

# 体育授業における器械運動指導に関する教師の問題意識

上原三十三

愛知教育大学保健体育講座

## The Survey on Teachers' Attitudes towards Learning and Instruction of Gymnastics

Satomi UEHARA

Department of Health and Physical Education, Aichi University of Education

キーワード：器械運動，教師の問題意識，運動観察，教員研修

Key Words：Gymnastics, Teachers' Attitudes, Movement Observation, Teachers' Training

### I 研究目的

本研究の目的は、器械運動の指導力向上のための研修教材を構想するために、教師が求める器械運動の専門的な知識技能に関する問題意識を整理することにある。

器械運動の授業中の怪我発生件数（日本スポーツ振興センター，2019）は、小学校においては24,534件で全種目の約3割を占め、運動種目の中では最も多い。専科教員が指導する中学校における怪我発生状況も11,062件で少なくない。安全で効果的な指導のための研修は欠かせない。このような器械運動指導について、教師が求めている指導情報の内容を分析し、授業における教師の考え方や視点の課題を整理しておく必要がある。

### II 研究方法

#### 1 調査資料

愛知県教育委員会・愛知県総合教育センター主催による現職の学校教員の5年次専門研修および10年経験者研修が毎年行われている。この研修において、小・中学校保健体育教科指導研修の受講者は事前に、学習指導の疑問や質問を紙面で提出し、講師がそれらを運動領域毎にまとめている。この中から2013年から2017年までの5年間分について器械運動に関してまとめられたものをみせていただき、本研究の資料とした。これらは

研修の主催者、講習担当者から本論に引用する許可を得た。2017年の資料の一部は熊谷ら（2019）の「器械運動の学習における補助の問題」において用いているが、本研究では調査対象年を広げ、分析項目も見直して再構成した。

なお、分析作業においては5年経験者と10年経験者の回答報告は分類しなかった。その理由は、細分化してクロス集計して傾向を見いだせるほどの回答件数がないこと、愛知県では小中学校で人事交流をしているため両校種で指導されている教員が含まれていること、数年の講師経験を経てから正規採用された教員は珍しいことでないために研修者区分となる経験年数と実経験年数とは一致しないからである。

#### 2 報告内容の分類

次の9観点に報告内容を分類した。

- ①「授業組織・学習グループ」：器具等の準備や片付け、器具の配置、学習グループ編成、授業展開の形式など
- ②「学習課程の特色反映」：学習指導要領に掲げられた教育理念や学習方法の特色を反映する授業方略
- ③「技術観察・査定」：運動技術のみかたや捉え方、運動課題の達成判断
- ④「運動課題・場づくり」：運動課題やその実施条件のアレンジ、運動課題の配列

- ⑤「**幫助・補助具**」：運動達成を援助する幫助や器具
- ⑥「**言葉がけ・呈示**」：運動課題や運動感覚を伝える言葉、映像、示範
- ⑦「**恐怖心**」：運動試行時の不安や怖さに対する指導
- ⑧「**肥満・苦手**」：体が大きくて自分の体を支えられない子や運動が苦手な子への指導
- ⑨「**その他**」：上記①～⑧に当てはまらないこと

### Ⅲ 調査結果

#### 1 報告件数

##### (1) 運動種目

マットは72件(50%)、跳び箱運動は50件(34%)、鉄棒運動は37件(26%)、平均台運動は3件(2%)、種目を特定しない回答が11件(8%)であった。なお、回答者数は145件だが、複数回答のため合計173件(119%)となっている(図1)。

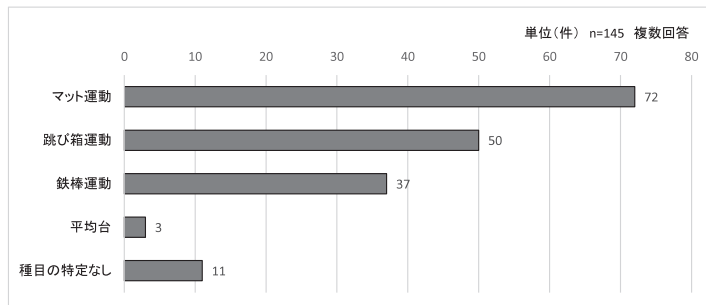


図1 報告された器械種目

#### (2) 報告内容の種類

①「**授業組織・学習グループ**」は35件(24%)、②「**学習課程の特色反映**」は5件(3%)、③「**技術観察・査定**」は10件(7%)、④「**運動課題・場づくり**」は62件(43%)、⑤「**幫助・補助具**」は34件(23%)、⑥「**言葉がけ・呈示**」は12件(8%)、⑦「**恐怖心**」は16件(11%)、⑧「**肥満・苦手**」は19件(13%)、⑨「**その他**」は3件(2%)であった。なお、回答者数は145件だが、複数回答のため合計196件(135%)となっている(図2)。

#### 2 報告内容の特徴

以下は、代表的な内容を抜粋し整理したものである。下線は筆者加筆。

##### (1) 授業組織・学習グループ

安全で、活動量が豊富な授業の組織化への関心の具体として、効率的な準備片付け、器具配置、

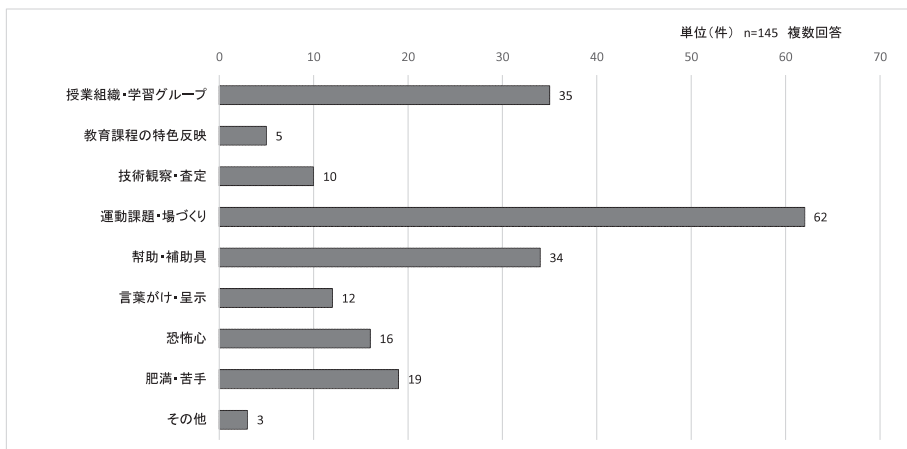


図2 報告内容のカテゴリ

技能差への対応、学習グループ編成などの情報が求められている。

- ・マット運動には、様々な技があるが、技の選択は個人で行わせている。その際、選択した技が多岐になってしまう傾向がある。その時間にその技を行っている児童が一人しかいないというこゝもしばしばある。このような時に、一人で課題設定や練習方法の工夫を行わなければならない。マット運動の知識が乏しい小学生にとって、一人で課題設定や練習方法の工夫をすることは非常に困難である。グループ学習やペア学習の形態をとったこともあるが、練習に入るまでに時間がかかりすぎてしまい、十分な運動量を確保することができなかった。マット運動の効率的な指導の仕方が知りたい。(報告5)
- ・鉄棒の数が少なく、待つ時間が多くなってしまふ。待っている児童にはどんなことをさせるとよいか。見て学ぶことも大切であると思うが、1年生の場合じっとしていることが難しい児童もいるため。(報告19)
- ・跳び箱の学習の流れとして、1時間に1つの種目(とびかた)に絞り、学習を進めると、学級でめあてが共有でき話し合いや教え合うことができます。しかし、学習時間を考えると複数の技を1時間に取り組み方がよいのでしょうか。上記の種目での組み合わせ方や場の工夫でのポイントがあればご指導をお願いします。(報告25)
- ・器械運動について。能力の高い生徒たちに、前方倒立回転跳びや首はね跳びなど高度な技に挑戦させているとき、けがが心配で補助に入るようにしているが、そのときに他の生徒を見きれていない。TTを組むだけの人数もない場合、どのように指導すべきか。また、器械運動で鉄棒の取り扱いをしている学校はどのくらいあるか。(報告43)
- ・器械運動(跳び箱運動)においても技能差ができたときの「下位教材の場の設定について」本校の器械運動の授業を見ていると、一方では発展技の「前方倒立回転」を習得しようと

する生徒、もう一方では「台上前転」を習得しようとする生徒がいる。このように、習得技にかなりの技能差ができたとき、スモールステップで技を習得するための下位教材の場があまりに多くなると、準備に時間がかかったり、スペースがなくなったりすることがあった。技能差ができたときの効果的な場の作り方について教えていただきたい。(報告61)

- ・これまでの体育の授業を振り返ると、どの単元においても、器具の準備や場の工夫を行う際に、担任一人では、かなりの時間を要してしまう。特に低学年では、跳び箱やマットを使用する授業では、準備片付けの時間を含めると活動時間が思うように確保できないのが現状である。効率よく、また、児童が安全に準備片付けができるような手立てや工夫を知りたい。(報告78)
- ・跳び箱の授業において、安全な(目配りのできる)器具配置が知りたい。運動量を上げるために、台数は多めに設置するが、活動中の全員が視野に入っているかと言ったらできていない。安全面を考え、なおかつ指導のしやすい器具配置を教えてください。(報告86)
- ・器械運動(マット運動、跳び箱)の場づくり。教師一人、生徒40名程度が安全に活動できる場づくりを教えてください。教師が移動する際に背中を向けてしまい、事故を見逃してしまったこともあります。これまでは放射状や、四角にした場づくりもしてきましたが、生徒が安心して活動でき、なおかつ教師が移動を少なく師範できる場づくりの事例などがありましたら教えてください。(報告87)
- ・安全面について。マット運動の授業において、安全面に配慮した授業を展開する上で大切なことを教えてください。体育科の授業では、けががつきものである。同時に、いかにけがを無くし、安全に配慮して授業を展開していくかも求められている。マット運動の授業を行う中で、首を痛めるけがが多い。けがを無くすために、準備運動を行ったり、段階

的な指導をしたり、補助をしたりするが、どうしても失敗してけがをしてしまうことがある。(報告 138)

## (2) 学習課程の特色反映

ICT 活用, 言語活動, 特色ある教材を用いた授業づくりに関する知識を求めている。

- ・マットや跳び箱の集団演技(シンクロ演技)を見たことがあります。指導に当たって気を付けた方がいいことや練習方法を知りたいです。(報告 16)
- ・器械運動では、基本的な技の習得を目指した授業になりがちになってしまい、個人で活動することが多くなるが、言語活動を中心とした授業を行う場合には、どんな内容にしたら良いのか。(報告 73)
- ・マット運動では、運動試行回数を保ちながら、言語活動を充実させたり、アクティブラーニングをさせたりする授業実践を教えてください。(報告 134)

## (3) 技術観察・査定

技能習熟の査定, 学習目標技の判断の仕方, 学習のつまずきへの対応への指導情報を求めている。一方で、つまずきの内実理解やコツの運動感覚そのものを問う質問はほとんどない。

- ・器械運動の平均台において、技の難易度と評価の仕方について。(報告 45)
- ・器械運動では、子どもたちが各自の能力に合った技を選んで演技構成を考える活動をよく行っている。評価をするときに、技のできばえだけでなく、技の難易度も考慮して評価する必要があると思うが、できばえと難易度をどのようなバランスで評価をすればよいか。(報告 46)
- ・マットや跳び箱の個別指導について。マットや跳び箱が苦手な児童に、個別に教えることがあります。そのとき、マットや跳び箱を何段も跳べる児童にどのように指示を出していいかわかりません。また、個別指導を

していると、跳べる児童に目がいかないため、安全の配慮にかけると思い、なかなか個別指導がしにくいです。何かいい方法があったら教えてください。(報告 52)

- ・マット運動では、ほん転技群への取組に大きな不安を感じている。技に挑戦することでできた喜びを感じてほしいが、接転技群に比べ、挑戦することで、大きなけがにつながる心配も非常に大きい。当然、生徒一人一人の技能の習得状況や性格等を見極めることが大切であるが、補助を受ければ技ができる生徒に対し、補助なしで挑戦させるべきかの判断に迷う時がある。(報告 59)
- ・マット運動のスキルテストの内容、その評価の仕方。(報告 70)
- ・1年生男子の器械運動(跳び箱)の授業を行っています。種目は開脚跳びと台上前転を中心に取り組んでいますが、開脚跳びができない生徒が非常に多いです。技能ポイントは着手の位置とロイター板の使い方、頭・腰の移動の3点を教えました。他にポイントがあれば教えてください。(報告 76)
- ・跳び箱運動において、回転系の基本的な技として「台上前転」「首はね跳び」の評価をとっている。台上前転ができない生徒は、当然だが首はね跳びもできない。1つの技ができない時点で、その次の段階の技もできないことが明白になっている場合、何かよい評価の方法はないか。(報告 91)
- ・鉄棒やマット等で、ポイントは指導できるが、児童に合わせてどこに重点を置けば良いのかは迷ってしまうときがある。児童がどのようなところでつまずいているのか、教師の視点と児童の視点との違いを埋めるための方法。また、逆上がりや逆立ちなど授業時間だけでは、どうしても時間が足りないときがある。どのようにしていけばできるようになる児童が増える授業の展開ができるのか。(報告 121)

## (4) 運動課題・場づくり

技能に応じた運動目標設定, 運動課題のスマー

ルステップ、意欲が湧く運動課題のアレンジ、一般的な運動課題の練習では解決できない場合の指導、学習レディネスを形成する導入運動などの指導情報を求めている。

- ・教育課程で、「鉄棒」の時間数が少ないため、なかなか逆上がりやそれ以上の難度の技は学校体育だけでは難しく、放課に行ったり、家庭での宿題に出したりすることがありますが、少ない時間の中での効率の良い指導法を知りたいです。（報告 10）
- ・逆上がりにつながる遊びには、どんなものがあるか（報告 13）。マット運動につながる遊びには、どんなものがあるか（報告 20）。とび箱運動につながる遊びには、どんなものがあるか（報告 23）。
- ・小学校体育における、逆上がりの指導について、低位の児童をどうステップアップさせればよいか悩むことが多い。ぶら下がったり、腰を引きつけたりすることが全くできない児童をどう 1 時間興味を持たせていけばよいか。（報告 14）
- ・中学校では行うと思いますが、小学校の跳び箱運動では、「前方倒立回転跳び」は、けがなどがこわくてやらせていません。どの程度の技までやらせてもよいのか知りたいです。（報告 15）
- ・開脚とびこしができない児童を短時間で（6 時間完了）できるようにするには、どうしたらよいか？（補助運動や段階的な指導方法、有効な教材、教具を教えてください。（報告 22）
- ・鉄棒の実践について（小 3）授業時間が限られている中で、どのくらいの課題を与え、どの程度できるようにして、どのように評価をしたらよいか聞きたい。鉄棒の技を練習させ、できるようにしてあげたいと思うと授業時間が足りない。5 時間完了の単元では、いろんな技に挑戦するだけで終わってしまいできる喜びと達成感を味わわせることができずに困っている。3 年生の段階では、難しい技までできるようにする必要はないが、技能の評

- 価をしようと思うと、課題設定をどの程度にしたらよいのか悩んでいる。授業では、学習カードを使って技を知らせ、練習に取り組んでいる。簡単にできる技から、少し難しい技までカードで紹介しているため、子どもたちは意欲的に取り組むことができる。しかし、逆上がりなどの技をできるようにさせたいと思うと補助やアドバイスを時間がかかってしまう。結局、できる技の確認に終わってしまい技能を評価することになるので何かよい方法はないのか聞きたい。（報告 40）
- ・鉄棒ができない児童へはどのように教えればいいのか。授業時間だけでは、できる子とできない子の差があるので、できる子は飽きてしまう。できない子もずっとやってもできないので、飽きてしまう。体が大きくなってきたらもつとやれなくなるのではないか。（報告 51）
  - ・器械運動の授業では、マット運動や跳び箱運動を行うことが多いのですが、跳び箱運動でけがをする生徒が何人か出てしまいました。そこで、他の体育の先生に相談したところ、「跳び箱は危険だからやらない方がいい」という話になりました。確かに危険が多いので、やらなければよいのですが、様々な器械に触れさせることで、その特性に応じた体の動かし方を身につけたり技ができたときの達成感を味わわせたりしたいと思います。安全かつ達成感をもてる跳び箱運動ができればよいのですが、何かよい方法はありますか。（報告 92）
  - ・後転が苦手な生徒は、ななめに回転する経験を多くさせて、回る感覚を経験させればよい、後転はまっすぐできなくても良いと以前聞いたことがある。しかし、中学生でもななめ回転を目標に取り組ませれば良いのか、それとも器械運動の特性である美しく技を行わせることを目標に取り組ませればよいのか迷っている。（報告 93）
  - ・逆上がりを習得させる際、肘が伸びてしまう児童がいた。補助具を使ったり、補助児童の力も借りたりするなどして練習をさせた。補

助があればできるが、補助がないとできなくなってしまう。そのような児童にはどのような指導をしたらよいか、単純に経験が足りないのか。(報告 96)

- ・体育の授業で「とび箱運動」を行いました。基本的な技として開脚跳びとかかえ込み跳びが紹介されています。開脚跳びに関してはほとんどの児童が跳ぶことができました。しかし、かかえ込み跳びは、進行方向に対して縦向きに置いた跳び箱を跳び越せたのが数人しかおらず、跳び箱の上に跳び乗るところまでしかできない児童が多くいました。練習では、跳び箱を横向きに置いたり、段数を少なくしたりと練習場所を設けて取り組みましたが、なかなか効果がありませんでした。かかえ込み跳びを指導する場合、どのような練習場所を設けたらいいのか、また、どんなところにポイントを置き、指導していくのがよろしいのでしょうか。(報告 102)
- ・器械運動において、児童・生徒相互に補助させることが安全確保になり得るのか。特に倒立指導場面での有効な補助法とそのポイント。各学年における、準備運動や継続的な補助運動の方法。中でも、馬跳びの安全な実施方法と、児童生徒の意欲が高まる指導について。(報告 122)

##### (5) 補助・補助具

安全のための補助、動感理解を誘う補助、生徒による補助法の知識技能を求めている。

- ・鉄棒運動で手にまめができ、意欲を損なう児童が多い。これを防ぐための手軽な教具の工夫があれば知りたい。(報告 8)
- ・跳び学習では、児童への安全面での配慮をしっかりと行いたいと考えます。個人の能力差に応じて場の設定を変え、教師は補助につこうと考えています。特に、チャレンジ種目での教師の補助のポイント、授業での立ち位置、とばせ方のこつのご指導をお願いします。(報告 26)
- ・器械運動の補助の仕方を知りたい。(マット、

鉄棒、跳び箱) 高度な技だけではなく、逆上がり(鉄棒)や開脚跳び(跳び箱)なども。(報告 27)

- ・鉄棒運動の前回りに対して恐怖心をもっている児童に対する指導や補助はどのようにしているか。(報告 34)
- ・鉄棒運動の連続技の練習に使用している器具で有効なものは何があるか。(報告 36)
- ・馬跳びはできるのに跳び箱になると跳べなくなる児童に対しての補助はどのようにしているか。(報告 37)
- ・鉄棒やとび箱運動の補助の仕方。鉄棒運動はたくさんの種類があり、教育課程では年間数時間程度である。その中で、できなかったことができるようになったという達成感を味わわせるためには、教師の補助が不可欠である。また、とび箱運動もちょっとしたコツや補助でできるようになるので、どのような補助をするとよいか。(報告 55)
- ・跳び箱運動の補助の仕方。学生の時、体操教室のボランティアをしていた。幼児や小学生の補助は体格差も力の差もあるのでできたが、中学生は、段数も高く体も大きいので補助が難しい。また、指導者が補助ができて、手がかけられる生徒に限られる。生徒同士で有効な補助の方法を教えてほしい。(報告 64)
- ・マット運動の補助道具には、どのようなものがあるか。(膝伸前転、膝伸後転、側方倒立回転)(報告 71)
- ・器械運動を行う際に、今年度は倒立前転を課題にしたが、恐怖心で背中が丸まってしまう生徒がたくさんいた。このような生徒にはどのような補助をしたらいいのか。(報告 72)
- ・マット運動における側方倒立回転の補助の仕方(教師の位置、具体的な方法)。倒立は壁を使って練習しながら、足が上がるようになったら2人組で練習することができますが、側転の場合は、どのように補助すれば腰や足をうまく上げられるのか、教師の補助をする時の位置など具体的に教えていただけるとありがたいです。(報告 80)

- ・マット運動で補助をする際、補助具がないため、補助者は、教師のみ行う。そのため、生徒の長蛇の列ができ、運動量の確保が十分にとれない。この場合の改善点を知りたい。また、有効な補助の仕方を習得したい。(報告 82)
- ・器械運動では、マット運動、跳び箱運動での補助の方法についての知識を深めたいです。器械運動は非日常的な動きを身に付け、その独特の感覚を味わいながら、より難易度の高い技を習得することで達成感や楽しさを味わえるため、技能の向上は必要不可欠なものであると考えています。特に跳び箱運動に対しては児童の恐怖心もあり、けがにつながる可能性も高いため、安全面に配慮し、児童同士でもできる効果的な補助の方法を知りたいです。教師が一人一人の補助をしていては、45分間の授業時間で練習回数を確保できません。児童同士で補助ができれば、学び合いにもつながり、運動量も確保できるので、ぜひ教えて頂きたいと思います。(報告 111)
- ・「とび箱やマット運動などの補助の仕方のこつは何か。」とび箱やマット運動は苦手な児童も多く、上手く補助して成功の感覚をつかませたい。しかし、本や動画で補助の仕方を見ても、具体的な動かし方やタイミングが分からず、上手な補助にならない。補助をする際のポイントやこつなどを知りたい。(報告 114)
- ・補助について。運動感覚をつかませるために補助によって目指す感覚を感じさせたいが、補助の仕方が分からず、戸惑うことがある。たとえば、跳び箱の時に、跳び箱の横に立って片方の手で腕をつかみ、もう片方の手でももの裏を支え、跳び越せるように送り出すようにしている。しかし、跳び箱を突き放せない児童は、自らの体と跳び箱で手を挟みこむような形になり手首を痛めてしまい危ないと感じることがある。できない理由は児童によってさまざまであると思うので、さまざまな場合による補助の仕方があれば教えていただきたい。特に、器械運動での補助につ

いて教えていただきたい。(報告 118)

- ・器械運動において、児童・生徒相互に補助させることが安全確保になり得るのか。特に倒立指導場面での有効な補助法とそのポイント。各学年における、準備運動や継続的な補助運動の方法。中でも、馬跳びの安全な実施方法と、児童生徒の意欲が高まる指導について(報告 122)
- ・マット運動、補助方法について。ほん転技群(前方倒立回転とびなど)の補助方法を知りたい。特に、生徒同士で安全に行える補助方法があれば合わせてお聞きしたい。(報告 127)

#### (6) 言葉がけ・呈示

技の動感イメージやコツ理解を誘う言葉がけの具体例や手立てを求めている。

- ・器械運動で、できない子ができるようになる、あるいは、できそうな感覚がつかめる「魔法の言葉掛け」をいろいろ知りたい。(マット運動の後転、倒立、鉄棒運動の逆上がりなど)(報告 7)
- ・跳び箱を指導する際に、踏み切り足がどうしても合わない児童がいました。跳び箱に対する恐怖心があったので、跳び箱にマットをかけて表面を柔らかくしたり、補助についたりしながら不安を取り除くようにしました。しかし、いざ一人で跳ぼうとするとなかなか思い切った踏み切りができずに、跳び箱の前で減速してしまいます。どのような練習方法があるでしょうか。また、どんな声かけをするとう効果的でしょうか。(報告 53)
- ・マット運動。女子でどうしても開脚前転のできない生徒、起き上がれない生徒にどのような指導、アドバイスをすることがよいのか。(報告 65)
- ・鉄棒運動について。鉄棒運動に苦手意識をもっている児童は多いと思います。恥ずかしながら、自分でも全ての技を完璧に行うことができません。高学年になれば技の難易度も上がってきます。自校には、鉄棒運動に関わ

る補助器具が少ないため、十分な指導ができていないのが現状です。基本的な技の習得方法として補助器具等がなくても、身近なものを使って鉄棒運動の感覚を得られるようなものや様相が変わるアドバイスの仕方などがあれば教えてください。(報告 56)

- 器械運動の授業を行っていく際、効果的な指導法、練習方法、手立てについて教えていただきたい。マット運動において担任している児童の中には、基本的な回転技である、後転がうまく回れない。背中から首にかけて丸めることができずに、頭のてっぺんで回ることになり、ごちない後転になる。また、壁倒立は、腰を上げることができないので、肩に体重を乗せることができない。恐怖心の方が先になり、思いきった動きができない。スモールステップでの練習方法や恐怖心に打ち勝てるような声のかけ方や支援の仕方などについて教えていただきたい。(報告 107)
- 側方倒立回転の効果的な指導法マット運動の側方倒立回転のポイントを説明するとき、「勢いをつけて手を床に着く」「足を上に振り上げる」「マットを見る」などの説明をしてもそれがなかなか上手いできない様子が見られた。段階的に進めていくことが効果的であるが、どのような段階を踏んで練習していくと習得ができるのか、指導方法を学びたい。(報告 108)
- 個々の目標(めあて)の設定について。児童は、どうしても「やりたい」という気持ちが先に出てしまい、目の前の「めあて」を立てることをおろそかにしてしまったりします。例えば、マット運動であれば、後転ができない児童がほかの児童を見て「開脚後転ができるようになりたい」というめあてを立てることもあります。「君はまず後転をきれいにできるようにしろ」と声をかけても、開脚後転をやりがります。本人は一生懸命なので止めることも疑問に思います。個々にあっためあてを確実に立てさせるために適切な声かけなどがあれば教えていただきたいです。(報告 120)

- ・マット運動、伸しつ前転のアドバイスについて、最後まで起き上がれない生徒への、段階的な練習方法、効果的なアドバイスを知りたい。(報告 129)

## (7) 恐怖心

怖さが強くてやってみること(試行)ができない子への運動課題や指導の知識を求めている。

- ・小学校中学年。マット運動で開脚前転をやっている、ロイター板を使って坂にしたり、マットを半分に折ったりしたときにはできる子をそこから一步伸ばすためにとても苦戦している。とび箱運動で恐怖心から跳べない子にロイター板だけを使っての踏み切り練習やとび箱の上から手で押して下りる練習など段階的にやっているつもりであるが、なかなか恐怖心を取り除いてあげることができないでいる。(報告 4)
- ・鉄棒運動で、後方ひざ掛け後転のように、体を後方へ倒す動きが怖くて、いつまでも感覚がつかめない児童がいる。また、体が大きいので、補助も難しく、まして児童同士では練習ができない。何かよい手はあるか。(報告 9)
- ・鉄棒運動の前回りに対して恐怖心をもっている児童に対する指導や補助はどのようにしているか。(報告 34)
- ・跳び箱に対する恐怖感を取り除く魔法を教えてください。(報告 51)
- ・跳び箱運動に対する恐怖心を取り除く指導の工夫について。跳び箱運動が好きな児童は、何度も高い段にチャレンジし、意欲的に楽しんでいる。しかし、跳び箱運動が好きな児童は、何度も高い段にチャレンジし、意欲的に楽しんでいる。しかし、跳び箱を跳ぶことに対して恐怖心を抱いている児童は、適切に踏み切ることができず、身体に近い場所で着手をしてしまう児童が多い。恐怖心を克服できるようなスモールステップによる指導方法を学びたい。また、補助をする際、どのような「手の出し方」「身体の支え方をする」と児童が安心して跳び箱運動にチャレンジできるのか



を学びたい。(報告104)

- ・マットを重ねて使用したり、セーフティマットを使用したりするなど、恐怖心を取り除くための場の工夫や練習をスモールステップで細かく行うなどの取り組みは行っているが、いざ技の練習となると取り組めない児童がいる。そういった児童に対して、恐怖心を軽減させるための効果的な指導方法を教えていただきたい。また、技のポイントやコツを実技で教えていただきたい。(報告119)
- ・現在2年生の担任をしています。鉄棒で逆上がりをするのが怖く、補助器具を使ってもできない児童が数名います。このような児童には、どのような指導、助言をするのが効果的なのか教えていただきたいです。(報告125)
- ・跳び箱の際、恐怖心を無くし、跳べるようになる方法。低い段数や馬跳びを練習しようとしても、恐怖心から、またぐことしかできない生徒への指導方法。(報告142)

## (8) 肥満・苦手

肥満や運動が苦手で体がうまく動かせない子への運動課題や指導の知識を求めている。

- ・身体的な理由(体重に対して握力が少なすぎる、腕力が弱く腕で体を支持できないなど)で、鉄棒にぶら下がれない子や補助してあげても鉄棒上にいられない子に対する指導方法。(報告2)
- ・中学校に進学するまでには、全員「逆上がり」を習得させたいという願いをもっている。これまでの経験の中で、体格が大きい児童はなかなか逆上がりができるようにならない傾向があると感じている。体格が大きい児童にどのような指導をしたら逆上がりができるようになるのかが知りたい。また、効果的なトレーニングがあれば、それについても知りたい。(報告6)
- ・鉄棒運動の苦手な生徒への支援について。鉄棒運動の実践において、どうしても体重が重い生徒に技を習得させることができない。補助具などを利用して回転する感覚を味わわせ

ることができても、自ら体を引きつけ自力で回転させるまでには至らない。運動が苦手に思っている生徒だからこそできる喜びを味わわせたい。成功事例や具体的指導を学びたい。(報告12)

- ・雲梯の練習で、腕力がないまま、体が大きくなってしまい、ぶら下がることもできても、前に進めなかったり、すぐ落ちたりする児童が多くいます。効果的な練習があれば教えていただきたいです。(報告28)
- ・マット運動の指導において、肥満でおなかが出ているため、前にかがめない子が時々います。そのような子は運動経験が少なく前転がなかなかできません。けがはさせたくないのですが、できるようにもさせたいです。どのように対応すべきか、どのように指導したらよいか教えていただけると嬉しいです。(報告29)
- ・マット運動の指導において、運動経験が少ないために後転ができない子がいます。そのような子にはロイター板で下り坂を作ってそこでやらせることによって回転スピードを上げてできるようにさせるやり方をよくします。結構できるようになりますが、それでもできない子が時々います。どのような指導が効果的か教えていただきたいです。(報告30)
- ・マット運動で倒立をすると背中を打ったり、頭を打ったりしてしまう。倒立をしようとする、体が丸まってしまって壁に背中を打ちつけてしまったり、腕がぐにゃっと曲がって頭を打ってしまったりする児童がいる。また、そもそも頭が下がる逆さ姿勢ができない児童もいる。(報告54)
- ・体重が重く、開脚跳びもできない生徒への跳び箱の指導はどのようなものが適切か。(報告57)
- ・逆上がりが全くできそうにない体の大きな高学年児童への効果的な指導方法を教えてほしい。(報告100)
- ・跳び箱が全く跳べない児童への指導方法や支援の手順について教えてほしい。(報告103)
- ・鉄棒運動やマット運動の指導法で悩んでい

る。例えば鉄棒運動である。高学年で体が大きく逆上がりができない児童は、補助するのも難しく、補助具もうまく使えない。また、難易度の高い技（ヒコーキとび下りや前方片ひざかけ回転など）を指導するときにはどのように補助し、指導にあたればよいか分からない。マット運動でも同じように前転や後転をするにしても、うまく回れない児童や難易度の高いしんしつ後転や倒立前転にチャレンジする児童に対して、どのように補助や指導をすると効果的かを教えていただきたい。（報告 117）

- ・「てつぼうあそび」では、保育園や幼稚園での経験がある子、こつをつかんでいる子はスムーズに行えた。しかし、体重や経験不足、運動が苦手などの理由により、鉄棒に乗って、手で自分の体重を支えることが難しい子もいる。補助をして授業を行うが最終的に1人でできるようになるためにどのような練習をさせたらよいか。
- ・「マットあそび」で、体を丸めてきれいに前転や後転を行わせたいと思い、補助として、マットを丸めたものを挟んだり、ロイター板をマットの下に入れたりしている。最後にしやがんだ状態で回転できない子や寝転がってしまう子など、自分の体をうまく使えない子にはどのような指導を行うと10時間完了など決められた時間でこつをつかむことにつながるのか。（報告 123）
- ・跳び箱の際、恐怖心を無くし、跳べるようになる方法。低い段数や馬跳びを練習しようとしても、恐怖心から、またぐことしかできない生徒への指導方法。（報告 142）

### (9) その他

器械運動の苦手な教師による指導、指導研修における講習内容の精選、怪我事例の情報を求めている。

- ・自分は、鉄棒がとても苦手です。小学校2年生でもできる技ができません。授業では、できる子どもを使って、手本を見せるわけですが、

感覚を子どもたちに伝えにくいことが多くありました。指導者が苦手な種目では、どのように指導していけばよいのでしょうか。また、感覚やコツなどどのように指導していけばよいですか。（報告 11）

- ・器械運動について、今の学校に転勤し、体育主任となってから、マットとび箱運動を強化させるために、マット・とび箱強化月間という期間を設けました。その期間には、片付けや準備で時間を取られないように、全学年がとび箱かマットに取り組み、使えそうな学習カードを配ったり、技の行い方を書いた紙などを体育館に掲示したりしています。実際に自分が指導を行う場合は、今までの研修で得た知識などを使って、効果的な補助の仕方やどこに気を付けて行わせればよいか分かっているの、指導できます。しかし、全学年の先生にそのすべてを伝えようとする資料が多くて、他の先生の見る意欲もなくなってしまいます。器械運動指導で絶対にはずせないという内容があれば、それについて、他の先生方に広め、学校全体で子どもの力を伸ばしていきたいので、教えていただきたいです。（報告 41）
- ・器械運動のケガの防止について、質問があります。器械運動ではどの種目もケガが多いので、まずは他の学校ではどのようなケガの事例があり、防止するためにはどのような声掛け、手立てを行っているのかを知りたいです。私が実践している授業の中では、壁倒立を行う際に、着手の位置と壁の間隔とが狭く頭を壁にぶつけることがあるので、着手の位置は少し遠く、目線をマットに、足の振り上げ方は片方ずつゆっくり行う、ということなどを指導しています。そして、自分の体重を支える腕力のない生徒や、逆さになる感覚がわからない生徒には、壁に向かって倒立をすると危ないので、腹を壁のほうに向けて下から足でよじ登り、逆さになる感覚だけをつかませ、実際の倒立は補助をしてもらって行うということに限定する場合があります。また補助が正面にいと振り上げ足がぶつかるといふこ

ともあるので、必ず2人で左右から腕を出して支えるようにしています。たくさん工夫をしているつもりでもケガが起こることがあります。しかし、どのような状況でケガが起こるのか想定をしていないと防止するための工夫ができません。ぜひ事例を教えてください。(報告88)

### 3 コツやカンを伝える指導方法論体系において教師の問題意識はどこにあるのか

#### (1) 動感指導の指導方法論の問題領域

ここでは、発生論的運動分析の視座に立つ運動指導方法論の問題領域において(金子, 2005), この調査において報告された教師の要望や問題意識がどの領域に関係する問題であるのかを整理する。発生論的運動分析とは、我々が動きかたを身につけようとするときに体験する身体性をもつ動感世界をそのままの形で捉えようとするアプローチである。そこでは、学習集団のマネージメントなどの全体指導の問題ではなく、個別の問題に焦点が置かれている。この動感指導の方法論の問題領域の概略を説明する。

問題圏は大きく3つになる(図3)。一つ目は、

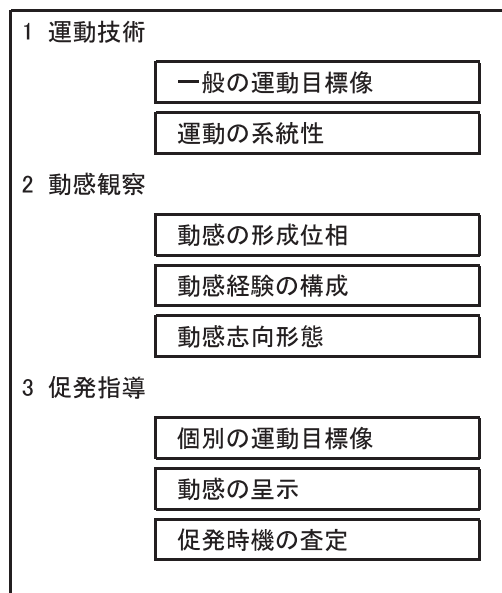


図3 動感促発指導の方法論の問題領域

※文献5の「促発身体知の形態発生分析論」(pp.103-251)から作成した。

教材にする運動にはどのような種類の動きがあり、それらのコツやカンはどのようなつながり関係にあるのかという、運動技術の理解に関する問題である(金子, 1982, 1984, 1987)。二つ目は、子どもがどのように動いているのかをとらえて診断するという運動観察の問題。三つ目は、動感がうまく作動するように個人に合わせて具体的な指導を組み立てる促発指導の問題である。

「一般の運動目標像」(金子, 2005, pp.106-115)とは、一般が目指す技の種類、同類技におけるタイプ、変形技や変形タイプのこと。「運動の系統性」とは、コツやカンの類似性と変化発展への関係性である。

「動感の形成位相」は、学習者がどの位相にあるのかの判断の問題である(金子, 2005, pp.158-168)。その内容は「慣じみ」をつくる段階、試行錯誤の手がかりとなる動感をつくる段階、まぐれをつくる段階、コツやカンを選別洗練する段階、意識下で自在にできるようにする段階に区別される。「動感経験の構成」とは、当該の学習技につながる類体験や身につけている動感と、その身につけられ方(金子, 2005, pp.168-191)である。その形は例えば、困難な状況で見せる動きや咄嗟に出る動きに現れたりする。「動感志向形態」(pp.191-214)とは、どのような動きをしようとして・どのような感じでやっているのか、どのようにしたいが・どのようになってしまうのか、といった動きの内実と現れの構造的理解である。

「個別の運動目標像」とは、どんな動感を、どのような運動課題で気づきを促し、最適な目標像に近づけていくのかを構想することの問題(金子, 2005, pp.214-232)。「動感の呈示」(金子, 2005, pp.233-244)とは、動くイメージが身体から湧いてくる示範や映像や言葉の工夫。「促発時機の査定」(金子, 2005, pp.245-251)とは、「できない感じ」の動きから「できる感じ」の動きへの質変化を感じとり、次のステップへ進める判断である。

これらの問題領域は絡み合い構造を成すので、例えば指導法を構想するときには運動課題の知だけでなく、全ての問題領域の知を作動させて綜合することになる。

## (2) 動感指導方法論の問題領域における教師の志向

報告内容の大きな特徴は、①安全で効率のよい授業組織と、②運動課題と指導の順序、補助への関心が高いことである。一方で、技能に応じた指導法を選択したり工夫するための前提となる運動観察については、学習成果の評価に関することが多く、つまずきの内実を積極的に捉えようとするよりは対処療法的に解決する手段を求めるところがある。

このような特徴を動感指導方法論の問題に当てはめると、教師はコツやカンの促発指導をしたいという思いは強いが、その前提となる個別の運動感覚をよく理解することへの志向は高くないと考えられる。

個人の運動感覚の世界を理解に基づいてこそ、即時対応で個人に最適な運動課題をアレンジすることが可能になる。それには観察者の身体性経験が基礎となるので(金子, 2005, p.151, p.199), 観察者である教師がどのような身体経験を蓄積する必要があるのかを検討するとともに、どのような身体性経験が蓄積されているのかを調査すること求められよう。このことについては今後の研究課題である。

## IV 研究のまとめ

学習目標技の設定、技能に応じた学習課題と学習手順、技につながる運動遊びや導入運動、意欲が湧く運動課題、安全な運動課題に関する知識技能を求める声が多い。運動観察は、つまずき分析よりも成果評価への志向が強く、目標運動像と運動課題をアレンジするための知識技能を求める声が多い。動感観察の基礎となる観察者の身体性経験の検討と調査分析が望まれる。

## 付記

本研究は、学術研究助成補助金(基盤研究(C)課題番号19K11574)による研究成果の一部である。

## 謝辞

資料の収集にあたっては、森勇示教授(愛知教育大学)、鈴木一成准教授(愛知教育大学)に多大な協力をいただいた。ここに記して心からの謝意を表したい。

## 文献

- 1) 石日本スポーツ振興センター: 学校管理科の災害 令和元年版 帳票 11. (日本スポーツ振興センターホームページ「学校安全 Web」<https://www.jpnsport.go.jp/enzen/Portals/0/enzen/kenko/jyyouhou/pdf/R1saigai/R1tyouhyou11.xlsx>) (アクセス 2021 年 1 月 31 日)
- 2) 金子明友: 教師のための器械運動指導法シリーズ マット運動, 大修館書店, 1982.
- 3) 金子明友: 教師のための器械運動指導法シリーズ 鉄棒運動, 大修館書店, 1984.
- 4) 金子明友: 教師のための器械運動指導法シリーズ 跳び箱・平均台運動, 大修館書店, 1987.
- 5) 金子明友: 身体知の形成 下巻, 明和出版, 2005.
- 6) 中央教育審議会: 「令和の日本型学校教育」の構築を目指して - 全ての子供たちの可能性を引き出す, 個別最適な学びと, 協働的な学びの実現 - (答申)」(文部科学省ホームページ [https://www.mext.go.jp/content/20210126-mxt\\_syoto02-000012321\\_2-1.pdf](https://www.mext.go.jp/content/20210126-mxt_syoto02-000012321_2-1.pdf)) (アクセス 2021 年 1 月 31 日)

資料：全回答

【H 25】

- 1 「跳び箱運動の補助」について。学習指導要領には、1・2年生は「健康・安全に気を配ることができるようにする」、3年生は「健康・安全を確保できるようにする」との趣旨の内容が明記されているが、その違いを授業でうまく形にできないことに悩んでいる。きちんとした補助ができなければ事故につながると思うため、参考となる実践例があれば教えていただきたい。
- 2 身体的な理由（体重に対して握力が少なすぎる、腕力が弱く腕で体を支持できないなど）で、鉄棒にぶら下がれない子や補助してあげても鉄棒上にいられない子に対しての指導方法。
- 3 先日、我が子の体操教室の見学に行くと、10名ほどのグループに1名のコーチがついて活動を行っていた。跳び箱の授業を行っていたのだが、5段、6段から8段まで、さらには縦置きから横置きまで、コーチが一人でセッティングしていた。その跳び箱を扱う様子は、跳び箱の重心をしっかりとらえ、軽々と跳び箱を回したり、動かしたりしていた。跳び箱の運び方やセッティング時に素早く合理的に運ぶ方法を教えていただきたい。
- 4 小学校中学年。マット運動で開脚前転をやっている、ロイター板を使って坂にしたり、マットを半分に折ったりしたときにはできる子をそこから一歩伸ばすためにとても苦戦している。とび箱運動で恐怖心から跳べない子にロイター板だけを使っての踏み切り練習やとび箱の上から手で押して下りの練習など段階的にやっているつもりでいるが、なかなか恐怖心を取り除いてあげることができないでいる。
- 5 マット運動には、様々な技があるが、技の選択は個人で行わせている。その際、選択した技が多岐になってしまう傾向がある。その時間にその技を行っている児童が一人しかいないということもしばしばある。このような時に、一人で課題設定や練習方法の工夫を行わなければならない。マット運動の知識が乏しい小学生にとって、一人で課題設定や練習方法の工夫をすることは非常に困難である。グループ学習やペア学習の形態をとったこともあるが、練習に入るまでに時間がかりすぎてしまい、十分な運動量を確保することができなかった。マット運動の効率的な指導の仕方が知りたい。
- 6 中学校に進学するまでには、全員「逆上がり」を習得させたいという願いをもっている。これまでの経験の中で、体格が大きい児童はなかなか逆上がりができるようにならない傾向があると感じている。体格が大きい児童にどのような指導をしたら逆上がりができるようになるのかが知りたい。また、効果的なトレーニングがあれば、それについても知りたい。

【H 26】

- 7 器械運動で、できない子ができるようになる、あるいは、できそうな感覚がつかめる「魔法の言葉掛け」をいろいろ知りたい。（マット運動の後転、倒立、鉄棒運動の逆上がりなど）
- 8 鉄棒運動で手にまめができ、意欲を損なう児童が多い。これを防ぐための手軽な教具の工夫があれば知りたい。
- 9 鉄棒運動で、後方ひざ掛け後転のように、体を後方へ倒す動きが怖くて、いつまでも感覚がつかめない児童がいる。また、体が大きいので、補助も難しく、まして児童同士では練習ができない。何かよい手はあるか。
- 10 教育課程で、「鉄棒」の時間数が少ないため、なかなか逆上がりやそれ以上の難度の技は学校体育だけでは難しく、放課に行ったり、家庭での宿題に出したりすることがありますが、少ない時間の中の効率的な良い指導法を知りたいです。
- 11 自分は、鉄棒がとても苦手で、小学校2年生でもできる技ができません。授業では、できる子どもを使って、手本を見せるわけですが、感覚を子どもたちに伝えることが多くありました。指導者が苦手な種目では、どのように指導していけばよいのでしょうか。また、感覚やコツなどどのように指導していけばよいですか。
- 12 鉄棒運動の苦手な生徒への支援について。鉄棒運動の実践において、どうしても体重が重い生徒に技を習得させることができない。補助具などを利用して回転する感覚を味わわせることができて、自ら体を引きつけ自力で回転させるまでには至らない。運動が苦手な思っている生徒だからこそできる喜びを味わわせたい。成功事例や具体的指導を学びたい。
- 13 逆上がりにつながる遊びには、どんなものがあるか。
- 14 小学校体育における、逆上がりの指導について、低位の児童をどうステップアップさせればよいか悩むことが多い。ぶら下がったり、腰を引きつけたりすることが全くできない児童をどう1時間興味を持たせていけばよいか。
- 15 中学校では行うと思いますが、小学校の跳び箱運動では、「前方倒立回転跳び」は、けがなどがこわくてやらせていません。どの程度の技までやらせてもよいのか知りたいです。
- 16 マットや跳び箱の集団演技（シンクロ演技）を見たことがあります。指導に当たって気を付けた方がいいことや練習方法を知りたいです。

- 17 鉄棒の授業について（小学校2年生）. 逆上がりをするときに、鉄棒に体がつけれられない子や逆上がり機を使ってしかできない子に対しての指導の工夫を教えてください。また、鉄棒をしているときに、手を離して落下し、大けがをしないようにするための工夫を教えてください。
- 18 マット運動の倒立前転をさせるためにどのような場の設定の工夫をしているか。
- 19 鉄棒の数が少なく、待つ時間が多くなってしまふ。待っている児童にはどんなことをさせるとよいか。見て学ぶことも大切であると、思うが、1年生の場合じっとしていることが難しい児童もいるため。
- 20 マット運動につながる遊びには、どんなものがあるか。
- 21 体が大きく、まえころがりができない児童をできるようにするには、どうしたらよいか。（補助運動や段階的な指導方法、有効な教材・教具を教えてください。）
- 22 開脚とびこしができない児童を短時間で（6時間完了）できるようにするには、どうしたらよいか？（補助運動や段階的な指導方法、有効な教材、教具を教えてください。）
- 23 とび箱運動につながる遊びには、どんなものがあるか。
- 24 器械運動の授業では技能 レベルに応じて段階的に技の練習ができるよう様々な場を用意して実践をしている。「新たに技ができた」「恐怖心がなくなった」などの一定の成果を上げることができたが、その一方、準備・片付けにかかる時間と労力が課題として残った。技能レベルに応じて段階的に技の練習ができる場の合理的な設定方法について知りたい。
- 25 跳び箱の学習の流れとして、1時間に1つの種目（とびかた）に絞り、学習を進めると、学級でめあてが共有でき話し合いや教え合うことができます。しかし、学習時間を考えると複数の技を1時間に取り組む方がよいのでしょうか。上記の種目でのお組み合わせ方や場の工夫でのポイントがあればご指導をお願いします。
- 26 跳び学習では、児童への安全面での配慮をしっかり行いたいと考えます。個人の能力差に応じて場の設定を変え、教師は補助につこうと考えています。特に、チャレンジ種目で教師の補助のポイント、授業での立ち位置、とばせ方のこつのご指導をお願いします。
- 27 器械運動の補助の仕方を知りたい。（マット、鉄棒、跳び箱）高度な技だけではなく、逆上がり（鉄棒）や開脚跳び（跳び箱）なども。
- 28 雲梯の練習で、腕力がないまま、体が大きくなってしまい、ぶら下がることができても、前に進めなかったり、すぐ落ちたりする児童が多くいます。効果的な練習があれば教えてください。
- 29 マット運動の指導において、肥満でおなかが出ているため、前にかがめない子が時々います。そのような子は運動経験が少なく前転がなかなかできません。けがはさせたくないのですが、できるようにもさせたいです。どのように対応すべきか、どのように指導したらよいか教えてください。
- 30 マット運動の指導において、運動経験が少ないために後転ができない子がいます。そのような子にはロイター板で下り坂を作ってそこでやらせることによって回転スピードを上げてできるようにさせるやり方をよくします。結構できるようになりますが、それでもできない子が時々います。どのような指導が効果的か教えてください。
- 31 マット運動などで生徒が取り組む種目の数が増えれば、生徒は自主的に活動をしようとするが、個に応じた細かい指導が難しくなり、技のポイントが掴めずに、段階を踏んで練習に取り組めない生徒が見られ、安全な練習方法がとれない生徒も見られた。そういった時のより良い指導法などを学びたい。
- 32 マット運動において、前転や後転でつまずき、その先へ進めない生徒への学習意欲の継続を図るような支援の方法について。
- [H 27]**
- 33 跳び箱遊びやマット遊びの授業において、低学年だと、出したり、しまったりの時間がかかり、いろいろな場の設定が難しいので、その工夫について。
- 34 鉄棒運動の前回りに対して恐怖心をもっている児童に対する指導や補助はどのようにしているか。
- 35 鉄棒運動での運動量の確保のために、どのような授業の流れにしているか。
- 36 鉄棒運動の連続技の練習に使用している器具で有効なものは何があるか。
- 37 馬跳びはできるのに跳び箱になると跳べなくなる児童に対しての補助はどのようにしているか。
- 38 跳び箱に手をついたあと、なかなか体を前に押せない児童に対して、どのような補助運動を取り入れているか。
- 39 マット運動について、倒立や倒立前転など、大きな怪我の危険がある活動に抵抗を感じる児童が多数います。ある程度の緊張感は確保しつつも、児童が意欲的に取り組めるようになる手立てがあれば教えてください。

- 40 鉄棒の実践について。(小3)授業時間が限られている中で、どのくらいの課題を与え、どの程度できるようにして、どのように評価をしたらよいか聞きたい。鉄棒の技を練習させ、できるようにしてあげたいと思うと授業時間が足りない。5時間完了の単位では、いろんな技に挑戦するだけで終わってしまえる喜びと達成感を味わわせることができずに困っている。3年生の段階では、難しい技までできるようにする必要はないが、技能の評価をしようと思うと、課題設定をどの程度にしたらよいか悩んでいる。授業では、学習カードを使って技を知らせ、練習に取り組んでいる。簡単にできる技から、少し難しい技までカードで紹介しているため、子どもたちは意欲的に取り組むことができる。しかし、逆上がりなどの技をできるようにさせたいと思うと補助やアドバイスの時間がかかってしまう。結局、できる技の確認に終わってしまい技能を評価することになるので何かよい方法はないのか聞きたい。
- 41 器械運動について。今の学校に転勤し、体育主任となってから、マットとび箱運動を強化させるために、マット・とび箱強化月間という期間を設けました。その期間には、片付けや準備で時間を取られないように、全学年がとび箱かマットに取り組む、使えそうな学習カードを配ったり、技の行い方を書いた紙などを体育館に掲示したりしています。実際に自分が指導を行う場合は、今までの研修で得た知識などを使って、効果的な補助の仕方やどこに気を付けて行わせればよいか分かっているの、指導できます。しかし、全学年の先生にそのすべてを伝えようとすると資料が多くて、他の先生の見る意欲もなくなってしまいます。器械運動指導で絶対にはずせないという内容があれば、それについて、他の先生方に広め、学校全体で子どもの力を伸ばしていきたいので、教えていただきたいです。
- 42 器械運動(跳び箱運動)において、技能差ができたときの下位教材の場の設定について。本校の器械運動の授業を見てみると、一方では発展技の「前方倒立回転」を習得しようとする生徒、もう一方では「台上前転」を習得しようとする生徒がいる。このように、習得技にかなりの技能差ができたとき、スモールステップで技を習得するための下位教材の場があまりに多くなると、準備に時間がかかったり、スペースがなくなったりすることがあった。技能差ができたときの効果的な場の作り方について教えていただきたい。
- 43 器械運動について。能力の高い生徒たちに、前方倒立回転跳びや首はね跳びなど高度な技に挑戦させているとき、けがが心配で補助に入るようにしているが、そのときに他の生徒を見きれていない。T Tを組むだけの人数もない場合、どのように指導するべきか。また、器械運動で鉄棒の取り扱いをしている学校はどのくらいあるか。
- 44 マット運動において、図説のレベルをすべて教えようとすると、時間がかかったりことや危険度が増したりするが、その上で安全に行う方法。
- 45 器械運動の平均台において、技の難易度と評価の仕方について。
- 46 器械運動では、子どもたちが各自の能力に合った技を選んで演技構成を考える活動をよく行っている。評価をするときに、技のできばえだけでなく、技の難易度も考慮して評価する必要があると思うが、できばえと難易度をどのようなバランスで評価すればよいか。
- 47 中学校1年生男子を担当しているが、中学生・高校生向けの跳び箱の5段を開脚とびで跳べない生徒が数名いる。マット運動では、倒立ができない生徒や開脚技を満足にできずに進学してくる生徒も多い。マット、跳び箱運動では、どの程度の技まで取り扱っているか。
- 【H28】**
- 48 小学校高学年で、逆上がりができない児童に対する効果的な指導方法。
- 49 鉄棒の授業を行うと腕の力が弱い子が多いのがわかる。腕の力をつけるためにどのようなことを行うとよいかを知りたい。楽しく行うことができる方法を知りたい。
- 50 跳び箱に対する恐怖感を取り除く魔法を教えてください。
- 51 鉄棒ができない児童へはどのように教えればいいのか。授業時間だけでは、できる子とできない子の差があるので、できる子は飽きてしまう。できない子もずっとやっつけていてもできないので、飽きてしまう。体が大きくなってきたらもっとやれなくなるのではないか。
- 52 マットや跳び箱の個別指導について。マットや跳び箱が苦手な児童に、個別に教えることがあると思います。そのとき、マットや跳び箱を何段も跳べる児童にどのように指示を出していいかわかりません。また、個別指導をしていると、跳べる児童に目がいかないため、安全の配慮にかけると思い、なかなか個別指導がしにくいです。何かいい方法があったら教えてください。
- 53 跳び箱を指導する際に、踏み切り足がどうしても合わない児童がいました。跳び箱に対する恐怖心があったので、跳び箱にマットをかけて表面を柔らかくしたり、補助についたりしながら不安を取り除くようにしました。しかし、いざ一人で跳ぼうとするとなかなか思い切った踏み切りができずに、跳び箱の前で減速してしまいます。どのような練習方法があるでしょうか。また、どんな声かけをすると効果的でしょうか。

- 54 マット運動で倒立をしようと背中を打ったり、頭を打ったりしてしまう。倒立をしようとすると、体が丸まってしまって壁に背中を打ちつけてしまったり、腕がぐにゃっと曲がって頭を打ってしまったりする児童がいる。また、そもそも頭が下がる逆さ姿勢ができない児童もいる。
- 55 鉄棒やとび箱運動の補助の仕方。鉄棒運動はたくさんの種類があり、教育課程では年間数時間程度である。その中で、できなかったことができるようになったという達成感を味わわせるためには、教師の補助が不可欠である。また、とび箱運動もちょっとしたコツや補助でできるようになるので、どのような補助をするとういのか。
- 56 鉄棒運動について。鉄棒運動に苦手意識をもっている児童は多いと思います。恥ずかしながら、自分でも全ての技を完璧に行うことができません。高学年になれば技の難易度も上がってきます。自校には、鉄棒運動に関わる補助器具が少ないため、十分な指導ができていないのが現状です。基本的な技の習得方法として補助器具等がなくても、身近なものを使って鉄棒運動の感覚を得られるようなものや様相が変わるアドバイスの仕方などがあれば教えてください。
- 57 体重が重く、開脚跳びもできない生徒への跳び箱の指導はどのようなものが適切か。
- 58 器械運動において、生徒が意欲的に取り組む場の設定について教えてほしいです。
- 59 マット運動では、ほん転技群への取組に大きな不安を感じている。技に挑戦することでできた喜びを感じてほしいが、接転技群に比べ、挑戦することで、大きなけがにつながる心配も非常に大きい。当然、生徒一人一人の技能の習得状況や性格等を見極めることが大切であるが、補助を受ければ技ができる生徒に対し、補助なしで挑戦させるべきかの判断に迷う時がある。
- 60 跳び箱・マット運動では、どうしてもケガが起ってしまう。ケガをしないための安全な環境作りを心がけ、マットを多く敷いたり、ストレッチや体を温める運動を多く取り入れたりしているが、ケガの予防に効果的な指導法はないか。
- 61 「器械運動（跳び箱運動）においても技能差ができたときの下位教材の場の設定について」本校の器械運動の授業を見ていると、一方では発展技の「前方倒立回転」を習得しようとする生徒、もう一方では「台上前転」を習得しようとする生徒がいる。このように、習得技にかなりの技能差ができたとき、スモールステップで技を習得するための下位教材の場があまりに多くなると、準備に時間がかかったり、スペースがなくなったりすることがあった。技能差ができたときの効果的な場の作り方について教えていただきたい。
- 62 マット運動の後転において、首が硬く頭が入らない生徒への指導の仕方。へそを見る、ゆりかご、勢いをつけるなど図説にのっている指導法は実践したが、首が曲がらなかつたり、背中が曲がらなかつたりする生徒が、後転のかたちにはなるが、ごこちない後転になってしまう。体が硬く、後転系が苦手な生徒への指導方法を教えてほしい。
- 63 マット運動の伸膝後転の指導の仕方。マットを重ねて高さを変える、手をつく位置や目線など、図説にのっている指導法は実践した。片方の足が伸びていても、もう片方の足が曲がっていたり、膝が少し曲がったりする状態までは、できるようになるが、両膝が真っ直ぐ揃った美しい伸膝後転ができるまで指導することができない。良い指導方法があれば教えてください。
- 64 跳び箱運動の補助の仕方。学生の時、体操教室のボランティアをしていた。幼児や小学生の補助は体格差も力の差もあるのでできたが、中学生は、段数も高く体も大きいので補助が難しい。また、指導者が補助ができて、手がかけられる生徒に限られる。生徒同士で有効な補助の方法を教えてください。
- 65 マット運動。女子でどうしても開脚前転のできない生徒、起き上がれない生徒にどのような指導、アドバイスをすることがよいのか。
- 66 器械運動では、できる生徒、できない生徒の2極化する傾向がある。それに応じてどのように練習方法を指示するとよいのか。また、段階別にどのような場の工夫をしたらよいのか。
- 67 マット運動・跳び箱運動で、主運動につなげるウォーミングアップの例
- 68 器械運動について。技能の高い生徒は、より発展した技の成功を目指して指導をしたいと考える。しかし、器械運動においては、技能の差が大きく、基本的技能の定着を図るためには、多くの声かけや指導が必要である。発展した技は、指導者が近くで指導していないと安全面での心配が残る。このような場合にどのような指導をすればよいかを教えてください。
- 69 マット運動の授業は、どのような流れになっているか。
- 70 マット運動のスキルテストの内容。その評価の仕方。
- 71 マット運動の補助道具には、どのようなものがあるか。（膝伸前転、膝伸後転、側方倒立回転）
- 72 器械運動を行う際に、今年度は倒立前転を課題にしたが、恐怖心で背中が丸まってしまふ生徒がたくさんいた。このような生徒にはどのような補助をしたら良いのか。



- 73 器械運動では、基本的な技の習得を目指した授業になりがちになってしまい、個人で活動することが多くなるが、言語活動を中心とした授業を行う場合には、どんな内容にしたら良いのか。
- 74 マット運動. マット運動は、「好き」「嫌い」がはっきりしているため、「できない」と苦手意識をもちやすい。また、小学校での失敗体験がトラウマとなり、挑戦意欲が低い生徒もいる。逆に、「できなかった」技ができるようになったり、技の完成度を高めたりして、達成感や喜びを味わうことができ、意欲的に取り組む生徒も多い。このように、やる気のある生徒と、ない生徒の差が大きく、うまく活動できないということがある。意欲的な生徒は、うまくやりたいという気持ちから、「先生見てください。」「この技はどうやってやればいいのか教えてください。」と、とても積極的に活動している。また、教師側の声かけにも素直に耳を傾け、できないことを克服しようと挑戦することができる。しかし、マット運動に対して苦手意識のある生徒は、教師側が意図的に声かけをしないと活動することができない。変化が見られず、少しでも上手くいったときにこそ声をかけることを意識して行っているが、そこから先への挑戦意欲を高めることができない。意欲的な生徒は先生にどんどん見てもらいたい、しかし、苦手な生徒にも声かけをして活動してもらいたいと、どちらも見ないといけない状況をどのようにすると一番よいのか悩んでいる。そこで互いに教え合い、高め合えるようグループで取り組む活動を主に授業展開を行った。補助をしたり、かわり合ったりしながら取り組む姿が見られた。しかし、意欲がある生徒にとっては物足りず、教える時間が長くなることで、運動量も少なくなってしまう。このような状況でどのように進めていくとよいのかを教えてください。また、高いレベルの技ばかりをやりたがり、自分に合った目標を立てられない生徒に、どのように基礎基本を定着させるかも課題である。学習カードをつくり、スモールステップで行えるよう心懸けているが、見栄えのよい技ばかりを行い、結果的に基本の技ですらままならなかったという生徒がいた。自分の目標を明確にもてず、力をつけさせることができなかった。これから先もいろんな種目をやっていく上で、意欲は継続させていきたいが自分に合った目標を立てて行くには、教師としてどのように支援していけばよいか教えてください。
- 75 体重のすごく重い生徒に対する、器械体操・マット運動の授業での配慮の仕方。前転・後転すらも首に負担がかり過ぎていて危ないような生徒（肢体不自由や障害ではない）に、どのような支援をしていけばよいかを教えてください。
- 76 1年生男子の器械運動(跳び箱)の授業を行っています。種目は開脚跳びと台上前転を中心に取り組んでいますが、開脚跳びができない生徒が非常に多いです。技能ポイントは着手の位置とロイター板の使い方、頭・腰の移動の3点を教えました。他にポイントがあれば教えてください。
- [H 29]**
- 77 跳び箱やマットの準備に時間がかかってしまう。早く準備させるにはどのようにしたらよいか。
- 78 これまでの体育の授業を振り返ると、どの単位においても、器具の準備や場の工夫を行う際に、担任一人では、かなりの時間を要してしまう。特に低学年では、跳び箱やマットを使用する授業では、準備片付けの時間を含めると活動時間が思うように確保できないのが現状である。効率よく、また、児童が安全に準備片付けができるような手立てや工夫を知りたい。
- 79 マット運動で、前転や後転など回れてもまっすぐに回れない子どもの場合、どのような指導をしたらよいか。
- 80 マット運動における側方倒立回転の補助の仕方(教師の位置、具体的な方法)。倒立は壁を使って練習しながら、足が上がるようになったら2人組で練習することができますが、側転の場合は、どのように補助すれば腰や足をうまく上げられるのか、教師の補助をする時の位置など具体的に教えていただけるとありがたいです。
- 81 マット運動において、側方倒立回転の有効な練習方法。小学生の頃にマット運動の経験が少ない生徒が中学生でできるようになるのが、一番難しいマット運動の技が側方倒立回転のように思う。小学生の頃に比べて体が大きくなっている分、恐怖心も大きいのか、腰が引けてしまい足を高く上げることができない生徒が多い。よい練習方法があれば知りたい。
- 82 マット運動で補助をする際、補助具がないため、補助者は、教師のみ行う。そのため、生徒の長蛇の列ができ、運動量の確保が十分にとれない。この場合の改善点を知りたい。また、有効な補助の仕方を習得したい。
- 83 器械運動のマット運動の授業について悩んでいることがあります。1年生で倒立前転を指導するのですが、体の大きい生徒は補助が大変で安全な補助が難しいと感じています。倒立の状態になることも難しいです。何か効果的な指導方法があれば教えてください。
- 84 跳び箱運動の開脚跳びで、もう少して跳び越すことのできる児童への補助の仕方。あと少して跳び越せるけれど、跳び箱の上に乗ってしまったり、おしりを跳び箱のふちですりながらごちなく着地する児童への補助の仕方を教えてください。
- 85 高学年の器械運動では高度な技にチャレンジしたいと思う児童もいます。例えば、5年生の跳び箱の台上前転の実践では、補助の仕方にいつも悩みます。私自身小柄なほうで、高学年の体格のいい子を支えるためにはどうしたらいいのか、よい方法があれば知りたいです。

- 86 跳び箱の授業において、安全な（目配りのできる）器具配置が知りたい。運動量を上げるために、台数は多めに設置するが、活動中の全員が視野に入っているかと言ったらできていない。安全面を考え、なおかつ指導のしやすい器具配置を教えてください。
- 87 器械運動（マット運動、跳び箱）の場づくり。教師一人、生徒40名程度が安全に活動できる場づくりを教えてください。教師が移動する際に背中を向けてしまい、事故を見逃してしまったこともあります。これまでは放射状や、四角にした場づくりもしてきましたが、生徒が安心して活動でき、なおかつ教師が移動を少なく師範できる場づくりの事例などがありましたら教えてください。
- 88 器械運動のケガの防止について、質問があります。器械運動ではどの種目もケガが多いので、まずは他の学校ではどのようなケガの事例があり、防止するためにはどのような声掛け、手立てを行っているのかを知りたいです。私が実践している授業の中では、壁倒立を行う際に、着手の位置と壁の間隔とが狭く頭を壁にぶつけることがあるので、着手の位置は少し遠く、視線をマットに、足の振り上げ方は片方ずつゆっくり行う、ということなどを指導しています。そして、自分の体重を支える腕力のない生徒や、逆さになる感覚がわからない生徒には、壁に向かって倒立をすると危ないので、腹を壁のほうに向けて下から足でよじ登り、逆さになる感覚だけをつかませ、実際の倒立は補助してもらって行うということに限定する場合もあります。また補助が正面にいと振り上げ足がぶつかるといふこともあるので、必ず2人で左右から腕を出して支えるようにしています。たくさん工夫をしているつもりでもケガが起ることがあります。しかし、どのような状況でケガが起るのか想定をしていないと防止するための工夫ができません。ぜひ事例を教えてください。
- 89 鉄棒の授業において、いろいろな技に挑戦する際に、安全に使える教具はあるか。初めての技の練習では、恐怖心が強くなり、なかなか上達できない。また怪我也増えてきているので、技に挑戦しない傾向にある。安心して取り組める教具等があれば教えてください。
- 90 器械運動の分野で、例えば倒立前転や台上前転を行うときに、動きの感じをつかんでほしいと思い、補助に入った段階的に練習の場を作ったりしても、感覚を養えずに終わってしまうことが多くあります。さらに、体格がよい子になると、担任が補助に入ってもできないことがあります。「できた」という満足感が得られるような手立てが学びたいです。
- 91 跳び箱運動において、回転系の基本的な技として「台上前転」「首はね跳び」の評価をとっている。台上前転ができない生徒は、当然だが首はね跳びもできない。1つの技ができない時点で、その次の段階の技もできないことが明白になっている場合、何かよい評価の方法はないか。
- 92 器械運動の授業では、マット運動や跳び箱運動を行うことが多いのですが、跳び箱運動でけがをする生徒が何人か出てしまいました。そこで、他の体育の先生に相談したところ、「跳び箱は危険だからやらない方がいい」という話になりました。確かに危険が多いので、やらなければよいのですが、様々な器械に触れさせることで、その特性に応じた体の動かし方を身につけたり技ができたときの達成感を味わわせたりしたいと思います。安全かつ達成感をもてる跳び箱運動ができればよいのですが、何かよい方法はありますか。
- 93 後転が苦手な生徒は、ななめに回転する経験を多くさせて、回る感覚を経験させればよい。後転はまっすぐできなくても良いと以前聞いたことがある。しかし、中学生でもななめ回転を目標に取り組ませれば良いのか、それとも器械運動の特性である美しく技を行わせることを目標に取り組ませれば良いのか迷っている。
- 94 とび箱運動で、かかえ込み跳びができない生徒への指導方法でよい段階指導があれば知りたいです。
- 95 鉄棒運動（逆上がり）鉄棒運動（鉄棒あそび）は全学年で設定させており、児童による技能の差が顕著に表れる。特に「逆上がりができる、できない」かが、「鉄棒」に対するイメージを大きく左右するように思う。逆上がりの習得が自信となり、その後の鉄棒運動の学習がより充実したものとなると考える。5年間の経験の中で、今まで逆上がりの指導においては、鉄棒に対して自分の腹部（へそ辺り）をできる限り近づけること、また頭を思い切って地面に着くくらいの気持ちで振り下げることに意識させて指導してきた。すぐにできるようになる児童もいるが、次の2点のような児童はなかなかできるようにならない。①思い切りがつかず、頭を思い切って振り下げることができない児童②肥満傾向である児童以上の2点に当てはまる児童に対しての指導に難しさを現在感じており、効果的な指導方法を学びたい。また、それらの児童をはじめ、児童が逆上がりを練習する際に効果的な教具（用意が簡単なもの）があれば教えてください。
- 96 逆上がりを習得させる際、肘が伸びてしまう児童がいた。補助具を使ったり、補助児童の力を借りたりするなどして練習をさせた。補助があればできるが、補助がないとできなくなってしまう。そのような児童にはどのような指導をしたらよいか。単純に経験が足りないのか。
- 97 体育の授業の導入で使える、体幹を鍛える準備運動、体をほぐす準備運動を教えてください。
- 98 鉄棒で後ろ回りができない児童への指導の工夫を知りたい。

- 99 昨年度6年生を担当した。学習指導要領では、高学年の鉄棒運動について「鉄棒運動では、基本的な上がり技や支持回転技、下り技を安定して行うとともに、その発展技を行ったり、それらを繰り返したり組み合わせたりすること」と記されている。学習指導要領解説には「かかえ込み回り」「前方支持回転」「後方支持回転」「安定した後方片膝掛け回転」「前方片膝掛け回転」の5つの技の例示があるが、運動能力の高い児童であってもこれらの習得は容易ではなく、半分以上の児童は支持回転技ができないまま単元が終了してしまった。今年度は3年生を担当している。学習指導要領では「基本的な上がり技や支持回転技、下り技をすること」と書かれているが、現状支持回転技ができる児童は学級内に5人程度という状況である。支持回転技ができるようになれば、児童も鉄棒運動に意欲的に取り組むことができると感じる。効果的な指導方法・補助方法があれば、ぜひ教えていただきたいと思う。
- 100 逆上がりが全くできそうにない体の大きな高学年児童への効果的な指導方法を教えてほしい。
- 101 私自身、鉄棒が得意でないため、見本をあまり示すことができない。上り技や下り技はできても、回転技が苦手なため、特に高学年への指導は技も難しく困っている。鉄棒に適したウォーミングアップの方法や、回転技を教える際の良い指導方法を教えていただきたい。また、低学年のうちこれだけできるようなしておいたほうが良いということがあれば教えていただきたい。運動する楽しさや、できるようになる喜びを子どもたちに味わわせるために、今後も教材研究に励み、日々精進していきたい。
- 102 体育の授業で「とび箱運動」を行いました。基本的な技として開脚跳びとかかえ込み跳びが紹介されています。開脚跳びに関してはほとんどの児童が跳ぶことができました。しかし、かかえ込み跳びは、進行方向に対して縦向きに置いた跳び箱を跳び越せたのが数人しかおらず、跳び箱の上に跳び乗るところまでしかできない児童が多くいました。練習では、跳び箱を横向きに置いたり、段数を少なくしたりと練習場所を設けて取り組みましたが、なかなか効果がありませんでした。かかえ込み跳びを指導する場合、どのような練習場所を設けたらいいのか、また、どんなところにポイントを置き、指導していくのがよろしいのでしょうか。
- 103 跳び箱が全く跳べない児童への指導方法や支援の手順について教えてほしい。
- 104 跳び箱運動に対する恐怖心を取り除く指導の工夫について跳び箱運動が好きな児童は、何度も高い段にチャレンジし、意欲的に楽しんでいる。しかし、跳び箱運動が好きな児童は、何度も高い段にチャレンジし、意欲的に楽しんでいる。しかし、跳び箱を跳ぶことに対して恐怖心を抱いている児童は、適切に踏み切ることができず、身体に近い場所で着手をしてしまう児童が多い。恐怖心を克服できるようなスモールステップによる指導方法を学びたい。また、補助をする際、どのような「手の出し方」「身体の支え方をすると児童が安心して跳び箱運動にチャレンジできるのか」を学びたい。
- 105 跳び箱運動で、なかなか上手くできない児童への声かけを教えてほしい。
- 106 器械運動において、ほん転技群のはね動作を習得させるにはどのような指導をしたらよいか。
- 107 器械運動の授業を行っていく際、効果的な指導法、練習方法、手立てについて教えていただきたい。マット運動において担任している児童の中には、基本的な回転技である、後転がうまく回れない。背中から首にかけて丸めることができずに、頭のとっぺんで回ることになり、ぎこちない後転になる。また、壁倒立は、腰を上げることができないので、肩に体重を乗せることができない。恐怖心の方が先になり、思いきった動きができない。スモールステップでの練習方法や恐怖心に打ち勝てるような声のかけ方や支援の仕方などについて教えていただきたい。
- 108 側方倒立回転の効果的な指導法マット運動の側方倒立回転のポイントを説明するとき、「勢いをつけて手を床に着く」「足を上に振り上げる」「マットを見る」などの説明をしてもそれがなかなか上手くいかない様子が見られた。段階的に進めていくことが効果的であるが、どのような段階を踏んで練習していくと習得ができるのか、指導方法を学びたい。
- 109 以前2年生を担当した時に、マット運動で後転を指導するのに苦労しました。恐怖心のある児童や手がうまくマットにつけられない児童、体がまっすぐ回せない児童など、指導上の課題が多くありました。うまく体を回すことのできない児童には、少し段差を付けて高い所から回らせることで、体が回る感覚が身に付き、多少の改善はできました。他にどんな指導法があるのか知りたいです。体が回る感覚が身に付き、多少の改善はできました。他にどんな指導法があるのか知りたいです。
- 110 マット運動における、主運動につながるマット遊びについて（低学年）  
マット運動では、低学年のころよりマットで転がったり、回ったりすることに親しんでおくことが大切だと感じています。そこで、低学年の時にできる、主運動（前転や後転、倒立）につながる マット遊びの実践例を知りたいです。  
倒立をするために、カエルの足うちや手押しぐるまなどを主運動の前にやると、非常に効果的でした。そのような運動を教えていただきたいです。

- 111 器械運動では、マット運動、跳び箱運動での補助の方法についての知識を深めたいです。器械運動は非日常的な動きを身に付け、その独特の感覚を味わいながら、より難易度の高い技を習得することで達成感や楽しさを味わえるため、技能の向上は必要不可欠なものであると考えています。特に跳び箱運動に対しては児童の恐怖心もあり、けがにつながる可能性も高いため、安全面に配慮し、児童同士でもできる効果的な補助の方法を知りたいです。教師が一人一人の補助をしていては、45分間の授業時間で練習回数を確保できません。児童同士で補助ができれば、学び合いにもつながり、運動量も確保できるので、ぜひ教えて頂きたいと思います。
- 112 マット運動や跳び箱の技はどこまで教えてよいのか。また、各学年で教えていくべき技は何か。低学年では基礎基本をしっかりとやっていかないと高学年での技の発展につながらないと思うので、時間かけて踏み切りや姿勢を意識させていきたいが、時間数に限りがあり、時間をかけすぎるといろんな技をやっていく時間がなくなるので、どこまでこだわって指導していくべきか。今まで高学年を担当してきて、基礎基本ができていない児童が多かったため、今年は低学年の担任なのでどこまで指導しようか悩んでいます。
- 113 器械運動については、恐怖心を抱きながら取り組んでいる児童がいる。このような児童のために、自分は簡易化された運動や安全性の高い運動を取り入れている。しかし、どの子どももっと取り組むことができるようになるための良い方法がないかも考えている。そこで、安心してできる場にはどのようなものがあるか、また、どのような声掛けがあるかを具体的な事例を基に、できるだけ多くのことを学びたい。器械運動は、前転から開脚前転のように、基本技から発展技へとつながるものが多い。今回の実技では、自分が実際に動いてみながら、技と技がどのようにつながっているのかを学んでいきたいと思う。また、児童の運動がどのようになっているかをタブレット動画で確認させている。その動画で、児童自らが課題に気付くことができたら良いと考える。器械運動の場合、どのような場面で、どのようにICTを活用したら良いかを学習したい。また、体育に使えるパソコンソフトがあれば、それも併せて聞くことができたら良いと考えている。
- 114 「とび箱やマット運動などの補助の仕方のコツは何か。」とび箱やマット運動は苦手な児童も多く、上手く補助して成功の感覚をつかませたい。しかし、本や動画で補助の仕方を見ても、具体的な動かし方やタイミングが分からず、上手な補助にならない。補助をする際のポイントやコツを知りたい。
- 115 補助倒立及びかべ倒立について、指導する際に気をつけることを知りたい。例えば、けがにつながる動きや手の置き方など。けがを防止するような指導方法を学びたい。補助倒立について、足首を持つ以外に腰を支える方法を以前学んだことがある。ただ、腰の支え方のポイント（持つ位置や姿勢）がよく分からないので、教えていただきたい。
- 116 マット運動について、様々なレベルの場を設け、スモールステップの連続の中で技能を習得させたいと考えているが、それでよいのか教えていただきたい。また、ほかにどのような授業の進め方があるかについても知りたい。
- 117 鉄棒運動やマット運動の指導法で悩んでいる。例えば鉄棒運動である。高学年で体が大きく逆上がりができない児童は、補助をするのも難しく、補助具もうまく使えない。また、難易度の高い技（ヒコーキとび下りや前方片ひざかけ回転など）を指導するときどのように補助し、指導にあればよいかが分からない。マット運動でも同じように前転や後転をするにしても、うまく回れない児童や難易度の高いしんしつ後転や倒立前転にチャレンジする児童に対して、どのように補助や指導をすると効果的かを教えていただきたい。
- 118 補助について、運動感覚をつかませるために補助によって目指す感覚を感じさせたいが、補助の仕方が分からず、戸惑うことがある。たとえば、跳び箱の時に、跳び箱の横に立って片方の手で腕をつかみ、もう片方の手でももの裏を支え、跳び越せるように送り出すようにしている。しかし、跳び箱を突き放せない児童は、自らの体と跳び箱で手を挟みこむような形になり手首を痛めてしまい危ないと感じることがある。できない理由は児童によってさまざまであると思うので、さまざまな場合による補助の仕方があれば教えていただきたい。
- 119 マットを重ねて使用したり、セーフティマットを使用したりするなど、恐怖心を取り除くための場の工夫や練習をスモールステップで細かく行うなどの取り組みは行っているが、いざ技の練習となると取り組みない児童がいる。そういった児童に対して、恐怖心を軽減させるための効果的な指導方法を教えていただきたい。また、技のポイントやコツを実技で教えていただきたい。
- 120 個々の目標（めあて）の設定について、児童は、どうしても「やりたい」という気持ちが先に出てしまい、目の前の「めあて」を立てることをおろそかにしてしまったりします。例えば、マット運動であれば、後転ができない児童がほかの児童を見て「開脚後転ができるようになりたい」というめあてを立てることもあります。「君はまず後転をきれいにできるようになろう」と声をかけても、開脚後転をやりたがりです。本人は一生懸命なので止めることも疑問に思います。個々にあつためあてを確実に立てさせるために適切な声かけなどがあれば教えていただきたいです。
- 121 鉄棒やマット等で、ポイントは指導できるが、児童に合わせてどこに重点を置けば良いのかは迷ってしまうときがある。児童がどのようなところでつまづいているのか、教師の視点と児童の視点とでの違いを埋めるための方法。また、逆上がりや逆立など授業時間だけでは、どうしても時間が足りないときがある。どのようにしていけばできるようになる児童が増える授業の展開ができるのか。

- 122 器械運動において、児童・生徒相互に補助させることが安全確保になり得るのか。特に倒立指導場面での有効な補助法とそのポイント、各学年における、準備運動や継続的な補助運動の方法。中でも、馬跳びの安全な実施方法と、児童生徒の意欲が高まる指導について。
- 123 「てつぼうあそび」では、保育園や幼稚園での経験がある子、こつをつかんでいる子はスムーズに行えた。しかし、体重や経験不足、運動が苦手などの理由により、鉄棒に乗って、手で自分の体重を支えることが難しい子もいる。補助をして授業を行うが最終的に1人でできるようになるためにどのような練習をさせたらよいか。「マットあそび」で、体を丸めてきれいに前転や後転を行わせたいと思い、補助として、マットを丸めたものを挟んだり、ロイター板をマットの下に入れていたりしている。最後にしゃがんだ状態で回転できない子や寝転がってしまう子など、自分の体をうまく使えない子にはどのような指導を行うと10時間完了など決められた時間でこつをつかむことにつながるのか。
- 124 小学校体育科「器械運動・鉄棒運動」について、学級の児童の数が多く、鉄棒の数が少ない場合、なかなか鉄棒を使って練習をすることができず、授業として活動（体を動かすこと）が少ないものになってしまう。その際、鉄棒を使わなくても鉄棒運動に活かせる運動があれば教えていただきたいです。
- 125 現在2年生の担任をしています。鉄棒で逆上がりをするのが怖く、補助器具を使ってもできない児童が数名います。このような児童には、どのような指導、助言をするのが効果的なのか教えていただきたいです。
- 126 跳び箱運動  
 ・授業展開の仕方  
 ・いろんな技の補助の仕方  
 ・跳び箱運動の場の工夫  
 8～10時間で生徒たちの出来具合に合わせて授業を展開している。これまで教えてきた生徒たちは、小学校に取り組んでいた跳び箱のサイズと比べて中学校にある跳び箱はとて大きく恐怖心を多く持っている生徒が多かった。そのため開脚とびや抱え込みとび、台上前転しか取り組んでいない現状がある。安全面を考えると高度な技はなかなか指導できないし、私自身が得意でないため自信がない。基本的な技だけでなく、跳び箱運動はどのような手順で授業を展開すべきなのか、補助の仕方や場の工夫をどのようにしたらいいのかを学びたい。また、恐怖心をなくすための工夫も学び、自信をもって指導できるようにしたい。
- 127 マット運動、補助方法について。ほん転技群（前方倒立回転とびなど）の補助方法を知りたい。特に、生徒同士で安全に行える補助方法があれば合わせてお聞きしたい。
- 128 マット運動、前転・後転の着手について。着手の際に、手首が内側に入り込んでしまい、斜めに回転してしまう生徒がいる。どのようなアドバイスが有効か、お聞きしたい。
- 129 マット運動、押しつ前転のアドバイスについて。最後まで起き上がれない生徒への、段階的な練習方法、効果的なアドバイスを知りたい。
- 130 ゴムチューブを使用した側方倒立回転の練習を行っている。自分では判断しにくい腰や肘が伸びているかを自分で確認できるようにしたが、身長によってチューブの高さが異なり、準備の時間や手間がかかるなどの問題点があった。別の練習方法はないか。
- 131 マットを丸めた前方倒立回転跳びの練習を行っている。しかし、倒立姿勢がとれず、背中が丸まった状態で倒れてしまう生徒が出てくる。改善点や別の練習方法はないか。
- 132 器械運動について、倒立姿勢がうまく保てない生徒に対してのサポート法は何か。
- 133 器械運動のマット運動について複数での活動方法や発表方法を教えてほしい。
- 134 マット運動では、運動試行回数を保ちながら、言語活動を充実させたり、アクティブラーニングをさせたりする授業実践を教えてください。
- 135 マット運動を行う際の指導法。40人クラスのマット運動の指導で、マットを9枚以上出してグループを組んで行っているが、場所が狭く隣同士が近くなってしまう。安全に配慮しつつ、効率的に活動するためにはどのようなマットの配置にすればよいか。グループ構成についても、同じ課題を持っているもの同士がよいか、そうでない方がいいのか迷う部分があった。グループ学習で配慮することを教えていただきたい。
- 136 教具、マット運動での有効的な教具があれば、知りたい。
- 137 器械運動の安全な指導方法について。器械運動の授業を行う上で一番考慮しなければならないことは、安全に行えるようにすることであると思います。しかし、教師1人で40人近くを常に見ることはなかなか難しいです。なるべく器械運動が苦手な生徒の近くで支援することを心掛けていますが、一方で、器械運動が得意で難易度の高い技に挑戦したい生徒を見ることが難しくなってしまいます。生徒同士で補助をさせたりしていますが、安全のことを考えると、生徒に任せてしまってもよいのかとも思います。有効な指導方法があれば教えていただきたいです。

- 138 安全面について、マット運動の授業において、安全面に配慮した授業を展開する上で大切なことを教えていただきたい。体育科の授業では、けががつきものである。同時に、いかにけがを無くし、安全に配慮して授業を展開していくかも求められている。マット運動の授業を行う中で、首を痛めるけがが多い。けがを無くすために、準備運動を行ったり、段階的な指導をしたり、補助をしたりするが、どうしても失敗してけがをしてしまうことがある。
- 139 器械運動（マット運動）。
- ・マット運動の授業は、どのような流れになっているか。
  - ・マット運動のスキルテストの内容、その評価の仕方。
  - ・マット運動の補助道具には、どのようなものがあるか。（膝伸前転、膝伸後転、側方倒立回転）
- 140 器械運動を行う際の補助の方法について。
- 141 器械運動（マット、跳び箱）の練習方法や補助の仕方、効率の良い場の設定の仕方、子どもに対する補助の仕方を知りたい。
- 142 跳び箱の際、恐怖心を無くし、跳べるようになる方法、低い段数や馬跳びを練習しようとしても、恐怖心から、またぐことしかできない生徒への指導方法。
- 143 マット運動の後転で、両手をマットに着くことができない生徒に対しての指導方法。初めにゆりかごを行ったり、両手でマットを押す力の入れ方の練習を行ったり段階的な指導を行うが、実際に後転を行うと、どうしても手首が負けてしまって両方の手を着けることができない。そのような生徒への指導をどう行うべきか。
- 144 器械運動について、中学校1年生男子を担当しているが、中学生・高校生向けの跳び箱の5段を開脚とびで跳べない生徒が数名いる。マット運動では、倒立ができない生徒や開脚技を満足にできずに進学してくる生徒も多い。マット、跳び箱運動では、どの程度の技まで取り扱っているか。
- 145 器械運動（平均台・鉄棒運動）について。器械運動は、マットや跳び箱が学校に多く用意されているため、運動量確保の観点からその2種目に取り組みせることが多い。しかし、さまざまな運動に触れさせるには、平均台や鉄棒運動にも取り組みせたいと考えている。平均台や鉄棒の台数が少なく待ち時間が長くなってしまうことが予想されるが、それを解消するためのアイデアや、効果的な指導法を教えてください。