小学校中学年における走り幅跳びの動感指導の検討

森　あさか

A phenomenological-morphological study on teaching of Long Jump in Physical Education Class for the third and fourth grades of Elementary school

Asaka MORI

Ⅰ．緒言

2008年に告示された学習指導要領は，「確かな学力」がキー概念であり，「基礎的･基本的な知識･技能」の習得がその中核をなす。そこでは，教師の指導力が問われ，様々な能力に応じた指導の発揮が眼目となる。本研究では，小学校中学年を対象に走り幅跳びの単元を行い，そこで出会ったつまずきを，印象分析を用いて子どもの動感世界を分析し，走り幅跳びの学習課題と指導ポイントの大要を示すことを目的とした。

Ⅱ．方法

1．対象

小学校4年生33名（男子18名・女子15名）を対象に，走り幅跳びの体育授業6時間を行った。

2．単元計画

短い助走から「片足踏切」「両足着地」を学習内容とし，それらを指導ポイントとして授業を行った。下位教材に「グリコじゃんけん」を，単元教材に「川とび」を設定した。

3．分析項目

走り幅跳びの跳躍距離，学習内容の達成度，運動経過図，印象分析の4項目について分析を行った。

4．統計処理

走り幅跳びの実測での跳躍距離と学習内容である片足踏切・両足着地の達成度について，単元前後で対応のあるＴ検定を実施した。なお，$p<0.05$を以って有意差ありとした。

Ⅲ．結果・考察

1．単元前後における記録の変化と学習内容の達成度

プレテストの記録を用いて上位から順番をつけ，技能上位群（11名），技能中位群（11名），技能下位群（11名）とした。また，プレテストとポストテストの記録の差が+10cm以上は記録向上群（n=19），−10cmから+10cmまでの範囲を記録変化なし群（n=11），−10cm以下は記録低下群（n=3）とした。

プレテストとポストテストの各群における跳躍距離の平均の変化は，下位群で有意な差（$p<0.001$）

表1　走り幅跳びの跳躍距離と学習内容の達成度

	クラス全体（n=33）				技能上位児（n=11）				技能中位児（n=11）				技能下位児（n=11）			
	プレテスト		ポストテスト		プレテスト		ポストテスト		プレテスト		ポストテスト		プレテスト		ポストテスト	
	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差
実測の跳躍距離（cm）	240.7	± 29.3	251.4**	± 27.8	270.4	± 10.9	276.1	± 20.3	244.3	± 7.3	248.6	± 20.9	207.4	± 19.4	229.5***	± 20.3
学習課題の達成度（点）	4.04	± 0.55	4.45***	± 0.48	4.2	± 0.45	4.74**	± 0.38	4.21	± 0.46	4.34	± 0.58	3.73	± 0.72	4.27*	± 0.36

* $p<0.05$　** $p<0.01$　*** $p<0.001$

がみられた。学習内容の達成度は，上位群（$p<0.01$）と下位群（$p<0.05$）に有意な差がみられた。

2. 運動経過図と印象分析からみた事例的検討

跳躍距離と学習内容の達成度に関する量的分析から，次の抽出児について運動経過図と印象分析により，質的にその特徴をとらえ，指導ポイントの大要を導き出した。技能上位群は，記録向上群から1名を抽出した。技能中位群は，記録変化なし群1名と記録低下群1名を抽出した。技能下位群は，記録向上群1名を抽出した。紙幅の関係上，ここでは技能下位群で記録向上と判断できた子どもを取り上げた。

1）学習過程における技能下位群の変容

【被験者Ｅ（記録向上群）】

被験者Ｅはプレテスト167cm，ポストテスト191cmであり，24cmの向上がみられた。学習内容の達成度はプレテスト3点，ポストテスト4点であった。運動経過図は図1，図2，図3である。

被験者Ｅは，記録および学習内容の達成度ともに，向上がみられた。一番大きな変容は，プレテストで現われていたギャロップが，4時間目の半ばから現われなくなったことである（図2）。プレテストでのギャロップは，被験者Ｅにとって，踏切の準備動作だったのではないかと考えられる。また，運動アナロゴンとして行っていたグリコじゃんけんでも，大股走ではなくギャロップになってしまっていたため，グリコじゃんけん時に教師が個別でミニハードルとゴムの輪を用いて，

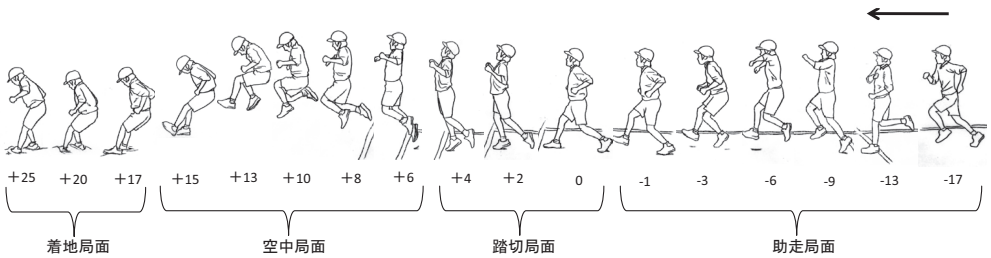

図1　プレテストにおける被験者Ｅの運動経過図

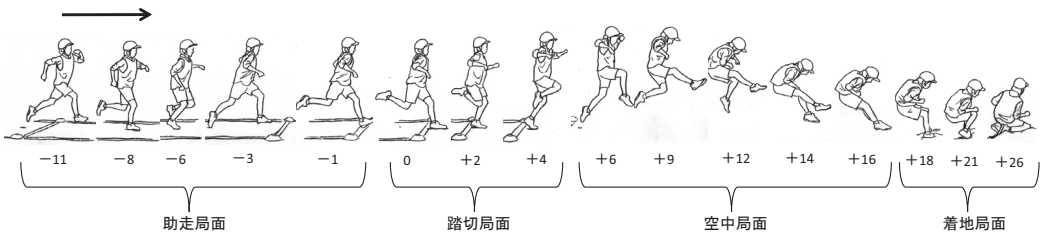

図2　4時間目における被験者Ｅの運動経過図

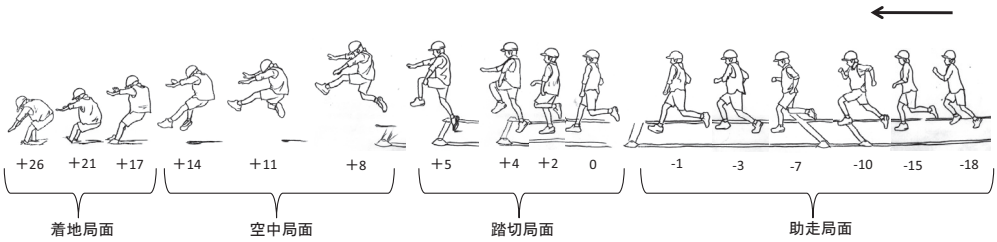

図3　ポストテストにおける被験者Ｅの運動経過

被験者Eが片足踏切の感覚を獲得できるよう指導した。その際，被験者Eが跳ぶのに合わせて，教師は「ふわん，ふわん，ふわん」と言ったり，模範を繰り返し行って見せた。

被験者Eのようにギャロップがみられる子どもには，片足踏切を意識させ，振りあげ足を引き上げる感覚づくりのための運動アナロゴンを用意し，教師の言葉と動作によって動きのイメージと動感づくりに働きかける必要がある。

Ⅳ．結論

本学習過程において，明らかになった各技能水準によるつまずきと指導のポイントは，以下のとおりである。

【技能上位群】

［予想されるつまずき］

①踏切足が定まっていない，②空中局面における腕の動かし方（腕を回すタイミングが遅い，腕を下ろすタイミングが早い）

［指導のポイント］

①踏切足を決定する，②ゴムひもなどの目標物を設置する，③空中局面での腕の動作をポイントにした運動のアナロゴンの設定，④助走で得た加速をスムーズに踏切へ切りかえる動感が習得できるような運動のアナロゴンの設定

【技能中位群】

［予想されるつまずき］

①踏切足が定まっていない，②踏切局面から空中局面にかけての腕の動き（踏切局面で腕が上がりきってしまう），③「走」から「跳」への切りかえ（助走スピードの向上によって踏み切れず走り抜ける，踏切に意識が傾き，目線が下がる，踏切に意識が傾き，踏切前で大股走になってしまう）

［指導のポイント］

①空中局面から着地局面までの前方への動きを意図した運動のアナロゴンの設定，②短い助走から踏切への連動を意図した学習，③踏切をイメージする「タン・タ・ターン」などの言葉かけ

【技能下位群】

［予想されるつまずき］

①踏切前がギャロップになる，②空中局面での「くの字」になる姿勢，③空中局面において引き上げのない足の動き，④空中局面において体幹に近い位置で小さな腕の動き

［指導のポイント］

①片足踏切を意識させ，振りあげ足を引き上げる感覚づくり，②ミニハードルやゴムの輪を用いた下位となる運動のアナロゴンの設定，③跳躍感覚をイメージした「ふわん，ふわん，ふわん」などの教師の言葉かけ，④教師によるよい動きのデモンストレーション

高学年において，「助走」から「踏切」が中心的学習内容になることからも，中学年において，しっかりと「踏切」（片足踏切）から「着地」（両足着地）を習得する必要があるといえる。このことから，本研究で示した，走り幅跳びにおける学習課題と指導のポイントの大要を示したことは意義がある。

（指導教員：上原三十三）