

〈表紙〉

論文種別

報告

題目（和文・英文）

一般体操における熟練指導者の指導理念に関する質的研究

A qualitative study of the philosophy of an expert teacher in teaching

Gymnastics for All

全ての著者名及び所属機関（和文・英文）

狩野莉奈（筑波大学大学院人間総合科学研究群・体育学学位プログラム）

本谷聡（筑波大学体育系）

堀口文（筑波大学体育系）

Rina KANO

(Master's Program in Physical Education, Health and Sport Sciences,
Graduate School of Comprehensive Human Sciences, University of Tsukuba)

Satoshi MOTOYA (Institute of Health and Sport Sciences, University of Tsukuba)

Aya HORIGUCHI (Institute of Health and Sport Sciences, University of Tsukuba)

Key words: Gymnastics for All, qualitative study, teaching philosophy

連絡先（メールアドレス）

kano.rina.tp@alumni.tsukuba.ac.jp

1 (本文)

2 I. はじめに

3 第4次産業革命により生活全般において利便性が向上し、急速に社会環境が
4 変化している一方で(総務省, 2017)、身体活動量の減少や運動不足による問
5 題が明らかになっている(Haskel et al., 2007; Stuck et al., 1999)。実際に、我が
6 国において、運動習慣があるものは半数にも満たないことが報告されている。
7 また、運動習慣を改善することに関心はあるものの、改善する意思がないこと
8 の理由には「仕事(家事・育児)が忙しいこと」、「面倒くさいこと」、「歳をと
9 ったこと」があげられている(厚生労働省, 2019)。このことから、時間の確保
10 が難しいことなどを理由に、運動を実施する習慣を身につけることを諦めてい
11 る可能性が考えられる。そのため、実施者の生活様式や能力に合わせ、無理な
12 く続けることができる運動の実施方法や内容が求められている。

13
14 II. 一般体操とは

15 本研究で対象とする一般体操は、「主として競技をしないすべての体操」のこ
16 とを示し、他のスポーツとは異なり、ルールを設定して他者と勝ち負けを競い
17 合うものではなく、ねらいに応じて自分自身のために実施する運動である。そ
18 の目的は、健康的な体を維持することや、一般体操を実施すること自体を楽し
19 むこと、一般体操を通して交友関係を広げることなど多岐にわたる。また、一
20 般体操の特性として表1に示す6つがあげられている(荒木ほか, 2014)。そ
21 の中には、「いつでも、どこでも、だれでも、また、だれとでも、手軽に実施
22 することができる」といった「実施の簡易性」や、「個人の体力・技能・年齢
23 に応じて運動の行い方や構成の仕方を調節できる」といった「実施者の個別
24 性」があることから、一般体操は、性別や年齢を問わず、誰もが無理なく運動
25 を継続できる可能性を有していると考えられる。

26
27 (表1 一般体操の特性)

28
29 III. 一般体操の指導上の問題

30 以上のような一般体操の普及・発展を図るためには適切な知識と指導能力を

1 有した指導者の育成が求められる。しかしながら、主として競技性を有してい
2 ない一般体操は、決められたルールや規則がないことから、同じねらいが設定
3 された実践においても指導者によって実施内容が全く異なると考えられる。つ
4 まり、一般体操の指導場面においては、指導者の理念が実施内容を決定する際
5 に大きな影響を及ぼす可能性があるといえる。この指導理念に関しては、
6 2016年に日本体育協会（現日本スポーツ協会）が掲示したグッドコーチに求
7 められる資質能力において「自分自身のコーチングを形作る中心にあるもの」
8 と報告している（日本体育協会, 2016）。また、森田ら（2021）は、「スポーツ
9 指導のあり方を問うだけでは、それに適うだけのスポーツ指導を実現すること
10 は難しく、指導者の内面を汲み取る必要性があること」を示し、適切な指導を
11 実施する際には指導者の考え方を明らかにすることの重要性を述べている。

12 これまで、競技スポーツや学校教育領域の先行研究では、各領域における指
13 導理念に関する要因を明らかにしていることから、より実践的な知見が得られ
14 ている（功力, 2000; 吉澤, 2018）。しかしながら、一般体操における先行研究
15 や書籍を調査した結果、具体的な実践内容に関するものは見受けられるが、指
16 導の根本となる理念に関するものは確認されなかった。

17

18 IV. 研究目的

19 本研究では、一般体操における指導者の育成に寄与するため、熟練指導者に
20 おける一般体操の指導理念についての具体的な要因を明らかにすることを目的
21 とした。

22

23 V. 研究方法

24 1) 研究対象者

25 ある分野の高いレベルの知識やスキルを獲得するためには最低10年にわた
26 る経験が必要であること（Ericsson, 1996）や、経験年数を積むだけでなく、
27 新しい経験や環境に対する挑戦性と柔軟性を有している必要がある（梶見,
28 2014）ことが明らかになっている。そのため、研究対象者は、一般体操の指
29 導歴が40年以上であり、加えて、幼児から高齢者といった様々な対象者への
30 指導経験を有する1名の熟練指導者（以下、A氏と記す）を選定した(表2)。

1 (表2 研究対象者の基本属性と指導歴)

2

3 2) 調査方法

4 調査方法は、半構造化インタビューとし、一般体操の指導において大切に
5 していることについて、インタビュアーと研究対象者の一対一により、対面かつ
6 個人面接形式で行った。その際、まず研究対象者に基本的属性と指導歴につ
7 いて質問紙に記入させた。また、調査時間は、1時間を目安に実施した。さら
8 に、インタビューで得た音声は、研究対象者の承諾を得て、ICレコーダーに
9 録音した。インタビュアーは筆者が務めた。調査場所は、研究対象者と相談
10 の上、実施場所を決定し、T大学研究棟の一室で行った。

11 3) 分析方法

12 佐藤(2021)が提示する「演繹的/機能的アプローチ」及び、太田(2019)
13 を参考に、質的データ分析を行った。その際、質的データ分析専用のソフトウ
14 ェアMaxQDA(バージョン2022)を用いた。分析は、まず筆者が単独で行っ
15 た。その後、体操指導を専門とする研究者1名と討議し、分析内容の修正を行
16 い、本研究の信頼性と妥当性を担保した。

17 具体的な手順としては、①録音されたインタビューの音声データから逐語録
18 を作成した。②その逐語録の中から、一般体操の指導理念に関係する語りを抽
19 出し、分析の対象とした。③作成したテキストデータを分析可能なユニットに
20 分け、MaxQDAを用いて、コーディング作業を行った。④続いて、具体的な
21 内容を表す下位コードから共通するものを上位コードとして集約し、さらによ
22 り抽象度の高い概念的なカテゴリーを構築した。なお、他のコードとの関連が
23 見られなかった下位コードは、無理に他のコードと集約せず、単独で上位コー
24 ドとして構成した。

25

26 VI. 結果・考察

27 以下、生成されたカテゴリー、上位コード、下位コード及びテキストの内容
28 を、表3に示す。()内の数値は、語り(ユニット)の件数を示している。

29

30 (表3 A氏の指導理念に関する要因の分析結果)

1 分析の結果、8個の категорияと、22個の上位コード、29個の下位コードが
2 生成された。なお、categoryは【】、上位コードは〔〕、下位コードは<>で
3 表した。また、『』の文章は、研究対象者のテキストからの抜粋であり、テク
4 スト中の（）は、テキストの生成者である筆者が補足した部分である。

5 A氏の理念における要因は、【方法】、【動くこと自体の楽しさ】、【社会的背
6 景】、【運動への主体的な関わり】、【参加者理解】、【指導経験】、【一般体操の特
7 性理解】、【ねらいの設定】といった8個のcategoryが生成された。

8 【方法】に関しては、〔競争しない〕、〔手具・用具の活用〕といった2つの上
9 位コードから構成された。『一般体操だとして指導する時に、やっけるのは、
10 競争しないで（指導をする）』といった語りから、一般体操が競技をしない領
11 域であることを踏まえて、競技性をあえて排除していることが示唆された。ま
12 た、弾力性がある<Gボールの使用>や、<JPクッションの使用>は心地よい
13 弾む感覚を引き出すために使用していると考えられた。さらに日常生活で行う
14 ことのない逆さの姿勢を体験することができる<ラートの使用>がみられた。
15 これらのことから様々な手具の活用により、手具や道具が有する特性から引き
16 出される独創的な運動を展開していることが考えられた。

17 【動くこと自体の楽しさ】に関しては、〔楽しさの重視〕、〔運動する心地よ
18 さ・楽しさ〕、〔動くこと自体の楽しさを引き出す運動〕といった3つの上位コ
19 ードから構成された。A氏は、授業の初めに『動くことが心地よくて、楽
20 しい』といった感覚を思い出させる言葉がけをしていた。また、課題を提示す
21 る際は、『何かができる、上達する』ことではなく、<出来不出来にこだわ
22 らない>で、運動の実施過程を重視していることが示された。これらのことか
23 ら、A氏は動くこと自体の楽しさを重要なねらいにおいて指導していたと考え
24 られた。

25 【社会的背景】に関しては、〔運動嫌いの形成要因〕、〔幼少期の多様な運動経
26 験の重要性〕、〔一面的なスポーツの捉え方への問題意識〕と〔意識と実態のギャ
27 ャップ〕といった4つの上位コードから構成された。まず、<強制的な競技ス
28 ポーツへの参加>を余儀なくされたことが、運動に対して否定的な感情をもつ
29 きっかけの一つとして考えられた。また、A氏は、『小さい子達の指導の時
30 も、出来るだけ多様な動きを体験させたい』と語っており、競争や、技術の習

1 得は、『あくまで、スポーツのある側面』として認識し、競技志向や、技術習
2 得を第一とした考え方への偏りを問題視していた。さらに、運動に対する理想
3 の考え方は持っているが、実際の行動に移すことの難しさを認識している。こ
4 れらのことから、様々な社会的背景や問題意識が、理念の形成に影響を及ぼし
5 ていると考えられた。

6 【運動への主体的な関わり】に関しては、〔動きたいと思う場の設定〕、〔意欲
7 的な参加者への見守る指導〕、〔運動への動機付け〕と〔テーマ性の重視〕とい
8 った4つの上位コードから構成された。A氏は、参加者自身が動きたいと思う
9 状況を指導者が設定すること、また、すでに意欲的に取り組んでいる参加者に
10 対しては、介入しすぎず、指導者が、参加者の運動実施を『温かく見守って
11 く』といった指導方法を実施し、参加者の<運動に対する主体性の構築>をね
12 らいとしていた。さらに、運動指導において<行為性・具体性>を持ったり、
13 テーマを設定したりすることで動機付けをしていた。例えば、『相手が転がっ
14 て』くるのを『跳び越える』といった運動実践の語りが得られた。これらのこ
15 とから、A氏は運動への主体的な関わりを重要なねらいにおいて指導していた
16 と考えられた。

17 【参加者理解】に関しては、〔運動が不得意な人への指導の重要性〕と〔参加
18 者との世代の違い〕といった2つの上位コードから構成された。まず、『私の
19 場合は、(運動が不得意な人に)重点を置いてしまおうし、そこに、この(一般
20 体操を)それぞれ指導する意味がある気がして』といった語りから、A氏は、
21 運動に対して否定的な考えをもつ参加者に対して、運動を提供し関わることこ
22 そが、一般体操に求められている価値だと認識していると考えられた。また、
23 高齢者の参加者と指導者の年齢が近づくことで、体力や運動能力のみならず価
24 値観などにおける類似した感覚を把握することができ、より参加者理解を深め
25 られることが考えられた。

26 【指導経験】に関しては、〔継続的な関わり〕と〔指導の失敗経験〕といった
27 2つの上位コードから構成された。継続的に指導を実施することで、参加者に
28 対して体を動かすことの意味や、難しさなどを、A氏自身が実感するといった
29 <指導継続による学び>を得ていた。また、A氏は、指導当初、<競争を用い
30 た指導での失敗経験>や、高齢者の感覚に寄り添えないといった<高齢者に対

1 する指導での失敗経験>もしていた。これらのことから、指導を通した実践的
2 な知識を得ることの重要性が考えられた。

3 【一般体操の特性理解】に関しては、〔多様性の受容〕、〔誰もが楽しく動ける
4 環境への憧れ〕と〔生涯スポーツとしての特性〕といった3つの上位コードか
5 ら構成された。A氏は、世界体操祭で、年齢、性別、障害の有無を問わず誰も
6 が、『元気に愉快に動いている姿を見て』、『競技のトップレベルの人たちだ
7 け』が運動の価値を享受できるのではなく、誰もが運動する価値を得られる
8 ことを実感したことを語っていた。この経験から、A氏は、一般体操の領域に
9 おいて、互いの<価値を認め合う>必要性を認識し、継続的な内容に加えて、
10 <新しい考えを取り入れる>ことを重視していると考えられた。また、一般体
11 操の特性である非競争性が、生涯スポーツとしての特性の元となっていること
12 が示唆された。

13 【ねらいの設定】に関しては、〔ねらいの多様化〕と〔ねらいを強制しない〕
14 といった2つの上位コードから構成された。まず、体操教室は指導者によって
15 設定されたねらいだけでなく、参加者の実態や、社会情勢などの多様な要因に
16 よって、様々なねらいを持ち合わせていくことが語りから得られた。また、A
17 氏は、ねらいを参加者に強制するのではなく、『活動の中に、ポイントとして
18 生きていけばよい』といった考えをもっていた。これらのことから、A氏は教
19 室のねらいを参加者の実態に合わせて設定していたと考えられた。

20

21 VII. まとめ

22 本研究では、一般体操の指導理念に関する質的研究を実施し、熟練指導者1
23 名に対して半構造化インタビューを行った。そのインタビューで得られた逐語
24 録に対する分析の結果、指導理念に関する要因として8個のカテゴリーを抽出
25 するなど、一般体操における熟練指導者の指導理念に関する具体的な要因を明
26 らかにすることができた。

27 本研究では熟練指導者1名を研究対象者としたが、多様なねらいや対象者に
28 おいて実践されている一般体操においては、それぞれの指導者における指導理念
29 が大きく異なることが予想される。そのため、今後は異なる指導者を対象とし
30 たさらなる調査が必要だと考えられる。

1 文献リスト

- 2 荒木達雄, 他 18 名, 一般体操教本, 7, 図書出版, 2014.
- 3 Ericsson KA, The Road To Excellence, 1-50, Psychology Press, 1996.
- 4 Haskell WL, Lee IM, Pate RR, Powell KE, Blair SN, Franklin BA, Macera
5 CA, Heath GW, Thompson PD, & Bauman A., Physical activity and public health:
6 updated recommendation for adults from the American College of Sports
7 Medicine and the American Heart Association, Circulation, 116, 1081-1093,
8 2007.
- 9 厚生労働省, <https://www.mhlw.go.jp/content/10900000/000687163.pdf>,
10 2023.3.10.
- 11 功力靖雄, 野球部監督の指導理念等に関する一考察-中学と高校野球の比較か
12 ら-, 筑波大学体育科学系紀要, 23, 1-12, 2000.
- 13 森田樹貴, 小野雄大, 梶将徳, 徳島有樹, 高校野球指導者が指導において抱え
14 る心理底困難の構造に関する研究, コーチング学研究, 35(2), 213-225, 2021.
- 15 日本スポーツ協会, <https://www.japan-sports.or.jp/coach/tabid1160.html>,
16 2023.3.10.
- 17 太田裕子, はじめて『質的研究』を『書く』あなたへ-研究計画から論文作成
18 まで-, 1-217 東京図書, 2019.
- 19 RMSmessage, [https://www.recruit-ms.co.jp/research/journal/pdf/j201411/m3
20 7_opinion_kusumi.pdf](https://www.recruit-ms.co.jp/research/journal/pdf/j201411/m37_opinion_kusumi.pdf), 2023.3.10.
- 21 佐藤郁哉, 質的データ分析法 原理・方法・実践, 3-141, 新曜社, 2021.
- 22 総務省, [https://www.soumu.go.jp/johotsusintokei/whitepaper/ja/h29/html/nc
23 131100.html](https://www.soumu.go.jp/johotsusintokei/whitepaper/ja/h29/html/nc131100.html), 2023.3.10.
- 24 Stuck AE, Walthert JM, Nikolaus T, Büla CJ, Hohmann C, & Beck JC, Risk factors
25 for functional status decline in community-living elderly people, a systematic
26 literature review, Soc SciMed, 48(4), 445-69, 1999.
- 27 吉澤洋二, スポーツ指導者の指導理念にかかわる課題-指導場面における指導
28 者の褒め方、叱り方を考える-, 人文科学論集, 97, 65-89, 2018.

大学体育研究 早期公開

〈表〉

表1 一般体操の特性（荒木ほか, 2014）

特性	説明
①実施の簡易性	いつでも、どこでも、だれでも、また、だれとでも、手軽に実施することができる。
②運動の変容性	ねらいに応じて運動を変化させたり、発展させて活用することができる。
③実施者の個別性	個人の体力・技能（動きの能力）・年齢に応じて運動の行い方や構成の仕方を調節できる。
④運動選択の自由性	ルールに制約されずに手具や器具を使ったり、手具なしやパートナーと協力して運動選択が自由に行える。
⑤動きの創造性	からだや動きの可能性を考え、いろいろな動きを創り出したり、組み合わせたりすることができる。
⑥実施の計画性	個人やグループのねらいに合った体操を計画的に創ったり、また計画的に練習したりすることができる。

表2 研究対象者の基本属性と指導歴

研究対象者	年齢層	性別	指導歴	指導対象者
A	60歳代	男性	42年	未就学園児・親子・小学生・大学生・高齢者

大学体育研究 早期公開

表3 A氏の指導理念に関する要因の分析結果

【カテゴリ】	【上位コード】	【下位コード】	【テキストの内容】
1 方法 (5)	競争しない(2)		ついつい、ついつい、「はい、誰が一番これできるかな」とか、競争したくなるんですけど、権力、競争ということだと、場を盛り上げようというようにしています。自分が一般体験だとして指導する時に、やってくるのは、競争しないで指導をする。
		心ゲームの体験(1)	心ゲームだったらゲーム負けはいいし。
	手具・用具の活用(3)	IPアクションの使用(1)	IPアクションだったら、アクションみたいにしてるわけで。
		タートの使用(1)	実際の感じと言うと、タートなんかも、それは、競争するに目を回す感じ。
2 動くこと 自体の 楽しさ (15)	楽しむこと を 楽しむ(3)		動くこと自体が楽しさとかを伝えようと思うと、競争しないことで、その動くことそのものの中に、面白さを感じていこうと思っています。
			例えばだと、私の感じだと、今、大学生の人たちに、運動教える時に、ちょっと話すんだけど、私はいつも今二歳、三歳の子どもとね、体育館に行くとな、とりあえずね、子供ね、見るのよね、もう広い所に居ると楽しくてワクワクして、そういう走り出す子どもたちの、あの感覚で、今、大学生のみんなには、もちろんそんなことは感じられないけど、みんなもともとそうだったんだよね？って、そういう、動くことが心地よくて、楽しんでいるという感覚を取り戻すっていうことが、私が伝えたい本質。でも、これはなかなか、もうやっぱり他者の目も気になると、やっぱりそんな無邪気な子どもと同じようにはできないけど、本質的には、そこに、この領域の価値がある気がして。
			動くことそのものの中に喜びを感じる必要がある(2)
			目標を決めて、頑張ってはやるんだけど、出来る出来ないにこだわらない、出来るように目標に向けて頑張るんだけど。
			一般体験の中で言うと、一番、要するに、どんな何かが出来る、上達するってことでなくて。
			ゲームの課題は、学生たちいろいろ楽しみ、色々するんですけど、そのひっきり返ってうまくいかない子たちの楽しさを、重点にしている。私もそんなに完璧にできることをしないで、いつもひっきり返って戻って楽しんでるっていうことを大事にすることで、その一般体験の持っている理念みたいなものが伝わるという気がする。
			ずっと続けるものを、ずっとつなげられるのかっていうと、それはもちろん継続があるかもしれないけど、そうし続けようとするのが、多分大事という気がするんだよね。だから今も、楽しいものないかなあって、いつも思っているんだけど、そんな簡単には、見つからない。
	楽しむこと を 楽しむ(3)		まずは心地よく楽しむ。で、その楽しむっていうことが、教えるものっていうこと自体は例えば心がワクワクするっていう。その感じがまさに、体全体が上下する感じ。
			ビートのかった音楽がかかってくる。心が弾みながら、体全体が弾む。
			でも、できるよ、それは、それぞれの状況の中で、だから、それこそ親子だと、お母さんのお膝につかまって、お母さんが抱っこしたいんでんぐんでんぐでやれば、子どもは、ものすごく、浮遊感や動くことそのものに快感を感じるし、でも、体験から見ればお母さんはそれで、子どもと一緒に動きたいから体の体幹を鍛えたいし、でも、その鍛えるためにやってくるわけじゃなくて、子供と遊ぶってこと、そのものが楽しい感じ。
楽しむこと を 楽しむ(3)	楽しむこと を 楽しむ(3)		できるだけ動くことそのものに、喜びや楽しさを見出さない限り、なかなか、本来、この領域が持っている運動を継続する、っていうことは難しい。
			小学校三年生の子が、結局ゲームの上に乗りようとするんだけど、なかなか、バランスとるのが出来なくて、でも上手に乗れたら乗れたで、ひっくり返って、それを試行錯誤してうちに、だんだんバランスが取れるようになって、もう乗れたら楽しくなっちゃって、で、多分そういう、状況が作れば、多分普通に継続できる。
			楽しむ感覚を引き出すようなことを、それぞれの対象で考えていく。だから、道具がなかったら、そういう場を作る。弾みたくる感じ。
			あとは、これは一種の揺さぶりなんだけど、バランスを崩す。私は転がる。転がってるってひっくり返るって意味じゃないんだけど、転がる感じ。ひっくり返る感じを遊ぶ。
3 社会的 背景 (8)	運動嫌いの形成要因(4)	強制的な競技スポーツへの参加(1)	あまり得意でないという子取っただけで、いつもそういう、競争にさらされるっていう状況で、運動嫌いに陥ることになるので。
		技術習得指導によるモチベーションの低下(1)	必ず習得しなきゃダメっていうようにしちゃうと、だんだん気分が悪くなる。
		身体能力低下に伴うネガティブ思考の形成(1)	高齢者なんか特に、だんだんだんだん、できなくなるのが、多くなっていく状況で、そういうこと(往の習得)を求めて、だんだん、ネガティブになるし。
	運動への評価に対する価値観(1)	ネガティブになっている人たちの多くは、動くということに対して、何か仲間を求めて、ルールの下に、出来る・出来ない、勝った・負けたっていうことが嫌で、多分ネガティブになっていると、想定するしかない。	

大学体育研究 早期公開

<p>少少期の多様な運動経験の重要性(1)</p> <p>一面的なスポーツの 捉え方への 問題意識(2)</p> <p>スポーツとの関わり方の 幅り(1)</p> <p>意識と実際のギャップ(1)</p>	<p>スポーツの一面面としての 競技性(1)</p> <p>スポーツとの関わり方の 幅り(1)</p>	<p>小さい子供の指導の時も、出来るだけ多様な動きを体験させたいと思っているので、あんまり一つの技術にこだわって突き詰めていく、それも広がりが奪われてしまう。</p> <p>出来た・出来ない、勝った・負けたっていうようなことは、あくまで、スポーツのある側面ではかいたっていい。</p> <p>もちろん大学生の時にやったのは、競争じゃないけど、自分の出来るパフォーマンスの最大限を詰めてやってきて、結局ね、どんな感じかって言うとお、日本だと、みんな、新種競技やったりする、競争しない運動もあるけど、それなりにみんな大学生のできる最大限をやってくわじゃない。</p> <p>体を鍛えよう、運動することは大切っていう理念と、その理念は理解しても、実際に、体を動かすことは、そんなに、簡単に理念通り動かせない。</p>
<p>4 運動への 主体的な 関わり (6)</p> <p>主体的な参加者への 足守る指導(2)</p> <p>運動への動機付け(2)</p> <p>チーム性の意識(1)</p>	<p>運動に対する 主体的な関わり(1)</p> <p>行為性・具体性(1)</p>	<p>一番簡単なのは、動かしたいという状況を作ること、勝った・負けたではない。</p> <p>面白くていい、楽しんでも人たちは、どっちかっていうと、自由にいるので、とんでもないことやり始めたり、色々するけど、それはそれで尊重したり、危なくない限りね、で、新しいことを始めるの、新しいことを始めるの、それはそれで、あの運に、みんなに提案したりすれば、そのイメージが広がる。</p> <p>もうすでに意欲的な子たちを、さらにどうするんだって言われちゃうと、どんどんどんできて、主体的に関わっていることを温かく見守っていくことが、多分指導者としては大変だけれど、その覚悟をしない、どんどんどんていっていいのが、指導者として、</p> <p>結局、私達が指導してやりたいことは、主体的に関われることを教えるというので、</p> <p>初めての大学の指導は、できるだけ具体的に、あまりその動きを理念化しない、具体化する。だから、体も弾んだりするの、どっちかっていうと、スキーイメージして、スキーの上でみたいな、膝をストロクみたいなして、そうするんか、スキー場を歩む感じ、そこには意味が見出せるんじゃないかと思ってる、あるいは、飛んだり、跳ねたりするの、具体的に、相手が転がって、手前が転がって、それを跳び越える、なんとも意味なく、ぼんぼん跳ぶようになって、その跳び越えるっていうこと、跳ぶことの意味、それは、要するに、行為性、具体化すれば、ちゃんと高く跳ばなきゃ、人とおぶらなっちゃう。</p> <p>毎毎毎回返は、そのテーマに基づいてみんなで、アイデアを出し合っていて、そのテーマに準じたら、どんな運動構成ができて、一体どんな事が出来るのかっていうようなことをしてきた。</p>
<p>5 参加者理解 (2)</p> <p>参加者との世代の違い(1)</p>	<p>運動が不得意な人への指導の重要性(1)</p>	<p>どっちかっていうと多タイプになっている人たちのための、私の場合は、いつも重点が置いてしまうし、そこに、この(一般指導)とそれと指導の意識の違いがでていて、</p> <p>私自身も年若い、自分のライフスタイルと、皆さんのライフスタイルを近づけていくこと、すごく大事なんだって思った。</p>
<p>6 指導経験 (5)</p> <p>継続的な関わり(3)</p> <p>指導の失敗経験(2)</p>	<p>指導継続による学び(1)</p> <p>継続した参加 の重要性(2)</p> <p>競争を用いた指導での 失敗経験(1)</p> <p>高齢者に対する指導での 失敗経験(1)</p>	<p>高齢者の体験教室を、実際にはもう20年近くやってるかな、ずっと高齢者の皆さんと(体験している)、今もだって一緒に付き合ってるから、だから、私自身も、だんだん年を取っていく中で、高齢者にとって体を動かすってこの意味とかさういう、もちろん楽しさとか、さういうことを感じるかな、一緒に何かやってきてもらったし、今も楽しんでる感じ。</p> <p>そこに集って、長くそこにいて、活動を継続するってこと、そのものに意味を見出さずって言う感じ。</p> <p>高齢者の教室が、いつも、とにかく頑張るぞってしちゃうと続かないだろうし、とにかく気風にとこまで受けられるかみたいなことを、一つのテーマにしたのは、思ってる。</p> <p>みんなでもぶら下って、誰が一番長く、そのロープに懸つてられるか競争とかやったなあ、結構力がある子は全然降りてこないの、期間がかわらなくて、でも、すぐ落ちちゃった子は、ずっと降りているわけだから、降った子は降った子で落ちたくないからさ、いわゆる、さういう競争系のことば、競争あんたをやったなあって(思いうす)。</p> <p>若い頃やった時の、高齢者って結構だった。今思えば、だって、もう寄り添えないので、だって若いからさ、高齢者って一体、本当に思いうすんだよね、高齢者の皆さんにも色(指導)した時って、許せない自分もあって、でも、とは言い、それなりにプログラムは考えたりするんだけど、今思えば、失敗になっては思っている。</p>
<p>7 一般指導の 特性理解 (5)</p> <p>多様性の受容(3)</p>	<p>価値を認めること(1)</p> <p>新しい考えを 取り入れる(1)</p> <p>各指導者の理念を 実現させる方法の違い(1)</p>	<p>私自身、少し反発が出てきたんで、元々はどっちも大事、やっぱりさういう価値を認め合うことが、この領域において大事だと思うので、</p> <p>システム全体の基本的な高さっていうのもあるし、でも、それだけじゃない、ちよと違う考え方、新しいものを求めていくってことも大事だし、両方を(守っていく)と良い。</p> <p>これだから全く指導者によって、一般指導の理念を具体化するためには、逆に向うと、その快なる感覚で取める先生もいれば、逆に理念もきちんと納得してもらって、かかってもらって、理解してもらってやるっていうことを実際にしたら、そこに楽しさがあるような気もするし。</p>

大学体育研究 早期公開

	誰もが楽しく動ける環境への憧れ(1)	世界体操祭みたいな所に行けば、それこそ高難者から障害を持つ人から、小さい子からみんな出て、本当にGymnastics for Allじゃない。で、ああいう世界に、経験させてもらう中で、すごい競技のトップレベルの人たちだけの領域じゃない。誰もが楽しく動けるんだっていうことを、実際に、この目で見て(気づいて)。で、それは憧れもあったかもしれないね。だから、その障害をもつ人たちが動くことを、みんなで応援して、感動したり、年齢のとても高い人たちが、本当に元気に愉快に動いてる姿を見て、あんな風になりたいなと思って思ったし。
	生涯スポーツとしての特性(1)	私自身も今そういう歳になって、そんなように動き続けられたらいいなって思ってるし、それは競争ではない世界。でも、競争する人たちだって、その競争する仲間みの中で、いつまでもね、元気にやってる人がいるんで、この領域だけとは限らないけど、特性として最もそこが、非競争性の特性な気がする。
8 ねらいの設定 (2)	ねらいの多様化(1)	その教室に来れば、今度は転倒予防的じゃなくて、そうすると、そこに集まる、集う人たちのコミュニケーションというか、仲良くなるようなシチュエーションで、盛り上がるって真になって言うことになれば、どっちかっていうと交流系、まっさきは転倒予防だけだ。どっちかっていうと、色んな人が仲良くなるような、当時は、コロナじゃなかったたので、助けたり、助けられたりするような、あるいは協力したり。グループワークみたいなのがメインにあると、教室が盛り上がった。
	ねらいを個別しない(1)	あんまり理念を、強調とか強調じゃないけど、言ってもさ、そんなに通じるものじゃない。それは、活動の中に、ポイントとして流れていけばいい気がする。