

陸上競技の興味づけ指導について

メタデータ	言語: jpn 出版者: 公開日: 2017-10-03 キーワード (Ja): キーワード (En): 作成者: メールアドレス: 所属:
URL	http://hdl.handle.net/2297/23531

陸上競技の興味づけ指導について

宮 口 尙 義

はじめに

陸上競技というスポーツは、オリンピック競技では主要競技としてだれもが認めているが、さりとて人気のあるスポーツとはいえない。国内競技会に集まるファンの数などはきわめて少ないし、正課の体育授業のなかでもおもしろくないものの代表としていつもあげられている。それにもかかわらず、だれもが経験する小学校の体育時に、「かけっこ」は案外喜んで、一生懸命走った記憶をもっているものである。これは勿論、他の運動をあまり知らないということもあるだろうが、小さい時から、だれに教えられなくともある程度はできるということと、相手とくらべたいという子どものもつ競争本能を満足させる教材であるから好まれるのであろう。それが年令とともに、いつの間にか好まれなくなってくる。その原因は成長にともなう心理的なものも考えられるが、学習内容に楽しみの要素が少なく、運動そのものが単調だということもあるだろうし、勝敗があまりにもはっきりすることから、能力の劣るものは嫌ってくることもあるだろう。また他面に、指導者の陸上競技に対する取り組みの姿勢が影響していることも十分考慮してみる必要がある。

たしかに、陸上競技の指導にあたっての教師の悩みは、他の運動のように喜んで学習してくれないことである。これまでも、この悩みから抜け出そうと効果的な学習方法をいろいろな角度から深められているが、現状の指導場面に直面すると、生徒は背をむけてしまう。

そこで本稿では、これらの原因の分析と対策の試みとして、主に学習意欲をもりたてる興味づけ指導に着眼し、その方法を論じようとしたものである。

〔方 法〕

本稿の基礎的な分析と検討の資料として、第23回日本体育学会(1972)「陸上競技における興味づけ指導」と題し、主に一般学生及び体育専攻学生を対象に、陸上競技に対する自発的な学習を促すための方法として、指導する側から指導される側への提言として「興味づけ」を事例的な方法で、いくつかの種目をとりあげ報告した。陸上競技が正課授業の中でとり扱われる場合、あくまで教材の習得を通じてこそはじめて学習者の興味が湧いてくるという結果を得ることができた。また、指導者側についても、つい基礎運動能力の養成ということをとりに、ときには押しつけ的な指導におわたり、理論を強調する間に練習の時間が短縮されたり、助言に必要以上の時間をかけて、学習者から満足を奪う結果も生じてくることが明らかになった。

つぎに、本学部教科教育研究第12号に「陸上競技の効果的指導に関する研究」として、主に陸上競技の特性を深め、効果的指導方法の試案をとりあげてみた。その中でも興味づけ指導論の概念について次の三点があげられた。

「陸上競技は教材として扱いにくい」

「指導の効果がなかなかあがらない」

「生徒は喜んで学習してくれない」などの多くの問題をかかえながらも、結局、指導者の陸上競技に対する熱意と研究に支えられていくことが重要であることが明らかになった。

今回はこれらの研究を基盤として、本学部体育専攻学生、及び一般学生の授業を通じて、陸上競技の専門的な立場から、意欲と興味づけに力点を入れた指導論に検討を加えようとしたものである。

[1] 教材としての陸上競技がもつ問題点

陸上競技の指導の困難性については、いろいろとその原因があるが、その根本となる問題についていくつかとりあげてみたい。

(1) 陸上競技の特性について

陸上競技を教育的立場において把握するための第一の手がかりとして、陸上競技の特性の再認識ということが考えられる。それは、各種の特性を分析し、検討していくことによって、教材としての運動の領域や、それに対する指導上の留意点や問題点が明らかにされると考えられるためである。

陸上競技は古くは人類の歴史とともに歩み、生活と結びついたものとして発達し、最も古い歴史をもっている。したがって、いつの時代においても、どこへいっても、人類が滅亡しない限り、走ったり、跳んだり、投げたりする運動はつづけられるものである。この最も簡単な基礎的な運動を体系化し、技術としてまとめたものが陸上競技として位置づけられたものであると考えることができる。即ち、自然発生的に生まれてきたものであり、しかも全世界共通のものである。人間の基礎的運動そのものの中で、人間の体力を最高度に発揮するという点においても他の種目と異なる点である。

さらに、陸上競技のなかに含まれる基礎的運動としての、走、跳、投という各技能内容は、他のスポーツ種目のそれとはまったく異質なものである。すなわち、各球技運動や、体操競技

のなかに含まれるこれらの、走、跳、投の基礎的能力は、陸上競技とは異なり、必ずしも人間の最高能力を発揮するための場ではない。このように考えてくると、陸上競技は、人間の基礎的運動そのもののなかで、体力を最高度に、しかも効果的に発揮するための技術を身につけることのできる運動として、その位置づけが成されるようである。

このように陸上競技を、他のスポーツ全体のなかに位置づけ、そのなかにおける陸上競技の特性を広く理解することが、教育としての陸上競技を考える場合に不可欠のものとなってくる。

(2) スポーツとしての立場と教材としての立場

一般に陸上競技を考える場合に二つの立場がある。そのひとつは、スポーツ競技としての陸上競技という立場をとるものと、いまひとつは、学校体育の教材としての陸上競技という立場である。従来、この両方の立場が非常にあいまいで、その内容の受け入れ方においても、その区分が明らかであったとはいえない。とくに学校体育の目標を考えた場合に、教材としての陸上競技の位置づけがぎわめてあいまいではないかと思われる。

学校体育における体育実技では、基礎体力の養成や、人間の生活、生存に要求される基礎的運動技術の習得が、もっとも重要なねらいとされなければならないはずである。とすれば、学校体育教材としての陸上競技では、まずこれからの人間の生活、生存に役立つ基礎的運動技術が身につけられるようにしなければならないことにある。

さらに、教材として扱う陸上競技のねらいは、対象に年齢差はあろうが、各種目の技術向上・体力の向上・競技をとおしての態度の高まり・規則の理解と運動能力の高まり・健康・安全に対する態度の高まりなどが共通に考えられる点であろう。

(3)教材のなかでの位置づけ

近代トレーニングは陸上競技や重量挙げなどに始まったといっても過言ではない。このため陸上競技は体力づくりの運動であると考えたり、あるいはインターバル・トレーニングで行なうものというように理解している指導者も少なくないようである。しかし、陸上競技はスポーツであって、よい成績をあげるのに体力がきわめて重要な領域であるにすぎない。たとえば器械運動は体操競技の別名としてとらえることができるから、現行の運動教材のなかでは、徒手体操領域のみが体力づくりそのものの主なねらいとしているといってよい。音楽と一体となった、たのしみに行なう体操は、競争をとまわらないスポーツ、または、レクリエーション運動としてとらえることが許されよう。

これからの学校体育で、体力づくりをねらいとする運動領域を設けて、筋力、敏しょう性、持久性、柔軟性などをねらいとする基礎的運動を取り扱うようになったときには、陸上競技をはっきりとスポーツ領域として位置づけておくことが望まれよう。

また、陸上競技では速く走れる走り方、経済的にエネルギーを消費する走り方、遠くあるいは高く跳べる跳び方、遠くへ投げることのできる投げ方をするという特性を忘れて、器械運動の場合と同じような考え方で、ややもすると指導することが少なくなかったのではないだろうか。たとえば、走高跳の指導で、背面跳の形ができるようにするということがねらいになって、より高く跳べる技術としての背面跳を身につけるといふ本来のねらいが見失われることが多かったのではないだろうか。

学校体育実技では、一流選手の技術を目標とすべきでなく、習熟度、体力差、発育段階差などに応じた指導ができるように、技術を段階的にとらえておくことが重要なのである。

(4) ねらいとするのは体力か技術か

スポーツとしての陸上競技の領域は、一般に体力を目ざしつつ、特殊ないくつかの種目では

必要な技術の獲得をも目ざす領域ということが出来る。最近の小、中、高校の新しい指導要領においても、身体的発達の目標に対する陸上競技のねらいを技能と、走、跳、投の能力を養うことにおいているのは、体力と技術の一体的関係に着目したものと解してもよい。つまり、体力はこれを一般的（全面的）体力と専門的体力に、技術を基本的技術と専門的（応用的）技術とに分けて段階的にとらえ、とくに、学校体育の正課授業においては、全面的体力づくりについては主として体操の領域においてその育成を目ざすが、専門的体力と技術については、すべて陸上競技の領域において目ざすことを主眼にしているように思われる。

発達の段階に即してみるならば、

- ・全面的体力+基本的技術→小・中学校
- ・全面的体力+やや専門的体力+やや専門的技術→中・高校
- ・全面的体力+専門的体力+専門的技術→高校・大学

というように、体力と技術の組み合わせを考慮することができるようである。

このように、陸上競技の体力と技術の関係はそれぞれの反復練習の間に相互に高められる関係にある。したがって指導者は体力主義とか、技術主義の両極は、理論的には成立し、その論理は興味深い、実際にはあり得べきではないと解すべきである。いずれかのねらいを重視することはあっても、それは指導における体力か、技術か、とは異なる問題である。要は大部分の運動が、学習の場において技能習得を目ざして活発に活動が行なわれる過程において、指導者がたえず体力養成の側面から評価を行なうとともに、運動領域の特性に応じて、指導の力点をより技術面に、または体力面に置くことが望ましいと考える。

(5) 教材の一貫性

学校体育の実践が、スポーツのコーチングに近い実情を呈していることは何とも割り切れない感じをとまなうものである。このような実情

が現況の学校体育、とくに中、高校、大学も含めてであるとすれば、果たしてそれを学校体育とよんでよいのかどうかということに、大きな疑問をもたざるを得ない。

たとえば、小学校で指導されている陸上運動のなかでとり入れられている走幅跳をみると、そこで指導されていることがらと、高校で指導されている走幅跳のなかで指導されていることがらとの間に一体どれだけのちがいがあのだろうか。小学校でも走幅跳では、一応助走、踏み切り、空中姿勢、着地などについては指導している。ほぼ同様のことが、中学校、高校、大学までも行なわれている。そしてよくあることは、それぞれが下級学校では一体何を教えてきたのか、といういかにも何も指導していなかったといわんばかりの上級学校による詰問であり、それぞれの下級学校は運動能力差の広がり为主要な弁解材料にしているという醜態がある。ここから出てくるのが、運動能力別グループ編成による学校体育実践であり、学級を中心とする指導が重視されず、学級構成もゆるやかな大学においてだけそのことが可能になっている。このような走幅跳の例は、ひとつの象徴的な例であり、また走幅跳について立派な指導をしていると自負される上級学校（高校・大学）の指導者もいるであろうが、問題は、それがスポーツのコーチングではなく、体育であるという根拠がどこにあるのか、ということを明らかにされなければ、立派なコーチングであるという限界内にとどまって、やはり学校体育とはいえないのではないかと考えるのである。

〔Ⅱ〕 陸上競技に対する意欲と興味づけ

(1) 学習の意欲について

正課体育を、学習するものが楽しみにして、すすんで参加してくれるようになることを望むのは、体育の指導者としての共通の願いである。そして同時に、授業終了時にひとりひとりが満足し、歓びに溢れるとともに、次時への期待をもってくれることを常に願っている。しか

し、陸上競技の授業においては、従来からの形式的、部分的な指導が多くなされ、指導される側にすれば、こんなにおもしろくない授業は体育実技のなかにあったのだらうかと、指導をされるたびに思うのではないだろうか。

一般に陸上競技の授業では指導する教師側と、指導される生徒側のふたつがあるが、一方が楽しくても、一方が楽しくないと、これは楽しみが半分で、結果としては楽しくないと判断される。どちらかといえば指導する教師側が楽しいと思ひ、指導される生徒側が楽しくないのが多いようである。現状をみても、授業の初回に「きょうから陸上競技」といえば必ず悲痛な声が返ってくる。「苦しい」「疲れる」「遅いから恥ずかしい」という気持が先に立ってしまったり、やる前に勝敗がそれとなくわかってしまうので、意欲が湧かず、興味さえもなくなるようである。

体育の学習は、自らすすんでこれを行なうことによって、満足を得るような意欲によらなければならない。このような意欲を個人にもたせるには、興味、動機づけ、レディネス、物的あるいは人的条件などがあげられるが、運動をする場合でも、個人を運動にかりたてるには、自らすすんでやる、面白くてしかたがないからやるのだという学習欲が当然必要になってくる。このような学習欲は報酬による動機づけなどのそれと異なるのは当然であろう。もし問題に対する正しい解答が報酬として餌をもらうことに結びつくとすれば、真の意味の趣旨から離れた餌をもらうために行動するといった形の異なるものに置きかえられてしまう。

ブルナー (J. S. Bruner) は教育の場面で意欲をもちあげるために必要な動機づけを次のような内容をあげている。

・好奇心

好奇心はある事柄に対する注意であり、その注意は、その事柄が何であるかがはっきりしない不明確さがあり、結末のはっきりしないものに対するものである。この不明確さが明確になるまでその注意はつづくものであるとしてい

る。このような好奇心は、一時的にもたせるだけにとどまらず、次々とあたらしいものに自ら好奇心を能動的に起こさせ、持続させていくものでなければならない。体育の授業においてもこのように、結果が明確なものをみせられるよりも、疑問を感じ、当惑し、何故だろうか、どうすればよいかなど、意欲をもってあたることが重要になってくる。ただ、陸上競技のもつ難点は、時々刻々変化する種目であるがゆえに、この好奇心や注意をひき出し易い場面をつくりあげるのは比較的困難な種目である。球技などにみられるゲーム場面をもたないことに苦心させることを反面知る必要がある。

・能力を高める意欲

活動を行なうにさいして、それに加えられた努力に対し、それがある程度果たし得たと感じない限り、その活動に対する意欲を持続させることができないとしている。体育の学習にあたっては、個人個人は課題に対する活動に、他人よりよくできたいということよりは、寧ろ、自分自身の以前の力、過去の記録などに対して、どのくらい伸びてきたとか、向上したとかの量に対して非常に興味を感じ、与奮と努力を生み出してくるものである。そのためには、自らの努力の過程やその結果が、以前の技術なり能力なりと比較して、どのようになってきたかを知る方法を工夫しなければならないし、こうして得られた経験はさらに次の段階にすすむ能力に対して、ひとつの自信をあたえるものになるものである。陸上競技の特色として、自己の能力が客観的に数量で示されることがあげられるが、この能力を高める意欲の貢献においても最も早道の教材でなければならない。とくに各種目への到達目標づくりが比較的行ないやすい陸上競技は、学習するものに対して、適度な目標をあたえて、自分でも結果が解るようにすれば一層意欲を喚起することができると思われる。

・模範を見習う意欲

自分の能力を高めようとする意欲をどのように果たしていくのか。技術も純粋に追求することはかなりむずかしく、それは多くの模範者の

なかから自分がそうでありたいと思う人のそれをイメージ化し、モデル化してそれによって学習をすすめていこうとするものである。

体育学習の場において、心のイメージと、動きのイメージが一致しない場面が多く生ずる。頭で考えてばかりいて、実際の行動へ移せないというのが多く見受けられる。「よいものを見せる」「他のものを見て比較する」などをとおしてすばらしい動きに対する感受性や、すぐれた技術表現を学ぶことが可能なので、見ることによって、主体的に学習し、実際行動に移す努力の過程が生じてくることを知る必要がある。

(2) 興味づけについて

戦後、教育は教師中心主義から、生徒中心主義に移行し、生徒の興味が重要視されるようになった。そのために、生徒が積極的に参加し、それによって教育的効果が得られるとみなされる団体種目が教材として盛んに使用され、個人種目は圧迫された傾向がづづいたようである。団体種目として、たとえば球技は遊戯的要素を多分に含んでいるため、生徒に親しみやすく、とくに教材として盛んに用いられてきたことは事実である。

こういう教育界の流れの中で、個人種目である陸上競技は圧迫されながらも、教材として今なお用いられてきたというなかに、それなりの教育的価値があったからであろう。そういう教材として不利な状況にありながら、なおかつ、現在直面している大きな問題がある。それは、陸上競技という教材が、どうしても学習するものにとって好きになれない、指導者にとってもその方法がなかなか困難であるということが依然として存在していることである。ここに陸上競技がかかえる大きな悩みがあるわけである。

いうまでもなく、正課体育の授業の活動は、生徒が主体であるが、その活動を計画し、指導するのが教師の使命なはずである。生徒が陸上競技を嫌い、その結果として授業の効果があがらない。したがって、面白くない、やる気がしないといった、最初から教材そのものへの敬遠

の姿勢が伺われる場合が多くあったのではないだろうか。このように陸上競技は、学校体育教材として、価値と必要性からは高い評価を受けながら、人々に人気のないのはなぜだろうか。もちろんスポーツのもつ特質につらなるいろいろな原因があるだろうが、そのひとつとして指導方法が当然あげることができるようである。どんなスポーツでも、それを行なうものは運動そのものに興味を感じ、興味をもつことから始められる。そしてそれが身体技術を高め、その技術を競って優劣を決めるよろこび、身体の運動技能を高め得たよろこび、どこまで高め得るかその可能性の限界をつきとめる努力のよろこび、というものにつながり、運動の魅力をさらに追求しようとするものである。このような観点からすれば陸上競技の指導は

第一は、陸上競技に興味を感じさせることでなければならない。だれもが走ってみよう、跳んでみよう、みたいという気持をおこさせることに指導の重点をおかねばならない。

第二は、運動の魅力を、無理なく深め拡大していく技術の系統的な指導が重要になってくる。無味な基礎技術などの反復ばかりではこの目標は達し得ない。

第三は、運動の魅力を追求していく、そのしかたの指導である。練習の時間、方法、その運営のしかたなどが指導されることになろう。ただ練習の量を多くすれば、ただ時間を多くかければというのではなく、だれもが楽しく運動の魅力を追求できる方法を指導することが必要である。

第四に、運動の魅力の追求が、将来どんな価値があるのか、そのためにはどういうあり方がよいかを指導しなくてはならない。

〔Ⅲ〕 興味づけ指導の条件

(1) 指導者に関する条件

学習するものに興味をいだかせる根本的な方策は、教師自身が陸上競技の経験を深めて、指導力を高めることがまず重要になってくる。単

純な運動であるだけに、だれでも興味をもつものと思われるが、指導者が技能を分析し、その順序の系列をはっきりして練習させれば、技能の上達も、時間・距離で計測されるし、自分の能力の発達過程にも興味が湧いてくるものである。走運動の指導のなかで、ただスタートの要領と、疾走の技術を教示しただけで、記録を測っても、学習者は走ることに価値を見出すことはとうてい出来ない。勝者は優越感を味わえるが、敗者は常に劣等感だけが残る結果になる。競争はスポーツにおいては絶対的な意味をもってはいるが、体育の学習での競争は教育手段に過ぎない。走るのは相手に勝つためではなく、自分の能力に対して挑戦し、その限界を見極めることである。また、走ることによって運動の基礎的スキルを高めることである。そのためには練習における能力の進歩を記録させたり、練習によって基礎的能力が発達していく過程を理解させたりすることが必要である。

やってみようとする気持を起こさせる指導法を究明し、教師の指導技術を高めることが技能の高い生徒を育てることであり、ひいては興味と意欲をもち立てるものであると考えられる。

さらに、陸上競技の教材の特性から、指導する教師の実技力を相備えることが要求される。教師自身、確固たる指導理念をもち、確固たる自信をもって、指導に全力を注ぐことは当然必要とされるが、反面、理論のからまわりにとどまり、陸上競技そのものの実技力がともなわないために、学習する者の最終的な効果を眺めた場合、必ずしも満足のいく結果は生まれない。陸上競技の経験のない、しかも実技力がともなわない机上の論をかかげての指導は絶対にあるべきではない。

・陸上競技は個人の能力や、個人差を開発することに大きな意味があるので、それを無視した画一的な指導法は改める必要がある。

・陸上競技の本質や、価値を学習者に認識させ、その基盤の上に立った指導であるべきである。無理な強制や単なるあそびでは陸上競技本来の姿から逸脱する。

・陸上競技の魅力をみつけ、どのようにしてそれを追求させていくか。

・発育発達の面からみて、各々の種目が系統的、段階的に指導がなされ、かつ、学習者の要求度に適したものであるかどうか。

以上のことについて、教師自身は指導にあたり、ふまえておくことが必要であろう。

(2) 学習者に関する条件

導入段階での動機づけ、即ち陸上競技の各種目の特徴、技術などの理解をはかることが重要な課題である。さらに、各種目の技術のイメージを植えつけさせ、あこがれ、強烈な印象を与え、学習するものがやってみたいという欲求を起こさせることである。次に体力づくりの必要性の理解である。体力づくりの必要性と、陸上競技の特性を十分に理解させることにある。陸上競技はその性格の上からも、走れば苦しいし、楽しみの材料になるものとは思われない。しかし、体力づくりがきわめて効果的にできる運動種目であること、また、個人種目であるために、個人差に即した能率的体力づくりができるという特色をも理解させる必要がある。

(3) 学習環境に関する条件

陸上競技は人より優れているかどうか容易に、しかも客観的に判断できるという特性をもっている。従って劣っているものは劣等感を強くいただくことになりがちである。学習するものの能力をよく把握して、より学習しやすい場を設定してやることが重要になってくる。競争の場をできるだけつくらないようにするなど、自分自身の向上ということに興味をもたせるようにしむけることである。そのためには、いつでも手軽に自分の能力がわかるように施設や器具なども準備しておく必要がある。測定と同時に手軽に記録できる方法などは工夫と準備で、学習するものに与える興味は相当高まるはずである。

また、すすんで学習するようにしむけるには、「安心して学習できる」という場面づくり

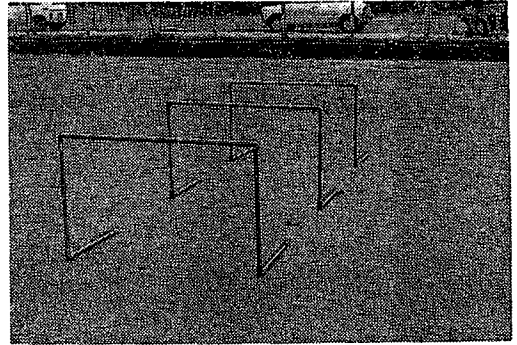


写真1

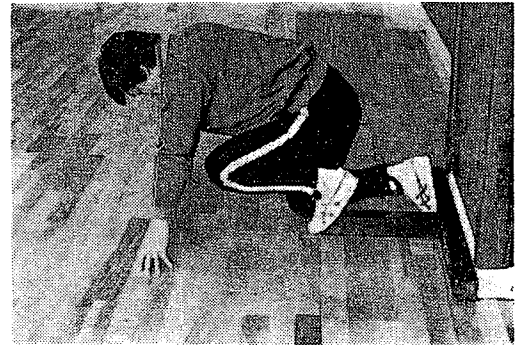


写真2

が大切である。施設、用器具も学習者の数と関連して適当に配置しなければならない。

「手軽に使える」「こわれない」「面白く使える」ということは、望ましい学習場面づくりでの必要条件である。このように施設や器具などが安全で、しかも使用が容易であってはじめて興味のある学習をさせ得るものである。

本年この試みとして、とくに興味づけが困難とされる走運動に用いられるスタート台、障害走として用いているハードルをこの観点から工夫し創作してみた。スタート台は屋外、屋内両面での使用が可能であり、競技用に使われるものとしてのスタート台に比較し、きわめて容易に使用してくれている。また、簡易的に工夫したハードルも、管理面で容易であり、重量感、ハードルの圧迫感が少なく、その上低価で手軽に作られるなどの点から好評であったようである。(写真1, 2)

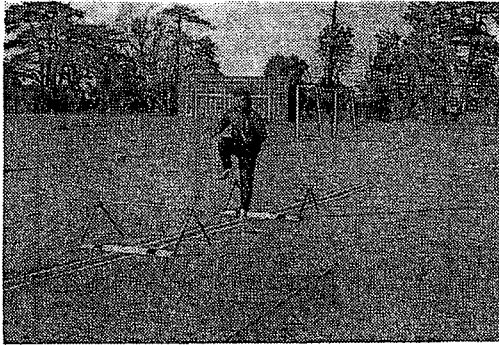


写真3



写真5



写真4

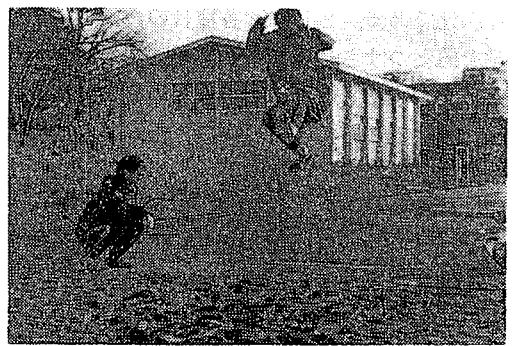


写真6

(4) 学習方法に関する条件

いろいろに変化に富んだ方法を用いて、正しい動きを指導することが重要である。とくに初歩的な導入の段階では、走、跳、投の遊戯化したものを取り扱う方法も一策である。陸上競技の指導では、とかく競技としての陸上競技の規則をそのまま適用し、そのために用器具や、競技場面が学習者を緊張させてしまう。そこで試みとして写真(3, 4)はトラックのコース幅、ハードルも全て規則外におきかえ、走運動技能の基礎的な練習をねらってみたものである。

写真(5)は走運動を模倣化したの訓練をねらったものである。前走者に全ての動作を合わせたランニングである。写真(6)は跳躍での高さを訓練する方法として、高さを跳び越え、標印の中に着地することをねらったものである。

いずれの試みも、学習者は何回も、しかも興味をもって楽しみながらの活動であった。

能力が劣るものには、その方法を考慮することが大切である。組み分けを適切にし、単独競走のときは同質グループ、リレー競技などの場合には異質グループを構成するなどの配慮が必要であろう。とくに競争的に競技を実施する場合には、遊戯的要素を含ませながらの指導は効果があがるものである。

つぎに、陸上競技は一見単純なようであり興味をひきつけにくいだが、フィルム、スライドなどにおいて技術の分析や、フォームの分解的解説など、実際にみせることによって興味と関心をもたせることが重要である。陸上競技は運動の形式は単純でも、その単純な動作の中に含まれる技術の深さは限りないものがある。その技術を深めていく過程にスポーツとしての面白さがある。常に競技のフォームに夢をもち、その夢を実現するように努力する過程が教育であることから、導入、指導の途中などに是非利用すべきであろう。

また、陸上競技の指導は一斉学習や、グループ学習が多くとり入れられる。この集団的指導のなかには能力の差異があり、その実際に応じて個人的に指導することは、きわめて重要である。とくに個人競技としての個人の能力を十分に伸ばすことが要求される。その意味においても学習形態はどうであろうとも、個別指導は陸上競技の学習においてとくに重視する必要がある。

進歩の過程によるこびを感じさせ、努力の結果を評価する場合、留意しなければならないことは、技能の劣るものに如何に興味をもたせるかということである。方法として、仲間と記録を競うのではなく、自己の力を土台にして記録を更新し、自己を伸ばしていく過程に関心をもち、よろこびを感じるように指導することが望ましい方法ではないかと考える。

評価にあたっては、測定された技能の結果で決めるのではなく、個人が如何に努力したか、その結果、どれだけ前より進歩したかを主たる評価の観点とし、到達目標よりも個人に即した到達目標を決めて、その目標をみざして努力するように指示することが要点であろう。

速く走り、高く跳ぶ能力は、生得的な素質に影響されることが多いが、教育はあくまで個人の可能性を最大限まで発揮させることがねらいであり、学習指導の効果は、前の状態にくらべて如何に変化し、修正を受けたかを問題とするからである。

まとめ

運動種目に対する興味の調査によると、陸上競技の興味順位は甚だ低いところに位置づけられている。この傾向は下級校（小・中学校）より上級校（高校・大学）とだんだん低下していくようである。本質的に陸上競技はそれほど興味の少ない運動なのであろうか。陸上競技に対しての興味を失なわせている原因はいくつかあげられるが、

・陸上競技に対する理解と経験に乏しい指導者によって指導されている場合

・指導方法に欠陥がある場合

の2点に大きくまとめられるようである。そうだとすれば、競技に対する興味の低さは、学習者自身の内面的な欲求からくるものというより、指導者の指導方法によって支配されている場合が多いと判断される。

ただ気をつけなければならないことは、進歩的と自負する指導者の中には、興味の調査に基いて教材の価値評価をして、興味や関心度の高い教材にウェイトをかけるべきと主張することであろう。そうすれば当然、歓んで出来る種目が花形になってくる。これらの運動が教材として不適當というのではないが、体育という立場から考えるならば、単に学習するものの興味という点だけから教材を考えるわけにはいかないであろう。

陸上競技は運動の形式からみると単純であり、直線的である。球技などのように、競技のなかで偶然性やスリルも少なく、射倂的な要素もない。走、跳、投の種目はそのまま自己の能力として計測され、相手との勝敗も明らかで、明瞭に能力の順位がつけられる。このような運動の特性は、強い体力をもったものには興味があるが、弱いものには甚だ面白くない運動に感じられる。現代的な気質として、運動量の多い、しかも一時的に過重な疲労を起こす運動より、疲労が少なく、運動の興味が直接的なものを好む傾向がまことに強い。

このような観点から、陸上競技は競技会で行なう競技種目と、体育教材としての陸上競技種目とを分けて実施することが重要であると考えられる。一般に行なわれているスポーツとしての陸上競技を体育教材として借用してきた歴史的背景から、実際指導の上で両者の立場が混同されており、殆んど区別がない取扱いがなされている。教材としての陸上競技も、スポーツとしての本質を否定するものではないが、目標は自ら異なった立場にあることを十分考えねばならない。即ち、純粋なスポーツとしての立場は、直接的にねらいは勝敗であり、記録であり、技術である。教材としての競技は、走、跳、投の基

礎的運動能力の増強と運動機能の強化, 社会的態度の育成などである。このわかりきったことが実際の指導面では混乱しているように思われる。

陸上競技の指導にあたり, 再度, 指導法について現状の教師は考えてみる必要がある。指導者によってはいろいろな考え方もあろうが, 学習するものが, 事実陸上競技を嫌っている現状をみた場合, 指導において, 生徒の感情を無視するならば, 教材としての目標である, 走, 跳, 投運動の能力, および体力向上を指導者だけの力ではとうてい達成できぬというものである。現時点で考えるとき, 生徒の感情を無視した指導は考えられないし, そうかといって生徒にまかせられる状態でもないようにも思われる。

これからの指導は, 生徒が何を必要としているのか, 生徒に何をもちたせなければならないか

ということを十分に考えて, まず生徒が陸上競技を嫌う理由を取り除いて, 陸上競技に興味をもたせる指導を工夫しなければならないと考えるのである。

参 考 文 献

- 学習指導要領の展開 (保健体育) 佐々木茂 山川岩之助 明治図書 P79~P88
- 新指導要領による小学校体育の指導 大修館 P151~P159
- 陸上競技教室 丸山吉五郎 大修館 P6~P16
- 新体育 35巻 (1965年) 新体育社 P20~P88
- 体育科教育 (1967年) 5月号 P2~P12
- 陸上競技における興味づけ指導 (1970年) 宮口尚義 日本体育学会
- 陸上競技の効果的指導に関する研究 (1979年) 宮口尚義 金沢大学教育学部教科教育研究12号 P57~P62