

① 鉄棒運動の一貫性の構造

鉄棒運動は、鉄棒を中心軸とした回転や振動の運動群であるといえる。したがって、個々のわざを習得する場合には、正しい懸垂や支持の仕方、あるいは勢いのつけ方や回転の仕方を身につけることが主要な運動の課題となっている。

指導書、解説書に例示されている鉄棒運動の技能内容を一覧表にすると図4のようになる。これをみると、児童生徒の能力、興味、意欲の適切な経験を通して、易から難へと新しいわざへ挑戦し、連続わざに結びつけるような目標や欲求をよび起こすように内容が発展的、系統的に精選されていることがわかる。小学校3年生までは、基本の運動の領域の中で、固定施設や鉄棒を使っているいろいろな遊びを夢中になって遊ぶことにより、運動の楽しさ、喜びに触れながら、鉄棒運動に必要な懸垂力や空間での調整力などの基本的な動きを身につけるように配列されている。

4年生からは、「さか上がり」の系統と「足かけ上がり」の系統が、順次新しいわざを入れながら連続わざをつくるような配列がされている。4年生では、「自分の力にあった連続わざ」が課題となり、連続わざをつくること自体が重要になり、5年生6年生では、さらに新たなわざを加えて連続わざをつくるのが、技能の習得とやらんで重要な内容となっている。中・高等学校は、小学校の発展として懸垂系および支持系の内容が具体的種目として例示されている。

また、小・中・高等学校一貫して「上がり→回転→下り」の「連続わざ」を重視しており、その組み合わせを工夫する場合には、個々の運動を、

上がり、回転、下りの運動に分類して、それらを組み合わせ、一連の運動として実施できるように工夫することが必要であると解説している。なお、組み合わせを工夫するには、個人差に応じて、既習の運動を中心に、新しく学習したものを組み合わせるといふ指導が大切であることも理解できる。

図4 鉄棒運動における技能内容の系統図

