

共通体育「器械運動」 (平成元年～平成10年)

本間 崇

A Report of "Apparatus Gymnastics" Class

Takashi HONMA

I. はじめに

この報告は、私が長年携わってきた共通体育「器械運動」の授業の内容に関するものであり、授業の成果とか授業の反省とかを論ずるものではない。

筑波大学では正課体育の科目決定はオリエンテーションで学生の希望によって決定される。器械運動は学生の第1希望で定員30名を満たすことは少なく、第2希望および追加オリエンテーションによって科目決定される学生で定員を満たすことが多い。このために器械運動はさまざまな希望の学生が受講している受講科目である。

数多くある器械運動の技は、金子により技の構造や技術の共通性といった運動類縁性により体系化されている。私はこの体系を基本に長年の授業の経験を生かし改良して授業を行ってきた。授業の内容は、この体系から逸脱していると思われる部分が多分にあるが、学生の技能向上には大変効果的である。さまざまな希望の学生を対象とした器械運動の授業の内容と受講状況の実状を報告するものである。

II. 授業の概要

1) 授業の目標

直立動物である人間は、場所の移動は足で、物の操作は手で行い、常に頭を上にして運動するのが一般である。逆立ちをしたり、でんぐりがえしをしたり、宙返りをしたりする運動は風変わりな運動であり、非日常的、非有用性な運動である。器械運動の技は極めて非日常的運動であり、非有用性の運動であるが、技の中には驚異性・美しさを包含し、運動技能の面からみると、強烈的な運動意欲をおこさせる“巧技”として極めて大きな体育的意義を持っている。器械運動は、この驚異性・美しさを包含した技を習得することにより楽しさや喜びを感じるという特性を持つ。

授業では、このような特性を持つ“巧技”を数多く体験し、喜びや楽しさを味わってもらうのがねらいである。

2) 授業の年間計画

①マット運動

通年（1学期～3学期）

1学期………全課題の説明および実施

2～3学期…授業前半にマット実施

個人により課題技、組み合わせ技を選

扱し練習

②トランポリン運動

- 2 学期……………授業後半に実施
- 3 時間……………基礎種目および基礎種目の応用実施
- 7 時間……………応用練習および段階練習
I・段階練習II・段階練習III実施

③とび箱運動

- 3 学期……………授業後半に実施
 - 5 時間……………反転とびの練習
 - 5 時間……………回転とびの練習
- ※授業の年間計画は年度により多少異なることもあった。

3) 学習内容

器械運動の授業では、学生に運動課題(技)の理解を十分にさせることから始めなければならない。

例えば、“前方倒立回転とび”(前転とび)を練習しようと指示しても、学生はどんな運動(技)なのか理解できない。

“前方倒立回転とび”という技は、“前方”は回転方向の規定詞，“倒立回転”は倒立姿勢で回転する左右軸回転を表し，“とび”は空中姿勢が存在する空中局面を表し、技の全体像を表記していると、言葉で説明し、示範を実施し、技の成功のための“こつ”を説明しても、初めてこの技を体験する学生は、見様見まねで実施しなければならない。また実施上の欠点を指摘しても、自分の身体姿勢がどの

ような経過をとっているかが理解できていないため、なかなか技の修正がうまくできない。

このできない状態からできるようにするため、個人の反復練習と上手な人の実施を観察し、技の運動感覚を養い、自己の想像力を豊にし、自己の“こつ”を生成し、“わかるような気がする”→“できるような気がする”→“できる”→“いつでもできる”→“いつでも上手にできる”というプロセスができあがってくる。

器械運動の授業では、学生に技を成功させるためにはこのプロセスがとても重要であることを説明し、このプロセスを大事にして授業を行っている。

① マット運動

器械運動の特性と回転系・巧技系の技の体系を説明

課題技は個技・個技の連続・組み合わせ技の習得を内容としている。

回転系の()の中の数字は個技を連続して実施する回数

※組み合わせ技の課題技

前転-側転-後転、頭はねおき-とび前転、前方倒立回転とび(前転とび)-側方倒立回転2回

ロングート-後方倒立回転とび(後転とび)、ロングート-後方宙返りが課題技であり、その他に任意の組み合わせ技として

前転-とび前転 前転-頭はねおき 後転-後転倒立 ロングート1/2ひねり-前転とび、等を実施している。

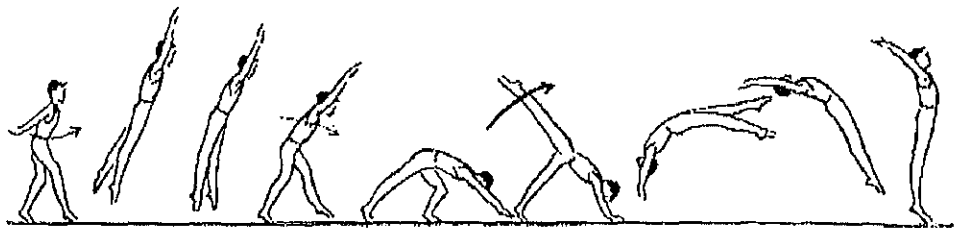
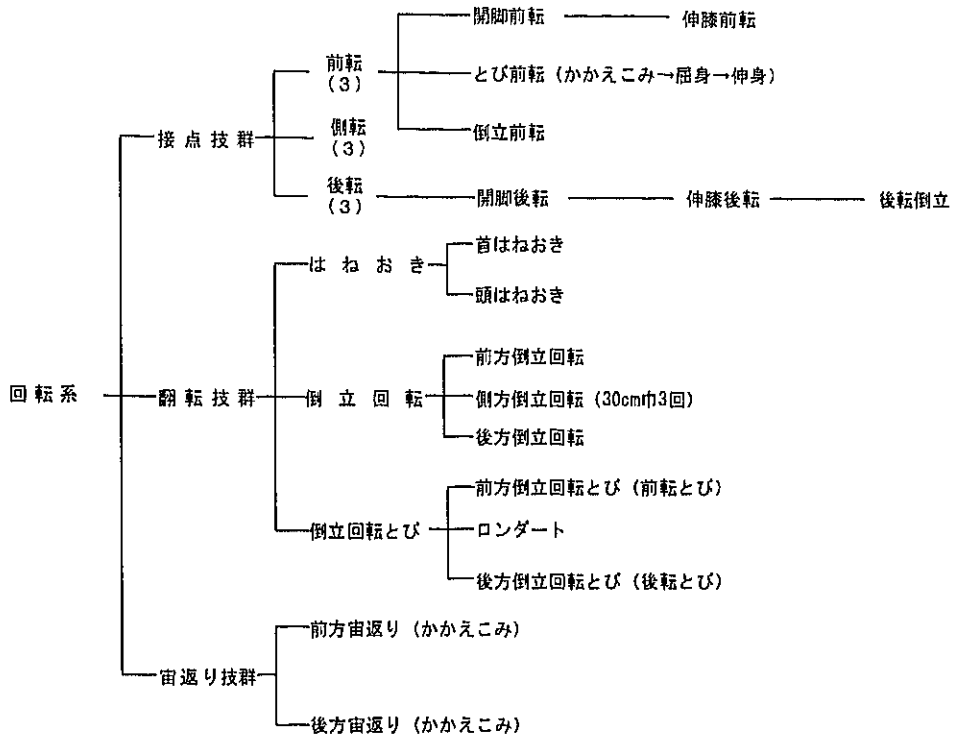


図1 「前方倒立回転とび(前転とび)」の全体図



※回転とは“まわる”という意味の語で、床で転がる回転も空中での回転も、すべて少なくとも一回以上は“まわる”という共通した意味をもつ。

接点技群 体面をマットに順次に接して回転する技群
 翻転技群 手と足だけをマットに接して回転する技群
 宙返り技群 足で踏み切り空中で回転して足上に立つ技群

図2 マット運動の課題技と指導体系—その1—

1学期中に回転系・巧技系の課題技を実施（高度な技は示範を実施）

2～3学期は個人の實力に応じて課題技（個技・個技の連続・組み合わせ技）を選択して練習。

② トランポリン運動

トランポリンの特性と基礎種目の説明
 器械運動の受講理由の中でも「トランポリンをしてみたい」は大変多く、学生がトランポリンを楽しみにしていることが窺える。トランポリンは楽しく運動することもできるが、大変危険な運動であることも最初の授業で説明

基礎種目（垂直ジャンプ・停止・着床技）を十分に実施

③ とび箱運動

支持跳躍運動と反転系(きりかえし系)・回転系の技の体系を説明

反転系……踏み切り後、前方左右軸回転をして着手し、着手後後方左右軸回転にきりかえされるとび方

回転系……踏み切り後、前方左右軸回転をして着手し、着手後も同一回転方向を保ち続けるとび方

とび箱運動は、両足で踏み切り、器械上に両手を着いてとび越す支持跳躍運動のひ

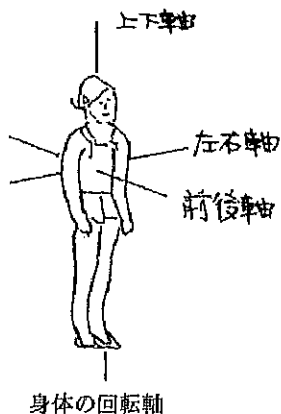
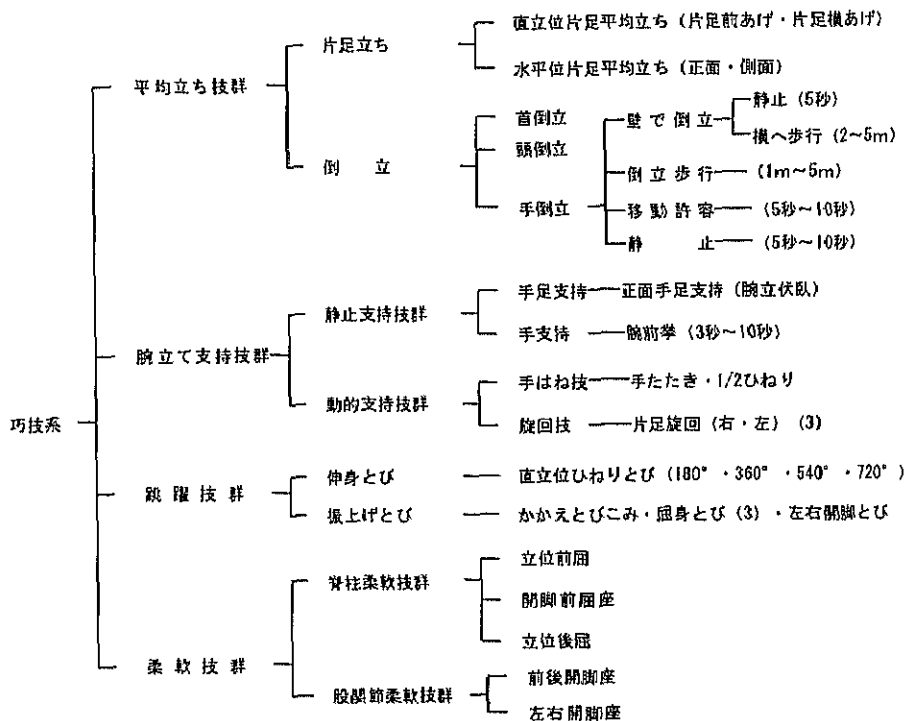


図2 マット運動の課題技と指導体系—その2—

とつであり、遊びの世界の馬とびも、体操競技の跳馬も同じである。

図4はとび箱運動反転系(きりかえし系)開脚とびの全体構造である。

とび箱運動のとび越しは、踏み切り……着手・の第1空中局面は両足踏み切りによる足のジャンプ、着手……着地・の第2空中局面は両手による手のジャンプの二つの

異質のジャンプから成り立ち、この二つのジャンプの調和が大切である。とび箱運動の良否を判定する第2空中局面の雄大さや安定さは、両手による手のジャンプによって左右される。

開脚姿勢とび越しの開脚動作は、構造体系論に基づき、習熟の向上と共に閉脚姿勢とび越しに収斂される。その為に競技の世

段階練習表Ⅰ		確認	
NO	運動種目		
1	垂直跳び・停止 (チェックバウンス)		
2	垂直跳び1/2捻り・ジャンプ		
3	手たたき (頭上・前・後・両もも下)		
4	手たたき (2力所以上)		
5	かかえ跳び・ジャンプ		
6	開脚跳び・ジャンプ		
7	閉脚跳び・ジャンプ		
8	膝落ち・立つ		
9	膝落ち・膝落ち・立つ		
10	ひざ落ち・立つ		
11	ひざ落ち・膝落ち・立つ		
12	膝落ち・ひざ落ち・立つ		
13	手つきひざ落ち・立つ		
14	手つきひざ落ち・膝落ち・立つ		
15	膝落ち・立つ		
16	ひざ落ち・膝落ち・手つきひざ落ち・立つ		
17	膝落ち・手つきひざ落ち・膝落ち・立つ		
18	膝落ち・背落ち・立つ		
19	背落ち・立つ		
20	膝落ち・背落ち・立つ		

基礎種目

- 垂直とび
- 停止
- 垂直とび各種
 - (・180° ひねりとび ・360° ひねりとび
 - ・かかえこみとび ・屈身とび ・開脚とび)
- 着床
 - ・腰落ち ・膝落ち ・手つき膝落ち
 - ・顔落ち ・背落ち

段階練習表Ⅱ		確認	
NO	運動種目		
1	ひざ落ち・1/2捻り・立つ		
2	膝落ち・1/2捻り・立つ		
3	ひざ落ち・1/2捻り・膝落ち		
4	1/2捻り・膝落ち		
5	膝落ち・1/2捻り・膝落ち		
6	膝落ち・1/2捻り・手つきひざ落ち		
7	膝落ち・1/2捻り・顔落ち		
8	膝落ち・1/2捻り・手つきひざ落ち・1/2捻り・膝落ち		
9	膝落ち・1回捻り・膝落ち		
10	膝落ち・1/2捻り・背落ち		
11	背落ち・1/2捻り・立つ		
12	膝落ち・1/2捻り・背落ち		
13	背落ち・1/2捻り・背落ち		
14	手つきひざ落ち・1/2横回り・手つきひざ落ち		
15	手つきひざ落ち・1/2横回り・顔落ち		
16	膝落ち・1/2横回り・手つきひざ落ち		
17	膝落ち・1/2横回り・顔落ち		
18	1回捻り・膝落ち		
19	ひざ落ち・1回捻り・立つ		
20	背落ち・1回捻り・立つ		

段階練習表Ⅲ		確認	
NO	運動種目		
1	ベット上で前転		
2	中腰姿勢 (ジャンプなし) ・背落ち		
3	中腰姿勢 (ジャンプなし) ・膝落ち		
4	中腰姿勢 (ジャンプあり) ・背落ち		
5	中腰姿勢 (ジャンプあり) ・膝落ち		
6	垂直跳び・背落ち		
7	垂直跳び・膝落ち		
8	垂直跳び・前方宙返り (補助付き)		
9	垂直跳び・前方宙返り		

図3 基礎種目と練習段階
文献2より転写表

界では開脚とび越しは独立した位置づけはないが、学校体育のとび箱運動では、体育の教材として開脚姿勢のとび越しを独立して位置づけることができる。

※開脚屈身とび……閉脚屈身とび……等

4) 受講生の決定と受講理由

① 受講生の決定 定員30名

正課体育のオリエンテーションで器械運動希望者を優先しているが、器械運動は第1希望者で定員をオーバーすることはなく、第2希望及び追加オリエンテーションで科

目選択した学生で定員が決定する。

※追加受講学生

正規のオリエンテーションを何らかの理由で欠席し、追加オリエンテーションで受講科目が決定した学生 (オリエンテーションで欠員が生じている授業科目から選択)

② 受講理由

第1希望の学生は器械運動が好き、トラampolineをしてみたい、バック転、バック宙をしてみたいが多く、第2希望及び追加オリエンテーションの学生の受講理由は、定員未達の科目の中で純粋に第2希望が器

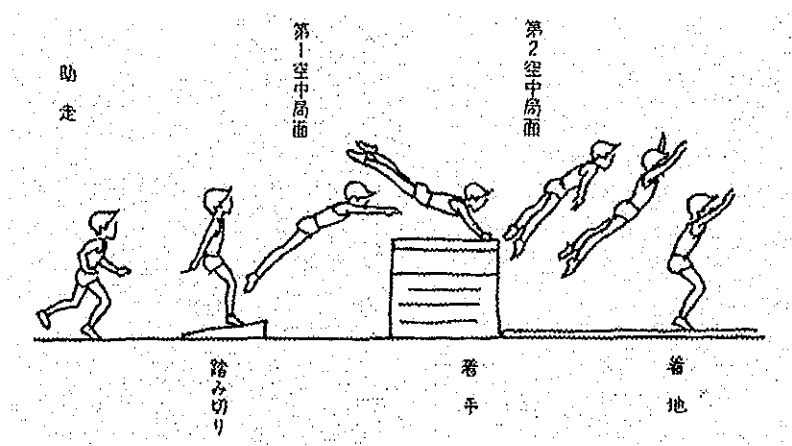
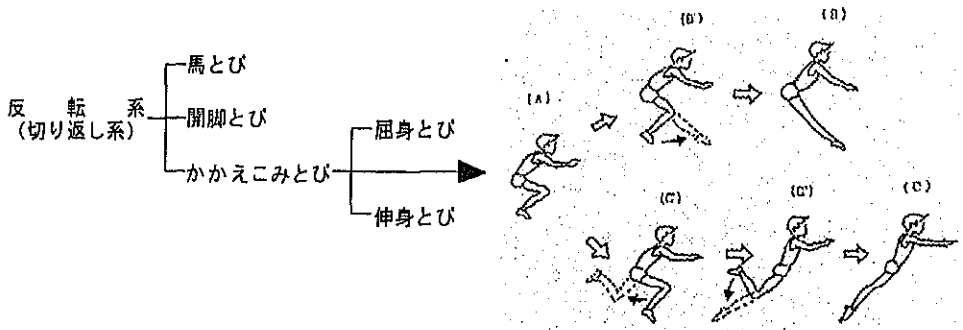


図4 支持跳躍運動（とび箱運動）の全体構造
反転系（きりかえし系）の開脚とび
文献5より転写



文献5より転写

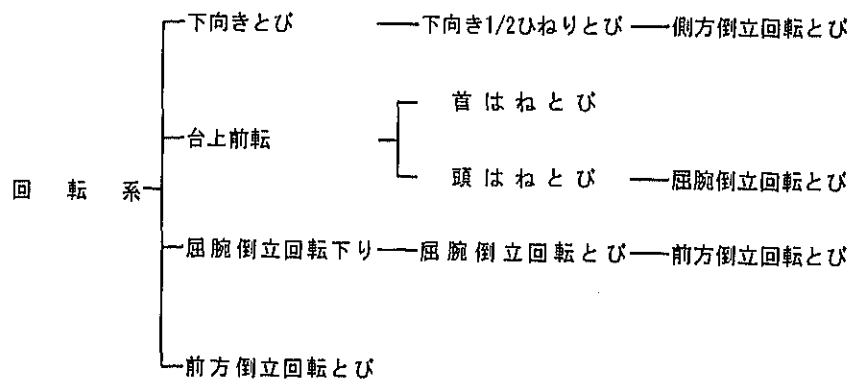


図5 とび箱運動の課題技と指導体系

械運動である学生、その他は定員未満の科目の中で、器械運動が他の科目よりましてあるという受講希望理由である。

5) 受講状況と単位について

① 受講状況 定員30名

※第1希望・第2希望で定員が満たされたクラス・7クラス(1年5クラス・2年2クラス)

※第1希望・第2希望・追加受講学生で定員が満たされたクラス・8クラス(1年4クラス・2年4クラス)

※定員未満のクラス・8クラス(1年1ク

ラス・2年7クラス) そのうち2年の2クラス(27名・29名)は追加受講希望の学生は0である。

※追加受講学生があったクラスは23クラス中14クラス(1年5クラス・2年9クラス)でる。全体の感じとしては、大学生活を1年間経験した2年生にオリエンテーション欠席の傾向が見られ、追加オリエンテーションで科目が決定する学生が多いように思われる。

② 単位について

単位取得学生は88.3%(男子83.1%・女子93.7%)、不合格者は11.6%(男子16.8

表1 受講状況と単位取得

年度	学年	受講学生数	追加受講学生数	単位未修得D		単位取得者数
				学生全体	追加受講学生	
平成元年	1	31 (15)	0	0	0	31 (15)
	2	30 (18)	6	2	2	28 (18)
		61 (33)	6	2	2	59 (33)
平成2年	1	30 (9)	0	1	0	29 (9)
	2	21 (13)	9 (3)	3 (1)	3 (1)	18 (12)
		51 (22)	9 (3)	4 (1)	3 (1)	47 (21)
平成3年	1	30 (10)	3	2	2	28 (10)
	2	31 (15)	13 (1)	6 (1)	5 (1)	25 (14)
		61 (25)	16 (1)	8 (1)	7 (1)	53 (24)
平成4年	1	30 (18)	0	1	0	29 (18)
	2	32 (18)	12 (3)	4	2	28 (18)
		62 (36)	12 (3)	5	2	57 (36)
平成5年	1	35 (16)	0	2 (1)	0	33 (15)
	2	24 (15)	2	2 (1)	0	22 (14)
		59 (31)	2	4 (2)	0	55 (29)
平成6年	1	33 (7)	7	9 (1)	5	24 (6)
	2	27 (19)	0	2 (1)	0	25 (18)
		60 (26)	7	11 (2)	5	49 (24)
平成7年	1	30 (17)	0	4	0	26 (12)
	2	26 (13)	10 (4)	6 (2)	5 (2)	20 (11)
		56 (25)	10 (4)	10 (2)	5 (2)	46 (23)
平成8年	1	32 (14)	8 (2)	6 (2)	3 (1)	26 (12)
	2	31 (20)	4	5	2	26 (20)
	2	16 (8)	6 (1)	1	1	15 (8)
		79 (42)	18 (3)	12 (2)	6 (1)	67 (40)
平成9年	1	28 (13)	7 (1)	6 (2)	2	22 (11)
	2	29 (14)	0	5 (4)	0	24 (10)
	2	14 (8)	5 (1)	1	0	13 (8)
		71 (35)	12 (2)	12 (6)	2	59 (29)
平成10年	1	30 (16)	2 (2)	2 (1)	0	28 (15)
	2	30 (18)	0	5 (3)	0	25 (15)
	2	31 (10)	0	1	0	30 (10)
		91 (44)	2	8 (4)	0	83 (40)
合計		651 (319)	94 (18)	76 (20)	33 (5)	575 (299)

％・女子6.2％)である。この結果が適正な数字かは判断できないが、注目すべき点は追加受講学生数の35.1％、不合格者の43.4％が追加受講学生である。一考を要する。

この理由を推測すると、追加受講学生は自分の希望受講科目を選択できず、オリエンテーションで定員が集まらず、定員割れの授業科目から選択しなければならないことが大きな原因と思われる。ただこの結果は器械運動を選択した追加受講学生だけなのだろうか！追加受講学生を受け入れる他の授業科目はどのようなだろう！！

6) 評価

器械運動は、技の正否に大きく関与する技術の習熟を高めることが大切であり、毎週の授業を休まず数多く練習することが大事である。その点から出席は大変重要視している。実技は課題技を自己評価させ、最後に実技テストを実施している。

レポートは毎学期授業の中で説明した大切な事項を課題として提出している。

評価は出席点、実技テスト、レポートで総合評価を行っている。

III 受講生の授業の感想

1) 満足

「火曜日の1時間目ということで寝坊しないか心配だったが、なんとかあまり休まずに行くことができた。授業は楽しくやることができ、分らないことがあると“こつ”を教えてください直すべきところが分かり理解しやすかった。1年を通してマット運動・トランポリン・とび箱をやったが3つともやりがいがあり、苦手意識を持っていた私でもすんなりやることができた。(中略)授業の進行の具合等も満足のいくものだった。1年間器械運動をやる事ができ良かったと思う。(自然1年男子)」

「マット運動・トランポリン・とび箱いず

れもとても楽しみながらできた。示された課題は難しいと感じるものが多かったが、すべて練習しだいでなんとかなることが分かった。そんな中失敗を何度もやって試行錯誤するのは面白かった。またきれいにできたときの気持ち良さも忘れられない。授業内容とは関係ないが和やんだ雰囲気も良かった。他の体育の科目をとっている人の話を聞いても、器械運動は特に仲良くやっているようだった。朝早くからの体育は確かにときにはつらかったけれど、器械運動をとって良かったと思う。(医学1年男子)」

「楽しかった、というのが正直な感想である。先生が最初の授業の時におっしゃったことの中に「ある技術を授業の中で教えてできるようになる者はできるようになる。」というのがあったが、今頃になってその意味がわかった。この授業は、要するに自分次第で結果がわかれてしまうのだと思う。練習した人はそれなりの成果がでるし、さぼった者はたいしてみにならないのだ。私はこのやり方でいいと考える。個人でやる運動だから各レベルにあったことをそれなりにやり、変な苦痛を味わうことがないからである(中略)もっと頑張っていれば………という後悔の気持ちが強いまま授業を終えたのは残念である。(人文2年女子)」

「この授業は楽しさと苦しみの両方を味わったものであった。トランポリンのように全く初めてやる種目や、マット運動のように新しくやる技がほとんどで、それらにチャレンジする時は楽しかったし、また成功したり成長したりするととても嬉しかった。授業の雰囲気もよく、高校までの嫌々ながらの体育と違って、やってみようという気が起こってくるような楽しい授業だった。先生も一人一人よくみてくださって、適切なアドバイスを得ることができたのはやる気につながった。

ただ体育の次の日は、筋肉痛や首が痛くなったりしてつらかった。(日日2年女子)」

「人数もそれほど多くなく練習がしやすかった。授業の方針も、「自分がどれだけ上達したか」という点を重視していたのでよかった。また特に印象的だったのは、新しい技を実施する前に、必ず注意点を解説していたことである。実施した際に、体はどのような状態になっているべきか、どこに力を入れるべきか、などの解説は納得のできるものだったし、このような理にかなった解説を聞いたのは初めてだったのでこの科目を履修してよかったと思った。個人に対するアドバイスも丁寧だったし、その際に名前を呼んで載って驚くやら嬉しいやら。個体識別されている以上サボりも代返も効きませんが、普通必修科目で学生の顔と名前を覚えて載ける機会はそう無いので、私は嬉しく思った。(人文2年女子)」

2) 第2志望

「器械運動は(実は)ジャンケンに負けて受講することになって、私はもともと体育が得意ではないのですが、その中でも特にマット・とび箱などはすごく苦手で中学・高校と苦しんできました。「大学に入ってまで苦しむことになるとは……………」と最初はドキドキ・ヒヤヒヤして行きました。しかし意外にも授業はハイレベルのことをやっているのに、ここまでできなければいけないという事がなかったのですごく楽しく授業に参加できました。

また周りの人を見てみると最初はあまりできていないのに“コツ”をつかむとできる様になっていく姿を見て、やる気と勇気があればできる様になるのかな……………?と思える様になれました。最初に、できない!と思いこむのじゃなくてやってみたらできるかも……………!!と思うことが大事だなと思いました。すごく楽しんでできました。(芸専2年女子)」

「正直な話、大学まで来て器械運動をやるとは思っていなかったし、元々この授業をとるつもりはなかったのですが、初めはのり気ではなかったけれど、先生のおかげでとても楽しい

体育の授業になりました。朝にはとても弱い私が、火曜1限というつらい時間ながら割と授業に出席することができたのも先生のおかげです。先生がみんなのやっているところを楽しそうに見ていたり、びよびよんはねたりするのを見るのが好きでした。できない技があるとさりげなくアドバイスしてくれたり、励ましてくれたり、補助したりしてうれしかったです。授業の内容も、回ったりとんだり朝からやるにはつらかったけれどよかったと思います。器械体操は苦手だし、朝は眠いしつらかったけれど、この授業をとってよかったです。(社会1年女子)」

「全ての技について言えることは、最初は無意識でただ漠然とやっていたのが何回か練習していくうちに「あそこではこうするんだ」と自分で意識してできるようになったことだ。上手な人を見たり、先生のアドバイスを聞くのは、“コツ”の容量を増やせる大きな資料だ。“コツ”がつかめるとある時突然できたり、先生の言っていたことが素直に分かるようになる。あきらめずに“コツ”がつかめるように頑張ることが大切だと思った。(中略)4月当初、テニスを希望していたのにジャンケンに負けて器械運動をすることになり、すごく憂うつだったのですが、テニスなんてこの町ではいつでもできるし、むしろ筑波大でしかないこの授業をとれてよかったと思います。(自然1年男子)」

「器械運動は第2志望でしたが、この授業をとって良かったと思います。宙返りの練習など授業でないともう一生やらないことが経験できました。トランポリンが楽しかったです。また男の子との差を感じました。

体力や運動能力の差があるんだなあ……………と、あとこの授業を通して他の学類の人と友達になれて良かったと思います。(社会1年女子)」

「とても楽しかった。先生のほのぼのとしたところが良い雰囲気を作っていたと思う。

M君などうまい人もいて、それを見るのも楽しかったし、とにかく第2希望だったこの授業をとって最後は良かったと思っています(資源2年男子)。」

3) 敬遠・拒否

「僕は弱いくせにプライドが強くて見苦しいところを他人に見せたくないのである。体育のように自分が苦手な教科でレポートを書かせられると、ついつい自己弁護めいたものを書いてしまうので自分が嫌になる。もっとワイルドなおトコに生まれたかったと考えてしまう。先生が第2回目の授業までには、もう大半の学生の名前を覚えていらっしやったので本当にびっくりした。去年受講した体育の先生は淡々としたもので、最後までひとりの名前もおぼえていらっしやらなかったから。

僕は実技が下手だということを自分で判っているのに、先生に対しても何となく恐縮して自由に話せなかったように思う。カンベンして下さい。(人文2年男子)」

「正直に授業の感想を言えば、面白いと感じるものではなかった。たいくつと感じるほどでもなかったが。おそらく、これは、私の最初の目標が「きちんとした転び方を体得する」というような低レベルのものであり、器械運動そのものに興味があったわけではなかったから、今一つ授業に身が入らなかったからであろう。もう少し真面目に授業を受けるべきであったと思う(資源2年男子)。」

「私は球技とダンスと水泳以外の運動にはすごく苦手意識があって、正直に言って器械運動を楽しむことはできませんでした。腰が悪いのであまり思いきったこともできず……、

(中略)けれどもこの1年間で他の人たちを見ていて思ったことは、やれば出来るということです。前方倒立回転とびにおいてとても思ったことです。初めほとんどの人(女子に限る)がお尻から落ちたり、とび込み前転のようだったり、倒立の形のまま倒れたりして

いたのに、回を重ねるごとに目に見えてうまくなくなっていき、今では「できている」と言うにはちょっと抵抗があるものの最初とは比べものにならない程形になっています。私は腰を痛めたくなくてあまり無理しなかった事と元々苦手であるのがあいまって結局全然形になりませんでした、人の成長を見るのも結構面白かったです(医学1年女子)。」

「正直に白状すると、私は火曜日2限はいつても憂うつでした。なぜなら、前転やら後転やらを行うと頭がくらくらするからです。

けれど、体育は必修なので仕方なくやっていました。先生も、そんな私のやる気のなさがきつと嫌だったと思います。私もとても嫌でした。

先生は、人の名前を覚えるのが得意なのでしょうか。1学期の2回目の授業でもう殆どの生徒の名前と顔を覚えていたように思えます。私はとてもびっくりしました。そして、同時に先生に対して恐怖というか畏怖というか、とにかくそのような感情を抱きました。

(中略)私は先生の瞳の感情を読みとることができませんでした。そのことがまた先生に対する畏怖感が増したのです。一年間授業を受けてみても、私には先生がつかみきれません。今もやっぱり、先生は、私には“不可解”な存在です。私は考えすぎなのでしょうか……(日日2年女子)」

4) 感動

「器械運動はすごくおもしろい!!準備運動からすごく楽しかった。手押し車でジャンプとか腕立てジャンプとか。最初よりもたくさんできるようになっている自分がある。更に柔軟をするとその後テニス(サークルに入っている)の動きがよくなることも発見。それからいつも柔軟をしてからテニスをすることにしている。

苦手なとび箱ができたことに感動!!

宙返りができたことに感動!!

とても楽しかったです。小学校では挑戦できなかったことができたこと自体うれしいことだった。欲をいうともっともっと先生のアドバイスが欲しかったです。(生物2年女子)』

「思えば、体育の授業として一番楽しかったのは今年かも知れない。こうしてレポートを書いてみると、どの種目にもなんらかの思いがあって気づかされたことが多かった事に気づく。最後の体育を締めくくるのにいい科目を選ぶことができたと思う。(人文2年男子)』

「今年間を振り返って思うことは、器械運動に対する自分の認識が少し変わったことである。今までは「出来る」か「出来ない」かのどちらかの問題だけだと思っていた。しかし、一年間器械運動に接してみて、器械運動には「魅せる」要素もあるのだということが分かった。非日常的な姿勢を持続させる事で人を魅了させる、道具をほとんど使わない種目で、この「魅せる」要素は私にとって非常に魅力的であった。(人間2年男子)』

「この授業は他の体育と比べても単調な方だと思う。毎回やることは大体決まっているし、内容もほとんど自主練みたいなものだ。しかしそれでもなぜか授業に行くと楽しく、いつも笑いが絶えない。他の学類のメンバーにも愛着を持っている。その理由はやはり普通のスポーツにはありえないおかしな格好をみんなで必死に練習しているからではないだろうか(中略)技を練習するのは個人個人なのに、他の人の上達が見て取れたり、上手な人の演技を見て真似したりして自分も上達(?)することができた。とび箱がとべなかった子がはじめてとべた時、女子全員で拍手で迎えたりしたことが心に残っている。(芸専2年女子)』

「授業では、久しぶりに何かを修得するという楽しみを味わいました。自分ができないことに挑戦し、試行錯誤しながら上達していくのはとても楽しいことでした。他人の「マネ」をしてみたり、自分なりに工夫してみた

りして、できるようになることがとてもうれしいことでした。また、倒立や回転は日頃体験する事はないので、不思議で異常な動きがおもしろかったです。おそらく、人間の生活には全く必要のない演技ですが、できないことに挑戦したくなる好奇心のようなものは十分理解できました。最後のテストでは自信がなくても堂々と演技することの難しさを感じました。(資源2年男子)』

5) 追加受講学生

「実はこの授業は、別にたいした興味があったとった授業ではありませんでした。興味のある授業はほとんどとられていてしょうがなくとったという感じです。正直、器械運動についてはあまり関心がありませんでした。しかし、実際に器械運動をやってみると非常に面白いことに気づきました。器械運動は「遊び」から生まれたそうですが、本当に遊び感覚で楽しめたと思います。

器械運動にはいろいろな「技」があります。1つでも多くの技を習得しようがんばりました。なぜうまくできないのか、なぜ思うように体が動かないのか、などを考えながらやっていました。うまくできないときは上手な人を観察したり、いろいろ試行錯誤を重ねていくと、徐々に自分が上達していくのがわかって大変楽しかったです。今から振り返ってみると、最初のころより結構上達したのではないかと思っています。最初はうまくできなかったものが、試行錯誤を重ねて徐々にうまくなっていくのを感じるのは非常に楽しいことです。長い人生もこれと同じだと思います。人生は「遊び」といっても過言ではないような気がします。1年間この授業に出て体調が良くなりました。(社会4年男子)』

「まずは1年間ありがとうございました。学年が違う中で最初とはまどいばかりでした。しかし、先生が次々に種目や技を提供してくれたおかげで挑戦しようとする気持ちが尽き

ることなくがんばってこれました。

1年間受講してきて感じたことは、器械運動の奥の深さです。トランポリンやとび箱はほんの初歩的な部分しか行えず、1年間行ってきたマットですら十分にはできなかったことでしょう。(中略)本当に奥の深さを痛感しました。私も今となっては器械運動を受講できて本当に良かったと思っています。(自然4年男子)」

「今年の始め体育でこの授業を選んだのは人が少なく楽そうな穴場の存在だと思ったからです。ついでに都合よくバック転でもできるようになれば自慢できるんじゃないかなんて考えました。(中略)ここで体育を通してですが「自分がどのように成長したか?」とレポートで問われて振り返る一年、本当に何の収穫も無かったように思えます。中途半端に少しやっても身に残るものは何もない。そのことにも気付かずというよりも見ないフリを決めこんでいた自分、一年間何が残っただろう。「何か」が何なのか確かめようとしないうちに自分に向き合うきっかけになりました。

「苦しい」を一度も経験せずには何かを得るのとは不可能だとわかりました。全く何も得られない、そのことに気付くのにはどれだけかかったか考えると恥ずかしい限りです。でも初めて何かを得るには、自分を成長させるには、という問題にある程度の答えらしきものが得られました。

それだけかといわれると返す言葉はありません。何も得られなかったけど無駄ではなかったです。この「問い」のおかげです。(社会2年男子)」

「1学期はほとんど欠席、2学期もまちまちで、3学期で通常の出席で参加していた授業であったが、日頃、怠惰というか体制のゆるい芸専の授業に慣れていたので、授業出席に対する考え方が甘すぎたことを深く反省した(中略)先生の厳しさは今の私にとって大変ありがたかった。3学期初めの時点で

「執行猶予」と告知された時は、とりあえず授業に来る事が自分にできる誠意であると決心し、がんばった。というか、これは当たり前前のことであるが、当たり前前の方がまず出来なかった自分にとって大変な成長である。基本的な事が出来ることがわかってよかった。

つまらぬ事かも知れないが、これからも自分に厳しさを持って進んでゆこうと思う。先生、静かな厳しさをありがとうございます。(芸専2年女子)」

IV 今後の課題

この報告の中で1番の問題は、単位認定不合格の43.4%が追加受講学生である。この原因のひとつは、追加受講学生の器械運動受講の動機が弱いことである。

単位認定者でも感想文から窺えるように、受講には積極的でなかったが授業の中で楽しみをみつけ頑張った学生。欠席の誘惑と闘いながら友達や先生の激励で頑張った学生、しかしこれらの学生は単位を取得した成功者である。

追加受講学生の単位不合格の大きな原因は授業放棄である。ある日突然に授業に出席しなくなる。多くは二学期以降全く姿を見せなくなる。そのためにコンタクトも取れぬまま終了するので原因は不明である。この授業放棄の学生をいかに減らすかが今後の一番の課題であろう。

V まとめ

私の授業体験の一部を報告したが、私の一般体育・共通体育のモットーは

- 1) 受講学生に体育の良き協力者になってもらうこと
 - 2) 受講学生に体育の良き理解者になってもらうこと
- の2点である。

このためには、授業が楽しいことと同時に、

個人個人の授業の成果が上がらなければならぬ。特別に授業を楽しくすることはなかったが、学生の成果を上げるためには色々工夫もした。

幸いなことに受講生の大半が器械運動は初心者だったこと、器械運動の技が多様多彩だったためにその成果は大であった。

しかし、授業で何故私が倒立をしなければならぬのかと喰ってかかられたこともあった。答えは……………。

しかし多くの学生が器械運動を受講して良かったと感想文でのべている。

長い間教育に携わっていれば色々な事に出会うであろう。振り返ってみれば、私は大変有意義で満足できる教員生活を過ごすことができた。

たくさんの先生に御協力をいただきました。心から感謝いたします。

参考文献

1. 金子明友：「体操競技のコーチング」大修館書店 1974
2. セノー株式会社：「トランポリン」指導者のためのハンドブック
3. 中島光広，太田昌秀，吉田茂，三浦忠雄 著：「器械運動指導ハンドブック」大修館書店 1983
4. 金子明友：「マット運動」大修館書店 1986
5. 金子明友：「とび箱平均台運動」大修館書店 1987
6. 金子明友，朝岡正雄編著：「運動学講義」大修館書店 1990
7. 金子明友：「体操競技教本V床運動（男・女）編」不昧堂 1977
8. 金子明友：「体操競技・男子編」講談社 1971
9. 吉田 茂：「器械運動の特性と感性論的教材価値」体操競技研究9 日本体操競技研究会 2001
10. 金子明友：「こつの構造（上）」スポーツモルフォロジー研究4 日本スポーツモルフォロジー学会 1998
11. 金子明友：「こつの構造（下）」スポーツモルフォロジー研究5 日本スポーツモルフォロジー学会 1999
12. 石田 譲：「スポーツ運動の発生における実践者の運動感覚印象に関する研究」スポーツ運動学研究10 日本スポーツ運動学会 1997
13. マイネル，K：「動きの感性学」大修館書店 1998 金子明友訳
14. 金子明友：「わざの伝承」明和出版 2002