を進める過程で可能性を見つけ出した「他の発

展技の促発指導」「基本技と発展技の相互関係」「魅力ある教材であるか」の3点についても、更なる研究が求められる。

〈主要文献〉

- 1) 岩崎孝：なわとび運動における「交互回しとび」の学習方法に関する実証的研究、愛知 教育大学修士論文、2009.
- 2) 金子明友：身体知の形成（下）、明和出版、2005.
- 3) K. マイネル(金子明友訳):スポーツ運動学、大修館書店、1981.
(指導員 上原三十三)