

さりげないスナップ写真のすてきな笑顔のように
群馬の教育や文化の話題をふだん着のままで紹介するシリーズ

すなっぴ

目標は台上前転！ 着地もきめよう！

高崎市立南陽台小学校 5年生の 器械運動授業

高崎市立南陽台小学校は高崎市中心部から南西に6km程の丘陵地帯にあります。陽当たりの良い南陽台団地の南端に位置し、南に目を向けると御荷鉾連山など西上州の山並みが迫ってきます。平成元年4月に吉井町立南陽台小学校として誕生しましたが平成21年の合併により今に至っています。1月の晴れた日に倉林、北川の二人で学校を訪問しました。取材の目的は峯岸先生による器械運動の授業です。まずは田村誠校長先生からお話をうかがいました。

静かな環境 穏やかな子どもたち

「創立の経緯からもわかる通り、30年ほど前に作られた南陽台団地の子どもたちが通ってくる学校ですが、現在では少数ですが団地以外の児童も通っています。現在、単学級で1学年平均20名程度。特別支援学級である『なかよし』学級を含めて129名が在籍しています。団地内には店舗や事務所、公共機関などがほとんどなく、とても静かな環境の中で穏やかな学校生活を送っています」と語る校長先生の話は校門をくぐる前から感じ、校舎内に入ってから実感したことでした。

廊下に貼ってあった「ふれあい班メンバー」という写真についてうかがうと、全校児童を8つの縦割り班に構成し、さまざまな活動に取り組んでいるとのこと。掃除や給食、遊び



などの場面でいっしょに行動し、上級生と下級生のかかわりを大切にして思いやりの心を育て、豊かな人間関係を築くことを目指した取り組みだそうです。こんな写真を見ているともう一度、小学生に戻りたくなってきました。

5 時間目 5 年 1 組は器械運動の授業 13:50~14:35

校長先生から話をうかがっていると時間はたちまちすぎて 5 時間目が始まりました。体育館にはすでにマットや平均台、跳び箱が準備されていました。5 年 1 組は男女 20 人のクラス。

『今日の目標は台上前転です！その前にしっかりと準備運動！』

床に座った 20 人の子どもたちに向かって峯岸先生がこう言いました。器械運動について大した知識もないままやってきた私たちは「だいじょうぜんてん」の意味がわかりませんが「前転」であることは想像できました。やがて始まったのは

まで体を一直線に伸ばして耐えている男子もいました。それを見てしきりに感心するのは私たちばかりではありません。友達の視線は良い刺激になっているようです。

①二人一組の馬跳び

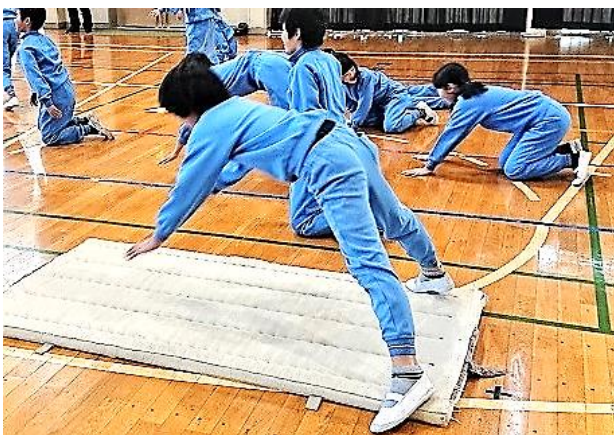


跳び箱運動と似ているけれど、けっこう高さがあるので飛び越えられない児童もいる。その様子を見て峯岸先生から「馬を低くしてやってください」指示がと飛ぶ。

②マットに向かって倒れ込む

これは少しこわい。勇気を出して倒れ込むけれど膝や腰がまがってしまう。恐怖心の克服訓練であろうか。

峯岸先生のお手本にならって床に倒れる寸前



③倒立

垂直でなくてもよい。脚を跳ね上げてだんだん高くなってうまく行けばめでたく倒立。これも思い切って足を蹴ることが求められる。



④腕立てから手拍子



見るからに難そうです。腕立ての状態から両手を浮かせて手拍子を打つのですから。児童はみな腕立ての状態から動こうとしません。挑戦しようかどうかと思案するばかり。体を起こして周りを見ると誰もできていない

ようです。「これ、むずかしいよね！」
「できなくてもいいんだよ」と言いながら先生がもう一度やってみせると子どもたちは「なんでできるの」と不思議に思う。峯岸先生はスーパーマン！

さあ場所をかえよう 準備運動もレベルアップします！

この後、先生は児童をステージに誘導します。ステージに接するように床にウレタンマットが敷かれています。何が始まるのでしょうか？



⑤ステージから前転でマットに落ちたあととんとん走る！



⑥連続ジャンプ



⑦平均台もジャンプ



前転が始まって目標に一步近づくけれどそれを意識している様子はない。複雑に組み合わされた用具の上をひたすら走る。連続して並べられた跳び箱を子犬が駆け抜けるようにジャンプしていく。折り返すと平均台が待っている。これに両手をついて左から右へ、右から左へと跳びこえる。越えたらまたステージに戻って前転から始める。クラスの全員が体育館を駆け回っている。どこにカメラを向けたらよいかわからない状態が続く。見ている私も子どもたちといっしょにジェットコースターに乗っているような感じがする。

⑧休憩と次の指示

峯岸先生が集合をかけると元気者たちが息を切らせながら集まってくる。今日の目標の台上前転が始まるのだろうか。



⑨またまたジャンプ

でもまだ台上前転ではない。先生はジャンプを試みせる。それも思い切りのジャンプ。そんなに大事なことなのだろうか。このあと跳び箱の上からジャンプ。着地も決めよう！

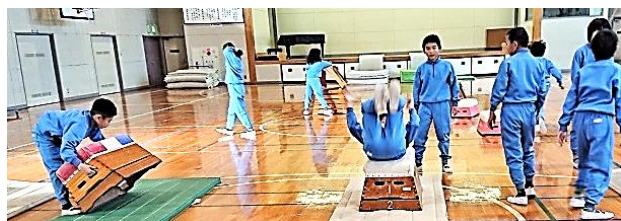


⑩いよいよ台上前転 1段から

横向き回転になってしまったね！しっかりジャンプして頭のうしろをつけるとうまく回転できますよ！



⑪2段にしてみよう！



⑫段数はグループが決める

跳び箱の高さは5つのグループがそれぞれのメンバーの判断で決められる。

6段を跳べている！目標達成！



⑬横置き8段は発展課題

横置き8段に挑戦するグループも出てきた。跳躍板の反発を利用してジャンプ力をアップするとうまく行く！からだを開くとうまく着地できるよ。



台上前転から首はね起き成功！



器械運動の授業という、「できる・できない」がはっきりしてしまい、できる子ばかりが楽しんで、できない子は苦しむというものになりがちです。そこで私は、「みんなが授業を楽しめるようになるためのトレーニング」を重視しています。今日の授業に限らず、はじめの準備運動に、器械運動の技につながる基本的な動きをたくさん経験させます。このとき、「できる・できない」はあまり意識しないで、マネしているうちにいつの間にかいろいろな動きを経験し、知らぬ間にトレーニングしているということを狙っています。

本文中の①は支持跳躍の感覚作り②は手の弾性力を育むトレーニング③は手の支持力を高めるトレーニング④は手のジャンプ力を高めるトレーニングとして位置づけられています。はじめは絶対にできないような動きも、友だちができるようになるのを目の当たりにすることで、「できそうな気がする」という思いを抱くようになります。毎回やっているうちに、「なんとなくできる」瞬間がおとずれ、そのうちに、いつの間にかできるようになります。いろいろな種目にチャレンジする「サ



取材を終えて



授業担当の峯岸昌弘先生は器械運動が専門の体育教師であることは取材前の校長先生とお話の中でうかがいましたがその内容がどんなものなのかはわからないまま体育館に向かいました。授業が始まると、記事でお伝えした通り、息つく間もなく展開する流れに圧倒されてしまいました。峯岸先生の豊かな授業が十分に伝えられなかったかもしれませんがお許しください。最後に、授業全体から得られた印象を整理してお伝えします。

①20人のクラスは先生の指示がすみずみまで伝わるのでまとまりがある。

②授業の目標が伝えられ、その準備の演技が中断なく続き、流れるような授業だった。

ーキット運動」も、楽しみながらやっているうちに「跳び箱運動に必要な運動感覚」が鍛えられるよう意図されています。

授業の半分くらいの時間をトレーニングに費やしても、主題の「台上前転」をみんなに体験してもらう時間は十分にとれます。そして、1段から順を追ってチャレンジしていくことで、自分のレベルに合わせて授業に参加できるようにしています。

できる子はさらに発展的な「首はね起き」という技にも挑戦してもらいました。跳び箱を横置きにすることで、「台上前転」の後半部分を強制的に転がれないようにし、体を開くことで着地する動きが自然発生することを狙っています。もちろん、そういう運動感覚は今までのトレーニングの中で培われていますので、いつの間にか「こうやればできるかな？」と子どもたちが判断してできるようになるのです。

自分で「できるかも」と思えることで、運動することは楽しくなります。そういう楽しさを生み出せるような授業を今後も考えていきたいと思っています。

③体力や運動能力の違いをよく把握してそれぞれの目標を達成することを意図している子どもたちは楽しそうに取り組んでいる。先生が叱る場面はほとんどなかった。

④45分授業でこれだけ密度の高い授業ができるのは驚異的である。

6時間目は委員会の時間であるため、峯岸先生から詳しいお話を伺うことはできませんでしたが、それだけに目にした授業の記憶をたどりながら振り返ることができて忘れられない体験になりました。峯岸先生や校長先生、5年1組の皆さん、こころよく取材を受け入れてくださってありがとうございました。

《取材・撮影：北川 淳・倉林 順一》