

教材構成への新たな視点…山本貞美実践の検討

—「8秒間走」「折り返し持久走」「ねらい幅跳び」の相互関連—

江 刺 幸 政

(2002年9月30日受理)

A new viewpoint for the recomposition of teaching materials

— A consideration on Sadami Yamamoto's practices

— Interrelationship of “8 seconds running”, “Long-distance running with a repeating point”
and “Broadjump with a aiming target” —

Yukimasa Esashi

Yamamoto's practice “8 seconds running”, “Long-distance running with a repeating point” and “Broadjump with a aiming target” are known practices in the field of Japanese physical education. This study takes up these Yamamoto's practices and tries to clarify the constructive principles. The purpose of this study is to clarify the interrelationship among three practices and the principles for recomposition, to consider “maximum power” in case of using “play with all one's might” and to consider “Game, Contest and Competition in sports” from the viewpoint of educational competition. From the consideration in this study, I could get the following conclusion.

- 1) In the learning of sports-competition, we can compose various practical methods from the viewpoint which we wish to set.
- 2) We should consider the meaning “play with all one's might” without the meaning only in physiological and physical maximum power.
- 3) If we wish to have more educational effect in the learning of sports-competition, the methods of competition should be recomposed as an educational competition.

Key words: 8 seconds running, Long-distance running with a repeating point, Broadjump with a aiming target, constructive principles of teaching materials, educational competition
キーワード: 「8秒間走」, 「折り返し持久走」, 「ねらい幅跳び」, 教材の構成原理, 教育的競争

1. はじめに

山本貞美氏は体育科教育の研究者として著名な方である。山本氏によって発表された実践研究の中でも「8秒間走」は特に有名であり、「8秒間走」といえば山本貞美氏を、あるいは「山本実践」というだけで「8秒間走」をイメージするというほどである。このほかにも表題にある「折り返し持久走」「ねらい幅跳び」などもよく知られた実践であり、この三つの実践とその改良事例を取り上げた「高田典衛監修・山本貞美

著(生きた授業をつくる)体育の教材づくり」(大修館書店1982年)という著書も刊行されている。

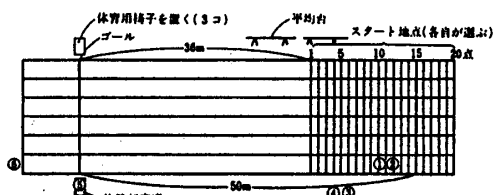
私も体育の教材構成という視点から、山本氏の三つの教材構成事例に関心を持ち、この三つの実践が持つ意味を考えてきた。私の関心事は、この三つの実践は陸上運動に関するものであるが、陸上運動以外の運動領域を視野に入れ、一般的な教材構成原理という視点から見る時どのような構成原理を持つものとしてとらえ直せるのか、ということである。そして、このような原理的考察が可能ならば、三つの実践の土台になっ

＜「8秒間走」の概要＞

短距離走は、走るの速い子にとっては楽しいだろうが、遅い子にとっては難しい教材である。そこで、遅い子にも全力で走る喜びを味わわせたいと考えたのが、この「8秒間走」である。

○「8秒間走」の方法

1. まず、各自の60メートル走の記録を測定する。
2. その測定タイムから、表に示した得点を換算させ、その得点から各自のスタート位置を決めさせる。(但し、最初は合格できるように、各自の得点から2・3点減じたものから挑戦させるとよい)
3. スタートから8秒後に合図し、ゴールに達していたかどうか判定する。
4. 合格したら、次々にスタート位置をゴールから遠くにして挑戦していく。不合格の場合は、再度挑戦するか、スタート位置を近くしてみる。



(15点を60m地点においた場合)

得点	秒数	得点	秒数	得点	秒数
1	11秒1～11秒2	8	9秒1～9秒3	15	8秒0
2	10秒9～11秒0	9	8秒9～9秒0	16	7秒9
3	10秒6～10秒8	10	8秒7～8秒8	17	7秒8
4	10秒3～10秒5	11	8秒6～8秒6	18	7秒7
5	10秒0～10秒2	12	8秒5～8秒4	19	7秒6
6	9秒7～9秒9	13	8秒2	20	7秒5
7	9秒4～9秒6	14	8秒1		

子どもたちは、自分の得点を高めようと、速い子も遅い子も全力疾走してくる。また、ほとんど同時にゴールインすることになるので、みんな真剣だ。

図1. 8秒間走

＜「折り返し持久走」の概要＞

他者との競争になりがちで、単調で苦しいの多い従来の持久走の取り扱いを避け、子どもたち一人ひとりの体力に応じた持久走のあり方を問うたものである。

図のように区画をつくり、「ベースゾーン」を設けている。これで見守れるように、競争にならないようになっている。また、ペース感覚を把握させる、心拍数と運動との関係を理解させるなどで、子どもの知的好奇心に訴えながら積極的に取り組ませることができる。

○「折り返し持久走」の方法

1. 100メートルを30秒ペースおよび60秒ペースが身につくまで何度も繰り返す。(その時にベースゾーンを走行中かどうかで判定。速すぎても遅すぎてもいけない。)
2. 心拍数を随時測定し、運動と心拍数の関係を知らせる。
3. 2を参考にしながら、各自の体力に応じた折り返し地点を選ばせる。(標準は100メートル)
4. 100メートル(標準であっても、個人によって違う)を30秒ペースで徐々に距離を伸ばしていく。5分間走り通す。
5. ベースゾーンを常に活用し、指定された時間より速すぎても遅すぎても不合格とする。合格したら帽子を白に、不合格の時はうらにして赤帽子にする。

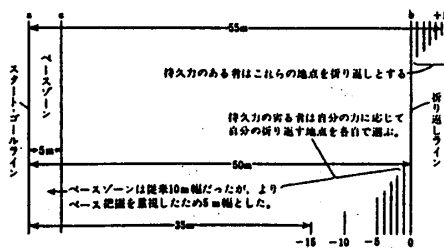


図2. 折り返し持久走

ている「短距離走」「長距離走」「走り幅跳び」もそうした構成原理で相互に変形できるはずであるし、また陸上競技以外の種目にもそうした原理が適用できるはずであると考えた。表題を「教材構成への新たな視点」としたのは、このような私自身の考え方を提出し、様々な種目における教材構成の視点として共有したいと考えたからである。この様な動機を背景に本研究の第一の目的は、三つの実践をそれぞれ関連づけながらその変形の原理を明らかにすることである。第二の目的は、三つの実践を統一的に整理する視点として、運動実施や運動学習における「全力で行う」ことの意味を問うことである。第三の目的は、スポーツにつきまとう「試合・競争・競技等」を、教育における「競争」の意味という視点から検討するものである。

2. 三つの実践の特徴

図は三つの運動の実施方法を示したものである。これらの教材開発の動機、方法的工夫や改良の過程、評価方法、授業実践への反響、残された課題などについては前記の「(生きた授業をつくる) 体育の教材づくり」に述べられているので省き、簡単にそれぞれの特

徴を私なりに整理して述べておきたい。

「8秒間走」の構成方法を考えてみよう。今、何人かで短距離走をすることでスタートラインにならびヨーイ・ドンで一斉にスタートし、8秒後の到達地点(距離)を確認する。「8秒間走」は、このようにして確認された到達地点をそれぞれのスタート地点として競争する(それまでのスタートラインをゴールラインとして逆方向に走る)形式であると考えられる…実際には図で説明されているように50m走の記録を得点に換算してスタート位置を決めさせる方が簡単である。「8秒間走」における各人のスタート地点での距離の差は、50mを走る時の速さの違いであり、走能力の差である。この形式の競争では、8秒後のゴールライン付近で横一線になり誰もが勝つ可能性を持っている。8秒以内にゴールした場合は、次回スタート地点を下げてスタートすることになる。

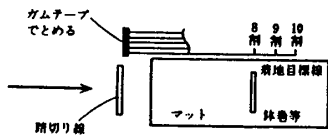
通常の「短距離走」は50mというような距離を決め時間(タイム)を争うが、「8秒間走」では8秒間という時間を決め、その時間内に走れる距離を争うという形式である。従って一人でも実施可能であるが、「8秒間走」の場合、多人数でお互いの能力差をあらかじめ確認した上で競争する形式になるので、ハンディ

＜「ねらい幅跳び」の概要＞

従来の走り幅跳びでは、より遠くへ跳ぶということが目的である。これでは学習前に既に勝負はついているようなものだ。(3メートルしか跳べなかった子が、5メートル跳んでいた子に勝てるはずがない。)そこで、全員共通の達成基準を設け、だれもが楽しく授業に参加できるように考えたのが、この「ねらい幅跳び」である。

○「ねらい幅跳び」の方法

1. まず、各自の走り幅跳びの最長距離を測定する。
2. 1をもとに、各自の記録の8割・9割の距離をひもにする。
3. 8割ないし9割地点に適切な目標物を置き、それをねらって正確に跳ばせる。
4. そのできばえを点数化し、随時、その得点によってグループ競争を仕組む。



各自のベスト記録より低い目標をめざして数多く跳ぶことで、跳躍力の向上をめざすと同時に、走力・パワーに余裕がある分だけ踏み切りを合わせることで、跳び方の良し悪しに注意すること(技術学習)が可能になる。単元の途中でベスト記録を測定し、それが向上すれば、さらに目標値を高めていくのである。

こうして、学習に取り組む姿勢も積極的になり、結果的には一人ひとりの記録を伸ばすことも可能になる。

図3. ねらい幅跳び

キャップ走といってよい。

次に、「折り返し持久走」であるが、これは一定のペースで長い距離を走るために工夫された教材である。長距離走の考え方としてよく似た形式を持つものに「ペース走」がある。通常の「ペース走」の場合は、走る距離を一定にして(1000m, 1500mあるいは2000m等)その距離を各人がそれぞれ一定のペースで走れるようになることを目指すが、「折り返し持久走」の場合は折り返し地点がそれぞれ異なっており(走る距離がそれぞれ違うことになる)、折り返し時間(30秒あるいは60秒)が一定という特徴を持っている。一般的な長距離走と「折り返し持久走」の基本的な違いは、一般的な長距離走が走る距離を一定にし、速さ(ゴールまでの時間)を競うのに対し、「折り返し持久走」では「8秒間走」と同様、折り返し時間を一定にし(結果的に全員の走る時間が一定になる)、それぞれが走る距離を変えている点である。

三つ目の「ねらい幅跳び」は、各人の最長跳躍距離の8割ないし9割を跳躍目標地点として正確に跳ぶという実践である。通常の「走り幅跳び」と違うのは、(8割9割といった)跳躍距離で表される目標に余裕を持たせ、跳び方の良し悪しに注意させることを通し

てベスト記録の向上を目指すという点である。

さて次に、これら三つの実践に共通する性格を考えてみたい。三つの実践の特徴を取り出してみると、「8秒間走」は全力型、「折り返し持久走」は一定ペース型、「ねらい幅跳び」は余裕型といったところであろうか。このように、「全力での力の発揮を基準にしてどの位の力を発揮するのか」という視点から見れば、三つの実践は、持っている力の発揮においてそれぞれ異なる形式を持つものとして特徴づけられる。しかしながら、三つの実践は異なる種目における具体的な実践(教材構成)として展開されているのである。したがって、ここで言う「どの位の力を発揮するのかという視点」を同一種目に当てはめて考えてみるができるなら、つまり相互に変換できると言うことができるなら、この三つの実践は同一の視点から構成されているということになる。

3. 「折り返し持久走」の性格

三つの実践の中で、特に「折り返し持久走」について考えてみたい。「折り返し持久走」ではまず100mあたり30秒と60秒という二つのペースが習得される。次に(各人が設定する)走りやすい一定のペース感覚を基準にして折り返し地点の決定が行われ、各人の走る距離が決定される。この場合、100mを30秒と60秒のペースで走るということの意味を考えてみると、この二つのペースは走りやすいペースを設定するための「速いペース」と「遅いペース」の両極を体感する指標となっていると考えることができる。

「折り返し持久走」のスタートラインの長さ(幅)は走る人数によって決定されるが、仮に10人が通常の短距離走のようにそれぞれ自分のコースを持ち、そのコースを走ると考えてみよう。そして、各人の折り返し地点にラインが入っていると考えると、「折り返し持久走」は「8秒間走」と同じ形式であることがわかる。違うのはスタート地点が「8秒間走」とは逆になっており、スタートラインが一定、折り返し点が各自異なるという形式になっているということと、「全力」で走るのではなく各自の「走りやすいペース」になっていると言うことである。したがって100mを30秒のペースで走る場合は、「8秒間走」のコースがすでに作ってあるなら、「8秒間走」のゴールラインをスタートラインとして一斉にスタートし、各自の走りやすいペースで走り、15秒後に到達した地点をそれぞれの折り返し点として走るという方法を連続することになる。このように考えてみると、「折り返し持久走」は、各自が連続して長い距離を走ることができる

ペース（気持ちよく走れるスピード）で走る「30秒間連続走」と言い換えてもよい。折り返しをしないうで15秒間を走るだけにすれば「15秒間走」である。この場合をもう少し考えてみよう。

「15秒間走」という場合、三つの方式が考えられる。一つは、「全力で」15秒間走る場合であり、二つ目は「ある距離（たとえば50m）を決めて」15秒で走る場合である。三つ目は15秒という「時間を決めて」走るが、「走る距離や走る速さを決めないで」走る場合である。一番目の方法は10秒間走、15秒間走、20秒間走などの「全力走」として実施できる形式であり、走る時間に応じて走る距離が異なる。「8秒間走」もこの方法に含まれる。二番目の方法はある距離を決めて走るペース走であり、50mを10秒ペース、15秒ペース、20秒ペースで走るというように実施され得る。これは一般的には「100m (1km) ○○秒のペースで走る」などという言い方でマラソンや長距離の選手によって実践されている方法である。三番目の方法は走る時間だけ決まっていて、走る速さ（ペース）や走る距離が任意に設定できる形式であり、「健康マラソン、ジョギング走」などで実施されている方法である。この方式で更にペースを一定にすると、それぞれのペースに応じて走る距離が決定されることになる。この方式が「折り返し持久走」の方式になる。これとは別に、時間を決めた上で走る距離を一定にするとペースを規定することになる。例えば、全力走で50mを8秒で走る生徒が45mあるいは40mを8秒で走ると仮定すると、それはそれぞれ9割ペース、8割ペースということになる。このことは「8秒間走」のコースを使って色々なペース走が可能になると言うことである。50mを8.5秒で走る生徒の場合は $(50m \div 8.5 \times 8 = 47m)$ の計算式から「(全力型の) 8秒間走」では47m地点からスタートすることになるが、9割、8割ペースではそれぞれ42.3m、37.6m、からスタートし8秒間でゴールするペースで走ればよいことになる。

4. 「ねらい幅跳び」の性格

「ねらい幅跳び」の最大の特徴は、最大跳躍距離だけを問題にするのではなくその9割や8割を目標とすることによって、運動過程の正確性や動作感覚を意識させようとしている点にある。全力での試行の9割あるいは8割の距離を目標とするという意味では余裕のあるペースということもできるがそれだけではなく、技術的追求の正確性や運動（動作）過程への意識化という方法的工夫にこそ、特徴がある。短時間に高速で経過する運動過程を意識化し、学習するにはそれなり

の方法が必要である。それを一定の距離を跳ぶことを目標とした「ねらい幅跳び」と命名することによって端的にその工夫を表現している。

この「ねらい幅跳び」と「8秒間走」の関連を考えると、「8秒間走」は全力型の変形であり、能力差をハンディキャップとして設定することによって対等な競争形式に作り上げたものであった。「8秒間走」における変形は全力走における走距離と走時間の変換であった。又それは、前項で見たように「8秒間走」のコースを利用し様々なペース走へと転換できた。つまり、前述したように、「折り返し持久走」におけるような各自のペースで一定時間走ることもできるし、「8秒間走」におけるスタートラインとゴールまでの距離を計算し、9割ペース、8割ペースとして走ることもできる。このような考察から、「8秒間走」「折り返し持久走」「ねらい幅跳び」の三つの実践は、「走運動」においては発揮する力の大きさの違い（最大の力の発揮に対する割合の違い）として、又、三つの教材事例相互の変換可能性としてとらえ直すことができるのである。このことは重要な意味を持つ。つまり、様々な課題を持って「短距離走」が実践され得る可能性を示唆しているのである。この様に考えてみると「短距離走」とは一定の距離の全力走だけではないのであり、様々な目的の下で、様々な力の配分（スピード）で取り組むことができることが示されているのである。

5. 「ねらい幅跳び」における「全力」の意味

このような視点の重要性を考慮しつつ、更に「ねらい幅跳び」という教材づくりの意味を考えてみると、「走運動」ととどまらない一般的な原理に気づく。それは「全力を発揮する」ということのとらえ方である。通常私たちが「全力で～をする」という場合、それはスポーツ競技としての試合形式を暗黙の前提にしていることが多い。それは一定の条件の下で最大の成果を競い合うという「競技」の考え方を背景にして全力を出し切るというふうに、生理学的・力学的な最大出力を意味していることが多いのである。しかし、「練習」あるいは「学習」ではどうであろうか。「全力を出しきる」という表現は同じ意味を持つのであろうか。この点について「ねらい幅跳び」が持つ意味を考えてみたい。

体育教育でスポーツを取り扱うとき問題になるのは、そのスポーツの行い方、言い方を変えれば、競技ルールと共に理解されるスポーツ種目を、どのように扱っていけばよいのかということである。授業で「厳密に

競技ルールを適用する」ことは生徒たちの技能レベルや授業人数あるいは授業条件（時間的・設備的条件）を考えれば困難であるし、又、勝敗や記録の厳密性という意味からも不必要なことである。したがって、一方で競技ルールをにらみながら、他方でその適用基準の緩和・変更を考えることになる。問題になるのは、その変更の程度であり、どんな基準で変更を加えていくのかとすることである。

「競技」は「ある時点で」発揮された能力の直接的な比較として特徴づけられる。これに対し、「練習」あるいは「学習」は将来に向かっての能力の生産、能力の拡大として様々に工夫される。「練習」や「学習」における「全力」という意味は、一定の目標実現に必要な様々な内容や要素を獲得するために用いられるのであり、「形成すべき能力との関わりの中で」使用される。一般的には、競技に必要な能力を分析し、そのようにして確定され下位目標として設定された能力を獲得するために全力を尽くすのである。このように考えれば、「競技として走る」と「練習で走る」とは区別されねばならない。この二つの「走り」とそこで「全力を出す」との意味は異なる。同様に又、体育教育において走るのは、体育的目標実現のために走るのだからならぬし、そうした目標実現に対し「全力で」取り組まねばならないのである。

このように考えてみると、正規の競技ルールと体育授業でのスポーツのルール（運動の仕方）の違いは、「今持っている運動能力を確認・比較するためのやり方」か、それとも「何らかの運動能力を形成するためのやり方」なのかという違いであり、運動する目的の違いでもある。この点が不明確だとルールの変更を巡る論議は堂々巡りすることになる。「走り幅跳び」で何を教えたいのか、そのためにどのような工夫が必要なのかや問われねばならないし、そのために何に全力を傾けるのかや問われねばならないのである。

「ねらい幅跳び」での学習内容は助走や踏切の正確性、空中での姿勢制御の意識化などであろう。こうした内容を学習するために最大跳躍距離の8割、9割が「ねらい」として設定されるのである。逆に言えば、この8割、9割という「ねらい」が助走や踏切・空中姿勢などの制御内容・制御方法を方向づけているのである。この方向づけは、全体の運動過程に余裕を作り出すことによって各人が何に注意すればよいのかという意識の持ち方への方向づけとして働いているのである。考えてみれば、走り幅跳びの練習方法としては多様なものが考案され実践されている。例えば、助走速度や助走距離を制限したり変化させたり、あるいは踏切までの歩数を設定して跳躍距離との関係を調べるな

どであり、それらに伴う空中姿勢の工夫などである。競技選手たちが取り入れるそうした多様な練習方法は、最終的には常に最大跳躍距離の増加に結びつけられるのであるが、「ねらい幅跳び」もそうした練習方法の一部に含まれるものであることは間違いない。ただ、この「ねらい幅跳び」が単に練習方法の一つに終わらないのは、それ自体が一つの完結した運動実施方法（種目）としての性格をもっている点である。それは走り幅跳びを何のために行うのか、何を教えようとするのかに関わっている。

全力型としての走り幅跳びを余裕型の方式に転換したことに伴い、あらためて走り幅跳びで何を教えるのかという問題が提起されるのである。最大飛躍距離の増大のための一つの練習方法だとすれば、走り幅跳びを教える目的はそうした運動能力の拡大と言うことになる。しかし、「最大飛躍距離の8割、9割を正確に跳ぶことを目的とする」とすれば最大飛躍距離の増加は直接的な目的にはならないのである。間違いなくいえるのは、全力で跳んだ場合との様々な違い（感覚的、動作的ちがい）を実感できること、又、走り幅跳びという運動を構成している色々な要素（的能力や動作、感覚など）を意識的に取り出したり意識化することができるということである。それは走り幅跳びという運動を分析・総合する方法の学習といってもよい。

このように全体的な運動過程の構成要素を意識させる方式は、よく考えてみれば、スポーツの練習場面ではいつでもどこでも見られる方式である。既に述べているように、「練習」は運動能力の生産であり、全体的な運動過程を構成する様々な要素的能力を意識的・計画的に形成するために行われる。「学習」も又「練習」と同じ性格を持っているが、それは必ずしも競技における最大の結果を生み出すことに直接結びつけられているわけではない。というのも、最大跳躍距離（あるいは最大の成果）の増加にはたくさんの条件の克服が関係しているからである。短い授業時間と少ない学習（練習）量の中でそれらの条件が整えられるという保証はない。当然ながら、跳躍距離の増加が望めないことも起こり得るのである。しかしだからといって、走り幅跳びの授業が不必要であると言うことにはならない。最大跳躍距離の増大以外にも学習すべきことはたくさんあるからである。

6. 「ハンディキャップゲーム」…教育における「競争」の取り扱いについて

この内容については既に断片的にふれてきたが、三

つの山本実践に共通する教材の構成原理としてハンディキャップ方式があげられる。これはスポーツで通常見られる競争形式を、個々の生徒たちの能力差に合わせたハンディをもとにゲームとして再構成し、競争する形式のことである。このハンディキャップに視点を当ててて体育授業における「競争」の取り扱い方を考えてみたい。

体育でスポーツ（特に競技スポーツ）を扱うとき、この「競争」に関係する諸問題はさけて通ることができない。それは、第一に、競技スポーツが「勝敗」を基本的な形式とし、この勝敗を決定するものとして試合や競争が競技スポーツの不可欠の構成要素となるからである。第二に、体育に限らず多くの教科において、集団的な教育効果を上げるものとして「競争効果」を利用しようとするからである。それは、単独作業より競争的関係下での作業の方が成績が向上するといった事例、あるいは能力差が接近していた方が競争効果が高いといった事例から言われる。

二つの理由の内、第一の問題に関わって考えねばならないのは、競技スポーツと体育で指導する運動の関係である。それは、競争や勝敗・順位づけをスポーツ活動参加の前提条件とする競技スポーツとそうした前提条件を持たない児童・生徒たちを対象とする体育教育の関係である。競技スポーツにおいて「競争や勝敗・順位づけ」は不可欠の構成要素であり、問題にならないのである。この点についてもう少し考えてみよう。

競技スポーツにおいて試合や競争はなぜ不可欠の構成要素となるのであろうか。この問いに答えるために、スポーツの今日的あり方について考えてみたい。今日、「スポーツ」は世界的な広がりをもって認知されつつある。「スポーツ」という概念の内容は拡大し、「競技スポーツ」は幅広く「スポーツ」と総称される運動の一分野と考えられる様な状態と言ってよいであろう。しかし「スポーツ」の中核的分野は「競技スポーツ」であることは間違いない。振り返ってみれば、「競技スポーツ」がその種類や難易度の拡大・高度化を通して質的・量的に拡大する中で、競技形式をもたない様々な運動までもが日常用語的に「スポーツ」と言われるようになってきたと言ってよいだろう。例えば、「一週間にどのくらい運動していますか」という問いは、労働や日常生活動作以外の運動（＝スポーツ）を一週間にどのくらい行っているのかを聞いているのであり、必ずしも「競技スポーツ」の実施回数を聞いている訳ではない。ここには、「運動する」ことを「スポーツする」と言い替える程の用語使用上の今日的広がりが見られるのである。

競技スポーツが試合や競争を不可欠の構成要素とす

る理由は、試合や競争という「社会的関係」を通して始めて、個人的な身体運動が「社会的な関係の下で」評価され、比較され、その熟練度や人間的努力が認められると言う事情による。逆に言えば、試合や競争といった形式をもたない限り、どのような身体運動であれ個人的なものに留まり、その内容や人間的努力が評価されることがないということである。この点についてもう少し付け加えれば、一見、試合や競争といった形式をもたない労働過程における作業運動についても、そこには間違いなく…「スポーツ」とは異なる形式であるが…社会的な生産能力としての技能の基準が適用されているのであり、そうした社会的技能は簡単に競技形式で実施・比較・順序づけが可能なのである。いずれにせよ、「競技スポーツ」は試合・競争という社会的関係の中で絶え間ない比較・工夫・発展を運命づけられていると言ってよいであろう。このことが、競技スポーツが試合・競争をその基本的形式とし、それらを切り離すことができない理由である。試合や競争、言い替えれば、直接的な人間的行為の比較と順位づけによって、競技スポーツは絶え間なく人間的身体運動的資質の追求と向上、その具体的な方法の開発を行っていると言ってよい。

この競技スポーツの発展の過程で様々な練習方法の開発が行われてきた。それは既に前項でも述べている「試合・競争」と「練習」の分化であり、運動能力の発揮（試合・競争）と運動能力の生産（練習）の区別と統一である。練習過程では、様々な運動能力の産出を目的とした方法が工夫され、実施されている。「練習や学習の方法としての競争」が「試合や競技の為の競争」と区別されねばならない理由、あるいは「競技スポーツ」と「楽しみや健康や学習のためのスポーツ」が区別されねばならない理由がここにある。この二つは密接な関係を持ちつつも、その目的と方法において区別されねばならないのである。

「競技スポーツ」が「社会的関係」を基礎的条件とし試合や競争を基本的形式とすると言うことは、「競技スポーツ」によって生みだされた「楽しみや健康や学習のためのスポーツ」においても、「競技スポーツ」と同じ様な試合や競争を前提とするということの意味していない。目的や方法が異なるのである。「スポーツ」はするけれども「競技スポーツのような試合や競争」は拒否する、あるいは「競技スポーツとは異なる方法での競争」を作り出すことは十分あり得るし、今日のように広い意味で使用されるスポーツという用語や現象を理解する為には必要不可欠な事でもある。

体育授業では、運動活動の嫌いな生徒にも、又、運動能力の著しく劣った生徒にも、更には競技や競争に

拒否反応を示す生徒にも、運動活動への参加を「強制」する。このような状況下での体育授業における運動学習では、競技スポーツとは異なり「競争や勝敗・順位づけ」はスポーツ実施の前提条件にならないと考えるべきであろう。しかし体育が競技スポーツを教材とする以上必ず問題が生じる。それらをどのように考え、どのように取り扱うかが大きな問題となるからである。我が国でスポーツが学校体育の中心的な教材になって50年以上経過するが、スポーツ指導における「競争や勝敗・順位づけ」の教育的な取り扱い、今日においても重要な検討課題なのである。

第二の「競争効果」を期待して競争を重視するという状況は、体育という教科に限らない一般的な問題であるが、体育における運動指導の場合、大きな運動能力差があるにもかかわらず競争を強制し運動嫌いを作り出すといった負の効果が問題になる。一般的に考えてみても、「競争」はスポーツに限らず「比較」の一つの方法である。私たちは「競争」を通して他人の行為との優劣を比較し、行為改善の糧にしたり何らかの順位づけに利用したりする。この意味では、「競争」は極めて人間的な行為や方法の一つといえるだろう。しかし、このことと、あることを「比較（競争）する必要性」と「ある方法による競争」の強制を無条件に肯定することは区別されねばならない。明確な根拠もなくある種のやり方（運動）を絶対的なものとして取り上げたり、運動嫌いを作り出すような方法で競争を強制したりしてはならないのである。なぜならば、どんな運動であれ運動を行えば必ず個人差とも言うべき何らかの運動能力の差が現れる。そこに現れる能力と能力差をどう見るのか、言い換えれば、どんな能力を問題にし、そこに顕在化する能力差をどう取り扱うかは重要な教育的課題だからである。

体育授業でスポーツを取り扱っていて一番問題になるのは、「既に運動能力差が明らかになっている」にもかかわらず競争を強制する場合であろう。勝敗や試合の結果が明らかに予測されるにもかかわらず、又そのことによって競争や試合を回避したい生徒たちがいるにもかかわらず、競争や試合をさせる場合である。このような場合が、結果的にスポーツ嫌いや運動嫌いを作り出すことになる。このような状況は「競争効果」をマイナスの方向へ導くといつてよい。こうした考察から導かれる改善方法は、競技スポーツにおける競争形式を「競争効果」をプラスに発揮するような教育的（比較）形式に再構成することである。そのためには、どんな運動を何のために、そしてどのように（どのような比較形式で）行わせるのかが厳しく問われねばならないことになる。こうした工夫は、例えば球技教材

における等質集団づくり（グループ内異質、グループ間等質）や水泳指導における能力別集団づくり（グループ内等質、グループ間異質）などとしてこれまでも工夫されてきた。山本実践はこうした工夫の一つであり、「既に運動能力差が明らかになっている」場合の一般的方法としてハンディキャップ方式が取り入れられていると考えることができる。この様に山本実践をハンディキャップ方式の視点から捉え直し、更により一般的な方式化という視点から検討してみると、「ハンディキャップの確認の仕方」「ハンディの設定」「ハンディの変更」の方法などが検討課題として提出できる。そして、そうした課題解決の基本は児童・生徒たちの現状の把握をどうするのか、求める能力像をどう設定するのかということである。それらをベースにして始めて、学習（単元）の出発点・中間点・終了点のそれぞれにおける個人差・能力差をどれだけ客観的に把握できるのか、又それをどのようにして児童・生徒たちに直視させることができるのかが問題になる。それらを背景として、誰もが勝てる可能性を持ち、誰もが楽しめる「競争」が可能になるといえよう。忘れてはならないのは、誰もがそれぞれの能力の違いを認めつつスポーツでの競争を楽しむとすることであり、それを通して運動することの大切さや運動学習の方法を身につけるといふことであろう。この様に「競争効果」をプラスの方向に発揮させるには、これまで以上に様々な工夫（条件設定）が必要になるといえよう。

7. まとめ

本研究は山本貞美氏の「8秒間走」「折り返し持久走」「ねらい幅跳び」という三つの実践を対象として取り上げ、教材構成原理の探求という視点から、これらの実践相互の関連性および三つの実践に共通する内容を検討するものであった。具体的には研究目的として「1はじめに」の項で述べたように、1)各実践を相互に関連づけながら、その構成・変形の原理を明らかにする。2)運動実戦や運動学習における「全力で行う」ことの意味内容を検討する。3)スポーツにつきまとう「試合・競争」の問題点を検討し、教育における「競争」の意味を考えるものであった。1)については2, 3, 4項で、2)については5項で、3)については前項で、私の分析視点と考え方を述べた。

本研究の最大の特徴は、山本氏の代表的な三つの実践を、個別的にはなく総合的に関連づけ、それらの実践が持つ特徴を、教材構成における統一的な原理として把握しようとした点にある。本研究において繰り返し述べているのは、運動実施に関わる競技ルールの

教育的捉え直しである。そして、そのための基本的な視点が「全力で行う」ことの意味の問い直しであり、学習の目的に応じて「何を」全力で行うのかが異なり、それによって又「どの様に」行うのかという運動実施の方法が異なってくるということを明らかにした。教材構成上のさしあたっての課題は、「競技」と「練習・学習」を意識的に区別すること（…本研究では練習と学習の更なる区別について、論述する余裕がなかったため一括して「練習・学習」として述べている）、そして、このそれぞれにおける運動実施の内容や条件の違いを確認する事が必要である。

本研究の目的の一つであった「ハンディキャップゲーム」については、教育的競争という視点から、今後より一層の検討が必要であると考えている。スポーツには「競技・競争」が不可欠のものであるという事実を認めつつも、教育的効果あるいはスポーツ実施者の願いといった視点からその再構成を検討してみなければならぬ。そうした検討を抜きにして21世紀のスポーツを展望する事はできないし、体育教育でスポーツを教材として発展的に組み立て直すことはできないと考える。