

鉄棒運動における指導方法の検討

ー塩ビパイプを使用した実践を通してー

教育デザインコース 保健体育領域

佐久間 光太

1, はじめに

鉄棒運動はできる・できないがはっきりしやすい運動と言われており、抵抗感を示す子どもも少なくない。また、事前のアンケート調査では鉄棒に対するイメージとして「こわい」「ママができていやだ」「成功する感じ（イメージ）がつかめない」というコメントが多く書かれていた。

2, 目的

事前のアンケート調査でみられた、つまずきの要因を解決するための補助用具と練習方法を検討する。その上で指導実践を行い、より効果的な練習方法を構築することを目的とする。

3, 補助用具の開発

- (1) 2本の支柱に約40センチ間隔で2本の鉄棒を取り付け、下側の鉄棒に塩ビパイプを装着した。



- (2) 鉄棒に塩ビパイプを装着し、カバンテープで手首をパイプに固定する。

4, 方法

- (1) 対象者ー ・Iスポーツクラブの総合体育コース
・小学4,5年生の女子14名
- (2) 内容ー ・けあがりに類似する運動10分
・自由練習15分
- (3) 調査方法ー ・塩ビパイプなし群をA群(7名)、塩ビパイプあり群をB群(7名)として、互いに25分間の指導を2日間ずつ行った。
・ビデオ分析:25分間すべての指導を撮影。
・アンケートを実施:計4回の練習後にアンケート調査を行った。

5, 結果

○ビデオ分析

A群

- ・各対象者が鉄棒に触れていなかった平均時間:約18分
- ・各対象者がてのひらを気にした(見た)回数の平均:26回
- ・取り組んだ動きの数5種

B群

- ・各対象者が鉄棒に触れていなかった平均時間:約12分
- ・各対象者がてのひらを気にした(見た)回数の平均:8回
- ・取り組んだ動きの数8種

○アンケート結果

A群

- ・恐怖心がある対象者5/7名
- ・手に痛みを感じている対象者7/7名

B群

- ・恐怖心がある対象者2/7名
- ・手の痛みを感じている対象者0/7名

B群は自由記述にも「鉄棒に上がれて良い」「クルクルまわられて楽しい」等の楽しさを表すコメントが多くあり、計11件にのぼった。

6, 考察

(1) 運動の面白さの視点

- ・ぶら下がったり回転したりする機会を増やすことで、「上がる感覚」「逆さ感覚」や「回転感覚」への気付きを促すことができた。(B群)
- ・どのように動くのか、どんな感じがするのかを頻繁に問い、動きの特徴を積極的に引き出し意味づけることで、感覚を顕在化することができた。

(B群)

(2) 学びの視点

- ・子どもたち同士での補助のし合いは、塩ビパイプなし群の方が多く見られた。(A群)

- (3) その他 てのひらの痛みがないため、てのひらを気にせずに積極的に取り組むことができる。(B群)