長野体育学研究　26：1-9，2020

［実践報告］

小学校体育における壁倒立の学習内容研究

岩田　靖[1)]　宮尾美輝[2)]　野村源太[3)]

（令和２年１月30日　受理）

A Study on Learning Contents of Wall-Handstand in Elementary Physical Education

Yasushi IWATA（Faculty of Education, Shinshu University）
Yoshiteru MIYAO（Nagano Wakatsuki Elementary School）
Genta NOMURA（Matsumoto Kamata Junior High School）

キーワード：器械運動　壁倒立　学習内容　下位教材

１．はじめに

本実践報告の目的は，小学校体育の器械運動領域における「壁倒立」の学習内容を明らかにしていくための事例を提示することにある．つまり，壁倒立を習得するためには，「何を学ばなければならないのか」について検討することである．

「壁倒立」は一般には「技」と呼称される対象ではないが，特に，マット運動における倒立を経過する技群，例えば，「倒立前転」や「側方倒立回転」，さらには「前方倒立回転」などを習得していくための予備的な達成課題として重要な位置を占めていると言ってもよい（逆に言えば，壁倒立ができなければ，およそこれらの技群は達成できないと考えられる）．小学校の学習指導要領解説においても「例示」の対象として記述されてきている．

ただし，筆者らの中学校におけるマット運動の授業の参観例からすると，少なくない生徒が壁倒立につまずいている現実が確認できる．実際であれば，壁倒立は小学校の中学年程度までに習得しておきたいし，習得可能であろう．ここからすれば，壁倒立に対する丁寧な指導が必要になるが，その方法に関する情報は豊富であるとは決して言えない．1980年代後半頃より，スポーツ運動学の知見が体育科教育の世界にも大きな影響を与えるようになり，特に，運動の習得に関して，それらの対象に関わる基礎感覚の必要性や，アナロゴン（類似の易しい運動例）などについての情報は大いに浸透してきたと言える．また，壁倒立の習得に関わった好ましい姿勢に関する情報についてはこれまでも提供されてきてはいる．しかしながら，実際に多くの子どもたちが壁倒立に困難を感じている状況には，この運動課題を達成していくためのプロセスにおいて重要になる中核的な技術的・感覚的情報（学習内容）が未だ提供されていないことが認識されるべきであろうと思われる．

そこで本実践報告では，限定された単元時間の中で，より多くの子どもたちの技能習得に貢献するであろうと考えられる感覚的情報を学習内容として仮説的に取り上げ，それに対応した下位教材

[1)] 信州大学教育学部
[2)] 長野市立若槻小学校
[3)] 松本市立鎌田中学校

群を創出・設定することを通して学習指導の有効性を検討しようとするものである．本稿では，小学校5年生の器械運動領域（マット運動）の単元の授業実践を通して，上記の事柄について報告する．

2. 壁倒立の学習内容をめぐる一般的記述の例示

先に，壁倒立の指導に関して，中核的な技術的・感覚的情報（学習内容）が未だ提供されていないことが認識されるべきであろうと記述したが，このことについて，いくつか参考文献を掲げながら例示してみよう．

まず，学習指導要領の解説はどうであろう．平成 29 年の小学校学習指導要領解説体育編（文部科学省，2017）では，小学校中学年（第3・4学年）のマット運動における「巧技系」の技（運動）の例示として「壁倒立」が取り上げられている．そこでは，「壁に向かって体を前方に振り下ろしながら片足を振り上げて両手を着き，体を真っ直ぐに伸ばして壁に足をもたれかけて倒立すること」（p.81）と記述されている．これは，壁倒立の動きの形式を説明したものであり，いわば運動技能の学習目標であると言ってよい．ここで問題にしたいのは，このような動きができるようになるためには，何を中核的に獲得しなければならなのかという「学習内容」である．

ちなみに，この学習指導要領の「解説」では，「運動が苦手な児童への配慮の例」が記述されるようになり，壁倒立については次のような指摘がある．

「壁倒立が苦手な児童には，肋木や壁を活用した運動遊びに取り組んだり，足を勢いよく振り上げるためにゴムなどを活用したりして，体を逆さまにして支えたり，足を勢いよく振り上げたりする動きが身に付くようにするなどの配慮をする」（p.82）

ここには動きを習得していくための手立てとなる場や道具の工夫例が述べられているが，ここでも学習内容に相当する視点は説明されていない．

次に同じく文部科学省発刊の学校体育実技指導資料（文部科学省，2015）を取り上げてみよう．本書の第 3 章に「技の指導の要点」が説明されており，マット運動の中で，「倒立グループ」の前段に「倒立」および「壁倒立」について触れられているが（pp.130-131），残念ながらその技能の中核的な学習内容については記述されていない．

さて，体育関係の一般的な書籍物における情報源についてかなり精通している小・中学校の教員であれば，マット運動についての指導のあり方を参照しようとした場合に，まず思い浮かべるのは『体育科教育』誌の別冊として刊行されている高橋健夫ほか編（2008）『新しいマット運動の授業づくり』（大修館書店）であろう．指導のポイントが詳細に説明され，またそのための学習のステップ（下位教材）が数多く紹介されているからである（pp.22-23）．ここには「倒立」の指導ステップとして，「壁登り倒立」から「壁倒立」へ，また同様に壁登り倒立から「補助倒立」へ，そして「倒立」への発展が示されている．倒立のポイントとして，「上体の振り下ろしに合わせて脚を振り上げる」こと，また「アゴを出し，手と手の間を見るようにする．手は肩幅に着く」ことが提示されており，さらに「立位からの壁倒立」において，「腕を振り上げる」→「アゴを出す」「足で蹴る」→「体を反らす」ことが取り上げられている．ただし，これも立位からの壁倒立を目標的な動作によって説明しているレベルであると言ってよい．その意味で，壁倒立の中核的な学習内容の抽出に肉迫していないと言える．

最後に，多くの教員のバイブル的な参考書になっている高橋健夫ほか編（1992）『器械運動の授業づくり』（大修館書店）ではどうであろうか．ここにも倒立を習得していくためのステップとなりうる多くの運動課題（下位教材）が提示されている（pp.48-49）．それらは，「かえる逆立ち足たた

き」「補助つき斜め立ち歩き」といった予備的な練習や，「補助つき振り上げ倒立」「壁倒立」「壁倒立でバランスをとる」「壁倒立 1 回まわり」などの倒立の練習である．そこで，それらの「課題の与え方」として，「頭を起こしながら両手で肘を伸ばして体を支える感じを養う」と記述されている．ここには外部観察される動きの形式的側面だけでなく，「体を支える感じ」といった動きの中での感覚的側面への視点が探られている．この「課題の与え方」ということは，それらの運動課題を通して何を学習させるのか，獲得させるのかという問いとみなすことができる．換言すれば，これらの下位教材群を通していかなる学習内容を習得させるのかという思考であると言ってよい．その意味で，ここには学習内容探究の説明的視点が見られる．おそらくこの探究において「体を支える感じ」をさらに具体的に，そして本質的に記述していく必要があるのではなかろうか．

3. 仮説的な「学習内容」の抽出

3.1 学習内容としての「肩の上に腰が乗る感覚」

先に掲げたつまずきをもった中学生の動きやその姿勢の様相から，学ぶべき中核的な内容に迫ってみたい．

壁倒立（倒立）ができない子どもたちを個々に観察した場合，その動きに要求される「逆さ感覚」や「腕支持感覚」が耕されていないことが主要な原因として判断されることがあることは間違いないであろう．それを確認した上で，練習の仕方にみられる，かなり共通した外部観察されるつまずきの特徴として以下の 2 つが取り上げうるのではないかと思われる．

①床への着手の位置が（手のひらの位置が），頭部や肩よりも前方に離れすぎている．

②同様に，腰部も腕から後方に離れすぎていて，振り上げる足先も非常に後方に位置している（着手時に足先も床についている場合：上体の落としの勢いを用いない場合）．

子どもたちはこのような姿勢・状態から一生懸命に足先を振り上げようと努力する．しかしながら，足先が後方に離れているため，脚全体を腰部の上に位置できるところまで上げることは非常に困難である．さらに，肩がブレーキになるかのように働いてしまい，肩の上方に腰部・脚部が直線的に位置づいてこない．したがって，肩も前方に移動させられず，手のひらの上方に乗り込めないままになってしまう．つまずいているすべての子どもにこのような現象が起きているわけではないものの，逆さ状態において「肩の上に腰が乗る」といった感覚からは大きく遠ざかっている．つまり，床に対して手のひらの鉛直方向に肩が位置し，またその上方に腰が据えられる姿勢にならないで，足が元の位置に振り下ろされてきてしまうのである．今述べた「肩の上に腰が乗る感覚」は，おそらく多くの子どもが倒立状態における身体の感じや姿勢について，「こんな感じだったのか？」「こんなふうな感じになるのか？」といった洞察をうることができる大切なポイントであると思われる．さらに，この感じがつかめなければ，逆さになることの怖さが解消されないであろう．これは推測の域を出ないものの，上記の①・②の姿勢様態は，逆さになることへの心理的不安の表れであることも実際にはあるであろう．

ここからすると，壁倒立の達成に向けて，闇雲に「足先をまっすぐ振り上げる」ことに努力を傾けさせることには問題があるのではなかろうか．その前に，前記した「肩の上に腰が乗る感覚」に触れさせていくことが重要になるに違いない．したがって，無理やり脚部を真っ直ぐに振り上げることは要求せずに，「肩の上に腰が乗りやすい姿勢とやさしい運動課題」の条件を提供していくことが不可欠であろう．

このように考えると，例えば，「逆さ感覚」を耕す目的で，そのアナロゴン（類似の易しい運動例）を子どもたちに提供する際にも，実は，この「肩の上に腰が乗る感覚」が味わえるように，その運

動実施の仕方を指導する必要があろう．例えば，実際に頻繁に取り組まれている「かえるの足打ち」といった運動課題（下位教材）の場合でも，むやみに両足を挙げて叩く動作の形式をさせるのではなく，まさにここで強調されるべき「学習内容」としての「肩の上に腰が乗る感覚」が味わえるような動きの経過を生じさせる働きかけが大切になる．

また，壁倒立を最初から「立位」の姿勢による腕を振り下ろしによって開始する動きを求めるのも問題があろう．腕や上体の緊張を伴った体重の支えが不十分であれば，非常に危険であるとともに，心理的不安も増幅されるであろう．さらに，腕の振り下ろしと脚の跳ね上げを同期させなければならない課題性が含まれているからでもある．

3.2　記述されていた「腰を両肩に乗せてやるというイメージ」

上述した「肩に腰を乗せる感覚」という筆者らの仮説的な「学習内容」については，極めて近接した表現が既に記述されていたことを指摘しておかなければならない．1989 年に行われた高橋研一による小学校 5 年生での「側転」（側方倒立回転）の授業においてである（稲垣ほか編，1991）．高橋は，この授業後に，「それで，一つだけよかったなあと思うのは，倒立を根本にかえってやってみたということで，転回系の技には，どうしても逆さになる感覚をしっかり身につけさせることが必要だったんだと思っています」（p.70）と語りつつ，稲垣忠彦，佐藤学，中森孜郎らとの座談会の終了後には，次のように述懐している．

「今回の側転の指導にあたり，①カエル倒立，②背支持倒立，③壁倒立，というステップには，授業の後の座談会でも指摘されたように関連性が薄く，飛躍があったのかもしれない．カエル倒立というのは腕の力やバランスを主として体を支えるものだが，倒立の場合はそうとは限らない．長い時間倒立をするのならば，力も関係してくるかもしれない．しかし，倒立の基本としては，伸ばした両腕に体を乗せてやること．さらに綿密に言えば，腰を肩に乗せてやるというイメージ．このことの押さえ方が大切なのだと思った．それが足りなかったため，倒立ができない子どもは力ずくで支えようとだけして，必死になっていたのであろう」

最後の，「…それが足りなかったため，倒立ができない子どもは力ずくで支えようとだけして，必死になっていたのであろう」という推測は極めて印象的である．

しかしながら，その後，指摘された「腰を肩に乗せてやるというイメージ」を学習内容として取り出し，それを実現していくための課題の対象，さらにはそのステップといった新たな教材づくりが示され，報告されてきた形跡は残念ながら見当たらない．

4.「肩の上に腰を乗せる感覚」という視点からの学習内容の組み替えと教材づくり

例えば，先に取り上げた高橋ほか編（2008）の中で記述されている「立位からの壁倒立」では，「腕を振り上げる」→「アゴを出す」「足で蹴る」→「体を反らす」ことがポイントとして取り上げられている．ここでまず，「立位からの壁倒立」というのは先にも指摘したように，心理的不安を増幅するとともに，上体と下体の同期が求められるため，まずは床に着手した状態において，「肩の上に腰を乗せる感覚」を味わうことをクローズアップするステップを最初に導入することが重要であろう．このことは「学習内容の組み替え」と言ってよい．学習内容の組み替えとは，新たな学習内容を抽出して位置づけることや，学習内容間の関係を検討し，配列する順次性を組み替えることを意味している．

この際，先にも指摘したように無理やり脚部を真っ直ぐに振り上げることは要求せずに，「肩の上に腰が乗りやすい姿勢とやさしい運動課題」の条件を提供していくことを優先したい．この課題条件を「ステップⅠ」とする．そして，足の振り上げの勢いを利用した段階を「ステップⅡ」，さらに

立位（手を浮かせた姿勢）から手の振り下ろしと足の振り上げを同期させて逆位になる「ステップⅢ」を位置づけることを構想した．ここでは特に，学習内容の組み替えにおいて挿入にした「ステップⅠ」について詳述しておきたい．

≪ステップⅠ≫

先に，筆者らが解釈してきた壁倒立の際のつまずきの原因になっていると思われる姿勢，つまり，①床への着手の位置が（手のひらの位置が），頭部や肩よりも前方に離れすぎている，また，②腰部も腕から後方に離れすぎていて，振り上げる足先も非常に後方に位置している（着手時に足先も床についている場合：上体の落としの勢いを用いない場合），といった状態から，もっと腰部を上げやすく，腕に体重が乗ってくる感じを掴みやすくする必要性がある．「倒立ができない子どもは力ずくで支えようとだけして，必死になっていた」といった高橋の指摘のような状況を回避することが大切であろう．したがって，「ステップⅠ」では特に，「手のひらの上方に肩が，そして肩の上に腰が乗りやすい」開始姿勢をとることがポイントになる．

・手を肩幅よりやや広く着くが，この際に，手のひらと肩を結んだ線が床面と鉛直になるようにする（学習内容として重要な「肩の上に腰が乗る」ことの前提には，手のひらの上に肩が位置して，腕をまっすぐ伸ばして体重を支えることが必要であり，腰・脚を逆位に上げる際に，「肩がブレーキにならない」ようにするためにも，この姿勢を最初にとることが極めて重要である）．

ただし，最初から腕を伸ばすのではなく，肘をやや曲げて，腰が上がってくる重さを腕・手のひらで受け止める感じを味わわせたい．

・腰をなるべく高く上げた姿勢がとれるように，足先を手のひらに近くなるようにする（この姿勢によって，容易に肩の上に腰を乗せていく動きに取り組めるようになる）．

・ここから，一気に脚を振り上げるようなことはせず，次のステップで振り上げ足になる側の足を床から浮かせ，膝を曲げたままの踏み込み足の前足部でやさしく少しずつ蹴って，腰を浮かせるようにし，次第に肩の上に乗せるようにする（腰が高く上がるにしたがって，腕による支持にかかる力も大きく感じられるようになっていく．この場合，振り上げ足は曲げたままでよく，無理にまっすぐ振り上げることをしなくてもよい）．

≪ステップⅡ≫

・ステップⅠで「肩の上に腰を乗せる感覚」が掴めてきたら，振り上げ足をなるべく伸ばして，踏み込み足との角度を大きく開いて振り上げることにチャレンジする．

・踏み込み足の蹴り出しと振り上げ足の動きが同期するように練習する．

≪ステップⅢ≫　（可能であれば）

・「立位からの壁倒立」にチャレンジする．ここでは，腕の振り下ろしと脚の振り上げが同期するように練習する．

当然ながら、どのステップの練習にしても，目線を両方の手のひらの中心に向けるようにして首を反らすように指導する．

これらの練習ステップを壁倒立の指導としてマット運動の授業の一部に組み込み，その学習成果を検証した．

5. 単元の構想と展開

授業の実践は長野市立W小学校5年生1クラス32名（男子16名・女子16名）を対象に行われた．単元はマット運動で，「倒立系の技（倒立前転・側方倒立回転）を含んだ 3 つの技の連続づくり」を課題とし，全8時間構成とした．倒立系以外の技は，総じて前転・後転系の技群の中から選択する．第1時は，オリエンテーションと壁倒立のスキル・チェック，第2〜4時は，壁倒立と2つの技の連続の練習，第5時は，倒立前転と側方倒立回転を練習し，第6〜8時は，3つの技の連続づくりに取り組むようにした．最終時の第8時には再度，壁倒立のスキル・チェックを実施している（第 1 時ともに．子どもたち一人ひとり，壁倒立へのチャレンジのビデオ撮影を行った）．これらの概要は表1に示している．

毎時，練習はグループでの活動を基本とした．壁倒立もグループの仲間との協同的な学習の中で取り組まれたが，先に記述した各ステップの説明や重要なポイントについての指導は教師による一斉指導が行われた（ステップⅠおよびⅡについての姿勢や課題の動き方については，そのポイントを説明するビデオ映像を作成し，子どもたちの理解を促すようにした）．練習では 6 グループを構成し，壁倒立を練習する場（安全用に体育館の壁際にマットを敷いている），および技の連続に取り組むマットの場をそれぞれグループごとに設定し，毎時，それぞれのグループが同じ場で学習活動に取り組めるようにした．

第2・3時は，ステップⅠを中心に指導した．特に，床に着手した状態での開始姿勢や踏出し足での蹴り出しを少しずつ強くしながら，徐々に腰の高さを上げ肩の上に乗せていく感じを強調して指導した．また，第4時以降は，ステップⅡにおける足の踏み出し足の蹴り出しに合わせた振り上げ方を大切なポイントとして取り上げている．すべての子どもに取り組ませたのは，このステップⅡまでであり，立位からの壁倒立は，倒立姿勢になるのに余裕がみられた子どもたちがチャレンジしている．第5時以降に挿入した「腕支持の予備的運動」については後述したい．なお，第5時以降において壁倒立を達成できていない子どもたちは，継続して壁倒立への取り組みの時間を設けている（表 1 の中の括弧書き）．また，それらの子どもたちには，グループを巡回しながら，教師による個別指導を加えた．

表1　単元展開における毎時の授業内容の概要

	授　業　の　内　容
第1時	オリエンテーション，壁倒立のスキル・チェック
第2時	ステップⅠのビデオ視聴とポイントの説明，壁倒立とマットでの2つの技の連続
第3時	壁倒立とマットでの2つの技の連続
第4時	ステップⅡのビデオ視聴とポイントの説明，壁倒立とマットでの2つの技の連続
第5時	腕支持の予備的運動，倒立前転と側方倒立回転　（壁倒立）
第6時	腕支持の予備的運動，3つの技の連続　（壁倒立）
第7時	腕支持の予備的運動，3つの技の連続　（壁倒立）
第8時	3つの技の連続，壁倒立のスキル・チェック

第1時のオリエンテーションやステップⅠ，Ⅱの説明以外のところでは，基本的に毎時，①各グループでの場の準備（マットの設定）→②グループの場で準備運動，技の感覚づくりのための予備的運動→③全体での学習課題の把握→④グループでの壁倒立の練習→⑤グループでの技の連続の練習→⑥グループでの振り返り→⑦全体でのまとめという流れで授業を構成した．

6. 研究方法

以上のような単元の構成，毎時の流れ，またステップⅠおよびⅡの下位教材の設定によって，授業の中での「壁倒立」のできばえの成果を事例的に検証した．ここでは，子どもたちの壁倒立へのチャレンジの動きに関するビデオ映像による分析とその解釈を中心とした．特に，壁倒立が達成できているのかどうかの判断を前提に，達成できていない場合には，「肩の上に腰を乗せる」状態を阻害している要因の解釈を試みた．なお、壁倒立の達成の判断は，動き始めにおいて，あらかじめフロアに両手を着いた状態から足を振り上げても，立位の姿勢から上体を落として反転に持ち込む方法でもよいとし，大きな支障なく両手で支持し，臀部を壁に寄りかからないようにして，振り上げた両足を揃えて伸ばし，壁に着かせることができれば「できた」とすることとしている．

前記したように，第1時，および第8時に子どもたち全員のスキル・チェックとして，「壁倒立」へのチャレンジを撮影している．また，毎時，各グループの壁倒立の場にビデオカメラをセットし，子どもたちの練習のプロセスを撮影するとともに，それぞれの子どもが単元の中のどの時間に壁倒立を達成することができたかについての記録を残している．

7. 結果と考察

まず，この単元を通しての「壁倒立」の達成状況についてのデータを示してみたい．表2は，壁倒立の達成人数を単元の時間ごとに提示したものである．

表2　単元の時間ごとにおける壁倒立の達成人数

時　間	第1時	第2時	第3時	第4時	第5時	第6時	第7時	第8時
達成した人数	9	5	5	4	1	1	5	1
群	—	前半群			後半群			

単元第1時の壁倒立のスキル・チェックにおいて，クラス全体32名のうち達成できたのは3割弱の9名であった（小学校段階での希望的観測を指摘すれば，第3〜4学年，すなわち中学年程度においておよそ3分の2以上の子どもたちに壁倒立の達成を期待したいものであり，その意味ではそれまでの学習経験が大いに不足している状態であったと指摘できるものと思われた）．したがって，残りの23名が未達成であった．また，この23名のうち，この単元の中で，22名が達成した．残念ながら，最終的に1名の未達成者があったが，全体的に大きな学習成果が認められたと考えられる．

さて，ここでこの単元の中で新たに達成した22名について，その学習のプロセスをたどった場合，相対的に2つの群に識別できる傾向が見出された．1つは単元の前半まで，つまり，ステップⅡの指導に入った第4時までに，かなりスムーズに壁倒立を達成した群と，もう1つ，単元後半までその達成が遅れ，より多くの練習を要した群にである．ここでは前者を「前半群」，後者を「後半群」としてその学習の様相を検討してみた．

単元前半に達成した「前半群」の子どもたちのそれぞれ第1時におけるスキル・チェックの際の様相を分析すると，総じて，以下のようなつまずきの状況が観察された．

①学習経験不足のためか，壁倒立のイメージが薄く，その仕方そのものがよくわかっていない．

②振り上げ前の足の位置が手，肩から遠く，肩の上に腰が乗りにくい．

③振り上げ足を大きく開くことができない．

④蹴り足を伸ばすことができない.

これらの様相は当然ながらそれぞれの子どもによって相違はあるが,ステップⅠの指導を通して,「手の上に肩,肩の上に腰を乗せる」感じを掴みながらつまずきを克服していく様子が確認できた.総じて,それほど大きな困難を抱えずに壁倒立への達成に辿り着いていたと言える.

それに対し,ステップⅠを強調した単元前半では壁倒立の達成まで導けなかった「後半群」では,当初,前半群と同様なつまずきをそれぞれ抱えると同時に,さらに「腕支持感覚の欠落」がこの群の8名に共通してみられた.観察される現象として,逆位の姿勢で下半身を持ち上げると,腕で体重を支えられずにふらついてしまうのである.腕支持感覚が十分に耕されておらず,安定した逆位の姿勢を保てないため,この単元におけるステップⅠからの指導プログラムがスムーズに機能しなかったと言ってよい.いわば,逆位の姿勢で上体をどのように「緊張」させたらよいのかについての身体知の不十分さと言ってよい.

もちろんこのことは学習内容の抽出について記述したところで取り上げたように,予め推測可能であったと言える.意図的に作成したプログラムそのものは,自己の体重を支えることができる「腕支持感覚」の存在を前提にしているからである.この点からすると「前半群」はこの前提がおよそ満たされていた子どもたちであった.

そこで,第5時以降,腕支持感覚を身に付けていくために「予備的運動」を挿入したわけである.具体的には次のような課題に取り組ませている.それは,「四つん這いの姿勢になり,体重を両腕に乗せながら肘を曲げていく.両腕を一気に伸ばしながら上体を跳ね上げ,また四つん這い姿勢に戻す.この際に,肘を回内して腕が曲がらないようにして上体を支持する」というものであった.この予備的運動はその時点で壁倒立を達成できていなかった子どもたちだけではなく,クラス全体のウォーミング・アップの一部として取り上げた.結果的に,後半群の8名は,次第に安定した腕支持を獲得しながら,単元の末までに壁倒立の達成に至った.

このような全体的な結果からすると,1クラスの授業の一事例にはとどまるものではあるが,自己の体重を支える「腕支持感覚」が獲得されていれば,この単元で用いたステップ構成,つまり,学習内容としての「肩に腰を乗せる感覚」を軸にした下位教材群の構成とその配列は十分な成果を得ることができる可能性が示唆されたと解釈してもよいであろう.

8. おわりに

本論での考察から解釈できるように,ある目標となる動き(あるいは技)を習得しようとする場合,その動きに求められている感覚的世界は何か,またそこに子どもたちをいかに出会わせていくかという問いが非常に重要であろう.ここでの「壁倒立」の場合,総じて子どもたちの「腕支持感覚」を前提にしながら,「肩に腰を乗せる感覚」に導いていくことが,この動きの導入として大切になることが記述できそうである.その点からすれば,目標となる動きの外部観察可能なポイントを並列的,羅列的に取り上げ,子どもたちに提供するのではなく,その観察可能なよい動きをイメージしながらも,その動きをどのように発生させうるかという視点から,学習内容を抽出し直し,組み替え,さらにそれを教材化(運動課題化)していく必要がある.

そうだとすればこれまでも主張されてきていることではあるが,学年段階によるカリキュラム的発想に立てば,小学校低・中学年段階における「動ける身体づくり」とも言いうる「身体知」の土壌の拡大が一方でさらに強調されなければならないことが確認できるとともに,「技」(動き)の習得の段階では,多くの子どもに共通した「つまずき」の発見と,そこに視線を向けた「学習内容研究」がより丁寧に行われるべきであろう.その意味では,ここで提示した「肩に腰を乗せる感覚」

というのも，さらに追試され，＜学習内容－教材化＞の２つの側面からより洗練化されていくことが求められると言ってよい．

なお，この授業において，残念ながら未達成のままこの単元を終了してしまった１名は，ここでの「腕支持感覚」も安定したところにまで至ることができなかったこともあるが，一般的に言われる「体の締め」など，体全体の「緊張と弛緩」の関係を掴むことができないままであったと考えられた．なぜなら，ここでの「壁倒立」という運動課題に対して，その動きの前提として求められる体力的側面が劣っていたとは言えないからである．このような子どもにとっては，おそらく器械運動系領域にとどまらず，より広い運動指導の観点から動ける身体の世界を充実させていく方途の探究が我々に求められているであろう．

今後，基礎になる身体知の世界の拡大をも視野に入れながら，壁倒立の学習内容の洗練化のために，実践例を積み重ねていくことを課題としたい．

文献

稲垣忠彦ほか編（1991）シリーズ授業⑦体育・跳ぶたのしさ・側転，岩波書店，なお，高橋の座談会後の文章は，高橋研一，「わざ」を育てる，pp.195-203

文部科学省〔2015〕学校体育実技指導資料・第 10 集・器械運動の指導の手引き，東洋館出版社

文部科学省〔2017〕小学校学習指導要領解説体育編，東洋館出版社

高橋健夫・藤井喜一・松本格之祐・大貫耕一編（2008）新しいマット運動の授業づくり，大修館書店

高橋健夫・三木四郎・長野淳次郎・三上肇編（1992）器械運動の授業づくり，大修館書店