

器械運動における幫助の問題性

Zur Problematik über die Hilfeleistung im Gerätturnen

岡 端 隆
Takashi OKAHANA

（平成5年10月12日受理）

Zusammenfassung

Der Zweck dieser Betrachtung besteht darin, dass den Begriff „Hilfeleistung“ im Gerätturnen vom Aspekt der anthropologischen Bewegungslehre aus ins klare gebracht werden soll, und daher würde eine lehrmethodische Grundlage von der Weise des Helfens angegeben.

In Wirklichkeit der Sportunterricht werden die zwei Begriffe, d. h. „Helfen“ und „Sichern“ ungenau umgeschrieben. Denn beide Leistungen verbinden sich sehr häufig beim Bewegungslernen von der Kunststücke. Deshalb die Hilfeleistung soll eine massnahme zur Unterstützung der Bewegungsvollziehung aufgrund des Sicherns bezeichnet werden.

Die Hilfeleistung ist eine wichtige Methode zu erfassen die Ganzheit der betreffenden Bewegungsformen. Dabei sollte der Sportlehrer nicht jene Sinneseindrücke ignorieren, die der Schüler während seiner Bewegungsvollziehung empfunden hat. Das bewusste Erfassen der eigenen Bewegungen ist für die Bewegungsgestaltung bzw-korrektur von grösster Bedeutung.

Zum schluss sei hervorgehoben, dass der Sportlehrer zum erstens nicht die Ausbildung der Hilfetechnik vernachlässigen, und gleichzeitig auch die optimale Gerätehilfen aktiv benutzten sollte. Denn vom angemessenen Gebrauch dieser Geräte die Selbstbeobachtungsgabe des Schülers sich verbessert.

I. 問題設定

器械運動は他のスポーツ種目に比べて、きわめて特殊な動きが要求される。逆さまになったり回転したりぶら下がったりなど、幼児や小学校低学年の児童はこの種の運動を好んで行う。また、運動衝動が活発な子供たちは、何でもひとりでやろうと試みるであろう。教師がそこで手を貸してやることは、そのような子供に対しておせっかいなことであり、たとえそれで技がうまくできたとしても、その子供は不快感を示す場合が少なくない。本来、器械運動としての技は、他人の助けを借りずに自分の力だけで行うところに意義がある。たとえば教師に手伝っ

てもらってとび箱がとべたとしても、その教師、否、その生徒さえもとべたということに満足はしないであろう。「技ができる」ということは、最低限自分一人の力でできるということを前提にするのが一般的である。

しかしながら器械運動では、多彩な運動感覚が要求されるだけに、技のタイプによってはどうしても自分一人の力で解決できない場合が数多く存在する。たとえば頭越しの「後方倒立回転とび」などは、はじめてやろうとする場合に相当の勇気が必要であり、大半の生徒は一人で行うことに躊躇する。しかしなかには危険を省みず、無謀にもその技にチャレンジしようとしている生徒を見かけないわけでもない。いくら子供の自主性を尊重する教師であろうと、そのときに見て見ぬふりをしているようでは教師失格である。教師は、安全な学習環境を確保するためにも、とっさの場合にいつでも幫助できるよう心掛けておく必要があるのはいうまでもない。一方、一般に簡単だと思われるような基礎的な技でも、ある生徒にとっては、非常にむずかしいということもあり得る(13-120頁)。教師が「こわくないからとんでごらん」と指示しても、ただ首を振るばかりで、いっこうにとび箱をとぼうとしない生徒を眼の前にしたとき、その教師はいったいどういった心境にかられるであろうか？ その生徒は、自分の運動能力に見切りをつけ、「やろうとしてもできない」という次元ではなく、もはや「やろうとすることさえできない」次元に自らを置いてしまっているのかもしれない。そこで教師は、メンタル面でのトレーニングもさることながら、やはり手とり足とり指導してゆくことから始めなければならないのに異論はない。

このように器械運動の技が特殊な運動感覚を要求し、また練習の仕方を誤ると場合によっては大きな事故へつながることをも考えてみるに、「幫助」は技の学習を効果的に、しかも安全に進めてゆく上での重要な方法的手段である。それは単に技の習得プロセスを短縮するだけでなく、「幫助する・される」という関係において、お互いの信頼感も同時に培ってゆくものでもある。ブルガー、グロールも指摘しているように「尊敬される教師がそこに居ることがすでに大きな力となる。」(2-125頁) いうまでもなくここで尊敬されるという場合、少なくともすぐれた幫助能力があるということの意味しなければならないのに多言を要すまい。

けれども幫助は、その仕方によって、技の学習にプラスとなる場合もあればマイナスになる場合もある。「誤った幫助は練習者に技術の誤った定着をさせてしまい、その修正のためにかえって効率を下げってしまう」のである(4-256頁)。そこで教師はその幫助を用いることが、生徒の技の学習にどう利点として働くのか、あるいはそれを用いることによってマイナスの因子はどこにあるのかをしっかりと認識しておく必要がある。すでに「幫助」に関する若干の研究が見られはするが、運動者個人の技の学習プロセスとのかかわりでは、まだ十分に検討されていない。そこで本論では、人間学的運動学の立場から、幫助概念の問題性を今一度検討し直し、そこから技の習得における幫助の仕方についての指導方法論的基礎を提供することを目的とする。

II. 幫助の認識

1. 「幫助」と「補助」

現場では、「幫助」のことを「補助」と呼ぶことのほうが多い。これは「ホウジョ」とよりも「ホジヨ」といったほうが言いやすい、あるいは「幫」という文字が漢字制限を受けている

などの理由が考えられる。しかし金子は、「補助は何らかの不足を補充して助ける意であり、その場合には、補うことが活動の中心であり、その補充の結果、今までの不足が解消して助かるという、極めて消極的の意味しかない。ここにおいては、技を正しく成功させるために積極的に手助けをしていく行為を表わす必要がある。あえてここに、積極的助力行為を表わす“幫助”を専門語として復活させたいとするのは、消極的な“補助”でなく、積極的活動として捉えられてはじめて、コーチング上に重要な位置を占めるからである」という(4-250頁)。また小清水らも、体操競技などの専門的用語としては「幫助」を用いるべきだと指摘し、「幫助とは、『器械運動や体操競技における運動の練習過程や演技の実行の際に、その試技者の運動を助けたり、技の遂行を容易にする積極的な行為』である。」(6-4頁)と定義づけている。

たしかに概念がどのように名辞化されようとも、そのこと自体が技の学習に直接影響を与えるわけではない。たとえば現場の指導者や学習者は、「補助」であれ「幫助」であろうとどちらでもよいと言うであろう。それゆえ、安易に「補助」という語が用いられるのは否めない事実であるが、幫助活動を技のトレーニングに積極的に取り入れてゆこうとすれば、「補助」というとらえ方では十分といいがたい。したがって本論では、「幫助」という名辞を用いることにした。

2. 技の遂行援助と安全確保

日本語の「幫助」に当たる語は、「独英仏対照：スポーツ科学辞典」によると、Helfen und Sichern(独)、Helping and Spotting(英)、Aide et parade(仏)とされる(1-S.276)。このことについて金子は、前者を「直接的幫助」、後者を「間接的幫助」として概念を明確化すべきだといひ(4-251頁)、また日本語に訳された上掲辞典においても、技の習得を援助する意味でのHelfen, Helping, Aideを「直接幫助」、事故防止のためのSichern, Spotting, paradeを「間接幫助」と訳出している(1-485頁)。

ところがここで注目しておきたいのは、欧米におけるこれら二つの名辞を、日本語では「幫助」という一語でとらえていることである。実際の技の学習において、「技の遂行援助」(Helfen)と「安全確保」(Sichern)を明確に区分してしまうことはほとんどできない。なぜなら安全性を無視した技の遂行援助は避けられるべきであるし、逆に安全性に気を配りすぎて技の習得に少しも貢献しないような安全確保は、運動の学習理論上まったく意味をなさないからである。両者はつねに表裏一体の関係になければならず、どちらか一方だけを取り上げて「幫助」を語ることは、本来、許されない。たとえば英語のSpottingは事故防止を本来の目的にしていながらも、新しい技や難しい技の学習において選手を援助するという意味もすでに含まれている。そこで本論では、欧米諸国で表現されているこれら二つの名辞を一まとめとして、幫助の概念を以下のようにとらえておきたい。

幫助とは、「安全性に裏付けられた、技の遂行に関する援助措置」である。

このように定義づけると、仮にある幫助の仕方を取り上げ、それが直接的幫助なのかあるいは間接的幫助なのかということの問題にすること自体、あまり意味がないものとなってくる。なぜならそれは、技の遂行援助あるいは安全面、どちらにウエイトを置いているのかという程度の問題であって、本質的に両者を区別するものではないからである。「この2つの概念も、

さらには具体的な実行形態も、実際にはしばしば重なり合ってしまう。直接補助のための配置なのか、間接補助のための配置なのかをはっきり区別して示すことはほとんどできないからである。とりわけ間接補助は、心的抑制を取り除くことによって事故を防止する機能と並んで、指導の機能も担っている。」(1-S. 276, 277 ; 485頁) そこでここでは、さらに「直接補助」「間接補助」について、両者の関係を明確にとらえ直したいと思う。それは補助の「目的」に対してではなく、「仕方」についての理解である。

「直接補助」； 補助者が学習者の運動に直接介入する補助の仕方

「間接補助」； 補助者が学習者の運動に直接介入しない補助の仕方

(1) 「直接補助」(狭義の補助)

直接補助において、補助者は学習者の身体に直接触れて行う、あるいは腰に巻きつけたベルトを引っ張って行うなどがある。すなわち補助者は、学習者の運動と共に行動しており、その点で、学習者はまったく一人で行っているわけではない。

この補助の第一の利点は、補助者による力の加減が自在に調整できるというところにある。たとえば「逆上がり」がまったくできない生徒に対して、教師はその生徒のからだ全体をしっかり持ち上げて補助してやることもできれば、ある程度できそうな生徒には、手ですこし支えてやるだけでよい場合もある。しかしながら直接補助を行う場合、補助者の補助能力というものを見逃してはならない。たとえば運動のスピードが速くなればなるほど、あるいは運動空間の広がりが大きくなればなるほど、高度な補助テクニックが要求される。その際における不適切な直接補助は、生徒の運動を妨害するだけでなく、場合によっては怪我をさせてしまうこともあり得る。したがってまず第一に、「補助者は補助の技術を十分に理解し、またあらゆる技の運動構造によく通じていなければならない。」(4-257頁) ただ横にいるだけで、肝心なときに手が出せないようでは補助者として失格なのである。

第二の利点は、信頼できる補助者が側にいてくれるというだけで、すでに生徒の心の支えになるということである。とりわけ初心者は、自分が体験したことのない新しい技を実行するときに相当の不安をもつものである。そこにおいて直接補助は、間接補助よりも多大な効果をもたらすであろう。失敗すると大なり小なり危険が予想される場合に、信頼できる補助者が運動中に直接からだを支えてくれるということは、生徒にとってどれだけの安心感を与えるであろうか。それは少なくとも技を行うことへの勇気を与えてくれるものである。技の学習が「まずやってみる」ということから始まるかぎり、直接補助はとくに学習の初期段階において、有意義なものになるであろう。

さらに運動観察の訓練という立場から、生徒同志の補助についても述べておかなければならない。たしかに先ほど述べたように、不適切な直接補助は学習者に不利な状況を与えてしまうので避けなければならないが、それにもかかわらず生徒同志による直接補助を教師はできるだけ行わせるべきだとも、金子はいう。それはお互いに協力し合ったり、コミュニケーションを図ったりなど多くの教育的効果をもたらすだけでなく、実際にできない生徒に直接関わることによって、技の客観観察能力を高め、そして技のポイントを見抜く能力をも促進するのである。「少しでも正しい補助を心掛けさせることは技の上達に大きな意義をもつ。コーチは自ら補助に立つよりも、できるだけ選手同志に補助させるよう指導すべきであり、そのためには補助の

技術も正しく指導する必要もあろう。」(4-256頁)

(2) 「間接補助」

間接補助の場合、それはフェッツのいう地形補助 (Geländehilfen)、そして器具、道具による補助 (Gerätehilfen) が考えられる (3-S. 140 ; 136頁)。例えばマットで倒立を行うとき、壁を使って行わせると比較的楽に倒立になれる。また開脚前転を行う場合、二つの踏み切り板を向かい合わせて置きなめらかな傾斜をつけてやると、前方への回転がスムーズになる。さらに補助器具、道具も、着地のショックをやわらげるためのソフトマット^(註1)、あるいは「逆上がり」の補助としてとび箱を蹴って行わせたり、鉄棒と腰をゴムベルトで巻き付けて鉄棒から腰がはなれないようにするなど、既製のものから手作りのものまでいろいろある。

いずれにせよ間接補助において、学習者は基本的に一人で技を行わなければならない。この点が直接補助と違うところである。器具や道具を用いても、学習者に直接触れながら行っている段階では、まだ直接補助であり間接補助とはいえない。間接補助では学習者が一人で行うところに意義がある^(註2)。それゆえ技の段階別指導において、教師は器具や道具をどう用いるかについての十分な検討が必要であろう。補助器具の不適切な配置、使用は、生徒の運動を妨げるだけでなく、危険をもたらすこともある。さらに教師も生徒も間接補助器具を過信しないことが大切である。いかにやわらかいマットといえども、頭から落下すればそれ相応の衝撃がある。また、回転運動の途中でベルトがからまったり、踏み切り板がはね過ぎて、それが原因となって怪我をしてしまうことも十分考えられる。要は、補助器具、道具を用いるときに、その材質と機能をしっかり見極めておくことである。加えて、学習者自身が自分の習熟レベルをわきまえておくことも重要である。「足から満足に下りれる感覚も身につけていない者がどうしてウレタンマットを用いる権利をもつことができようか。それらはまだ直接的補助の段階であり、或はもっとその前段階の予備技に取り組むはずのところなのである。」(4-254頁)

最後に、直接補助にあまりにも頼ってしまうということは、生徒が自分一人ではできないというメンタル面でのマイナス効果が現れてくることを注意しておきたい。そのためにも間接補助は、「自分一人で」という自信をつけさせるための効果的な補助法だといえる。

Ⅲ. 技の学習における補助の実践的意義

1. 技の全体的把握

鉄棒運動の「逆上がり」は、上方移動と後方回転という2つの運動構成要素から成り立っている。後者の要素は「後方支持回転」という別な技の運動経過と類似しており、それゆえ腰の高さまで鉄棒を下げてしまうと、基本的に「逆上がり」という技は学習不可能ということになってしまう。いうなれば「逆上がり」と「後方支持回転」は、上方移動運動があるかないかで、まず区別される。それにもかかわらず逆上がりができない生徒には、高い鉄棒だとうまく後方回転ができないという理由でどんどん鉄棒が下げられてゆき、ついには腰の高さまで下げられてしまう。たしかに鉄棒の高さを下げれば後方への回転はしやすくなるであろう。けれどもそこで「逆上がり」独自の運動構造がはたして正しく認識されているのかどうか前もって確認しておかねばならないのはいうまでもない。一方、上方移動運動のほうは、ある程度の筋力が必要とされるので、自分の体重を両腕で持ち上げるのでできない生徒は、斜め懸垂腕屈伸

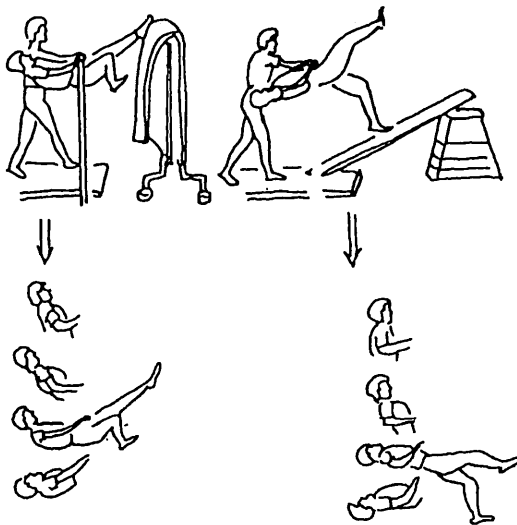
や腕立て屈伸などの補強運動が推奨されることがある。腕力がつけば「逆上がり」はできるようになるだろうと短絡的に考えてしまうのである。

しかし技を部分的にとらえて指導した場合、はたしてその成果を期待することはできるのだろうか。まずここで注意しなければならないのは、「逆上がり」という運動を部分部分に分けたとしても、その各々はそれぞれ緊密に機能し合っているということである。実際のところ、上方移動運動のみ、あるいは後方回転運動のみを取り出して、絶縁的に「逆上がり」を学習させても効果的な成果はほとんど期待できない。「逆上がり」を実施している最中、上方移動運動はつねに後方回転運動と連結しているし、逆に後方回転運動の方も適切な上方移動運動がなされる場合に限ってうまくいくのである。要するに技それ自体を、あるまとまりを持った全体構造として捉える視点がつねに必要である。マイネルも指摘しているように、「新しい運動を“部分”に分けて習得させようとするのは方法学的な誤りである。」(7-S. 353 ; 382頁) 新しい技を習得しようとしている最初の段階では、運動の全体的な把握がとても重要である。

ここにおいて幫助は、技の全体構造を把握させる重要な方法的手段となり得る(4-255頁)。幫助者が力の入れ加減を調整し、生徒の体をうまく上方へ持ち上げながら後方へ回転させてやることは、「逆上がり」固有の運動感覚を身につけさせてやることに多大な効果をもたらす。ただ単に力で解決するのではなく、適切な幫助を通して、生徒は上方移動と後方回転をスムーズに行うための力の入れ具合、すなわち「こつ」を見つけ出してゆくのである。

また技の全体構造を見越して、適切な幫助器具を用いることも重要である。たとえば太田による幫助器具の説明は、「逆上がり」の全体構造を的確にとらえている。太田によれば、「逆上がり」の指導でよく見られる斜めの台を登っていく指導では、回転上がりの要素が出現しにくいという。そこで「鉄棒の前に鉄棒よりも高い位置に足で蹴ることができる場を設けて、一気にそこまで足をあげて、一点を蹴って逆上がりをするように指導」することを勧めているのである(図1 : 10-XXX頁一部を転写)。

図 1



卓球台にマットをかけて一点を蹴る逆上がり

斜めの板を登る逆上がり

いうまでもなく逆上がりを実際に指導したことがある教師は、斜めの台を登る方法で、たしかに生徒は上方へからだを引き上げることはできるが、最後に台を蹴って逆さまになろうとすると、この方法ではかえって難しいということを知っているであろう。ただ単にからだを引き上げるといっただけでなく、後方へのからだ倒し感覚も同時にとらえ、そこから幫助器具を見直した点において、太田の指摘は傾聴に値しよう。

2. 生徒の技能レベルに合わせた幫助

技の全体構造を把握させるといっても、そのとき生徒自身が「自分でやっている」という感覚をもたなければ意味がない。すなわち直接幫助が過剰に行われると、「自分でやっている」という感覚ではなく「やらされている」という感覚しか残らず、いっこうに技の習得に貢献しないことになる。「その技の全体的『感じ』も異なってきて、固有な体験をしていないことになる」のである(14-33頁)。そこで教師は生徒の技能レベルに合わせて幫助する力を徐々に減らしてゆかなければならない。むしろ生徒が自分の力でやろうとするのをサポートするかたちで幫助してゆくべきである。いうなれば教師が技を成功させてやろうとして幫助するのではなく、あくまでも生徒自身が技の遂行中に運動の「感じ」をつかめる方向で幫助してゆくべきなのである。物体を扱うように、幫助者自身の力でむりやり幫助するようなことはきびしく戒めなければならない。技を行うのは生徒であり、けっして幫助者ではない。

そこでまず第一に、教師は生徒が技を行っているときにどのような「感じ」を体験し、そしてわかっているのかという「自己観察」(Selbstbeobachtung)の能力をつねに念頭においておく必要がある。実際の技の学習において、この自己観察ができていないと、とうぜん「こつ」は体得されないし、運動の修正にも役立ちほしない。つまり技の次なる発展も、そこでは期待できなくなってしまうのである。「どこでどうなっていたのかははっきり自分で感じ取れてはじめて、その修正の判断と修正が可能になるわけである。」(4-276頁)また教師がいかにか正しい技術情報をもっていたにしても、技術修正のための言葉が生徒の意識に現れる五官感覚や運動体験と結び付いていないかぎり、運動修正に役立ちほしない(7-S. 361; 390頁)。そこにおいては、もはや「とび箱がとべた」、あるいは「逆上がりが上がった」という運動体験のみの結果だけで終わってしまうかもしれない。技の学習を、「できるということを増やしてゆく」という視点からとらえて、とび箱がとべたなら、次はどうやるとぶのか、あるいはどうやるとびたいのかをつねに模索しながら、技の世界を広げてゆくことこそ器械運動における醍醐味である。その基礎をつくっているのが、生徒の自己観察で得た経験的知識(身体知)であるのはいままでもない。したがって教師は直接幫助を行うとき、つねに生徒の自己観察能力を助長してゆく方向で幫助してゆかなければならないのである。

ところで技が「できる」という場合、直接幫助で行った技に対しては、たいていの場合「できた」という範疇に含まないのが一般である。冒頭でも述べたように、自分一人だとび箱がとべた、あるいは自力で「逆上がり」が上ったというのが最低限の学習目標となる。そこにおいて間接幫助は直接幫助よりも、自分一人で技を行わせるということに対して、技の達成感を強く味合わせることができるといえる。実際のトレーニングにおいては、「自分でやっている」という感覚をつかませるために徐々に直接幫助を減らしてゆくと同時に、それを補うかたちで間接幫助というものを効率よく用いてゆくべきであろう。あるいは最初から直接幫助法に頼らず、段階的な間接幫助法によって技を習得させてゆくことも有効である。たとえばとび箱運動の

「開脚とび」を指導する場合、「ボック」(Bock)と呼ばれる小型のとび箱を用意し、それをとばせる方法がある(図2)。もちろんこの段階でもすでに「開脚とび」という運動形態は出現しているのであるが、今日の学校において普及している「縦長のとび箱」ととばせるという課題を設定した場合に、このボックは補助器具としての機能をはたす。縦長のとび箱をとばせる場合に比べて、ボックを用いると向山のいう「腕を支点とした体重移動」(図3; 9-14頁から転写)が少なく済み、それ故、とび箱が苦手な生徒も楽にとび越せられるのである。教師はその生徒がボックをとべるようになったら、踏み切り板の位置をボックから徐々ににはなしていったり、あるいは着地する位置を遠くにするよう指示することによって(その場合、目標とすべき着地位置にライン・テープなどを貼り、そこをとび越えるように指示するとよいであろう)、縦長のとび箱をとばせるときに必要な「かき手の技術」を体感させてゆくのである。この方法では「とべる」ということがどんどん増えてゆき、それに比例して、生徒の「開脚とび」に対する「技の達成価値観」(11-122頁)も向上してゆく。つまり「はじめてとび越した」という最初の達成感から、今度はただとび越すだけでなく「遠くへ手をついてとび越した」あるいは「遠くへ着地できた」という高次の達成感へ、すなわち「こじんまりとではなく、大きくとび越した」という達成感へとつながってゆくのである。

実際の教育現場においては、教師と生徒の血の通った交流を基礎に技の指導—学習が展開されるべきなので、ボックによる指導法よりも、向山の示すような直接補助法の方が効果的である場合も少なくない。たとえばそれは教師に対する生徒の依存心がかなり強い場合に見受けられるであろう。しかしその場合でも、生徒は、最終的には一人でとび越さなくてはならないのである。生徒が補助者に「やらされている」という感覚しかもたないとしたら、そこでの補助は実践的な意味をもたない。要は、直接補助であれ、間接補助であれ、生徒の自己観察能力を助長する方向で行わなければならないということである。そのような補助を通して、生徒は「できそうだ」と「感じ」とるのであり、まさにそのことが「できる」ということにつながってゆくのである。

図2 Bock

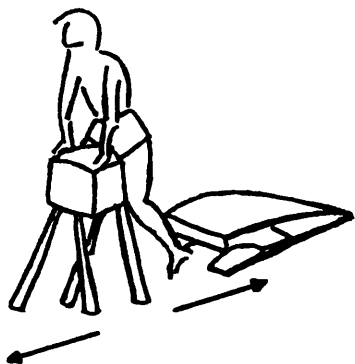
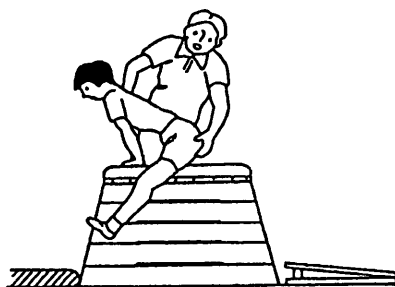


図3



IV. まとめ

器械運動における技が非日常的な運動特性をもつため、その習得に対し、「幫助」はきわめて有効な方法的手段の一つである。本研究では、まず、幫助の概念問題性を明らかにし、そこから、生徒が技を一人でできるようになるための幫助法について考察してきた。

まず第一に、欧米諸国で「技の遂行援助」と「安全確保」という二つの視点からとらえられている「幫助」概念を統一してとらえ直した。それは実際の技の学習において、両者を明確に区別できないという理由によるものである。またそのことから、前者を「直接幫助」、後者を「間接幫助」とする従来の考え方を改め、幫助者が学習者の運動に直接介入するか否かによって両者を区別することにした。直接幫助、間接幫助ともに長所、短所があり、教師は生徒の技能レベルにあわせてそれらを効率よく用いてゆかなければならない。とりわけ技ができるということは、最終的に一人でできるということを意味し、それ故、生徒自身が運動中に体験する「感じ」の世界を教師は無視してはならない。直接幫助によって、生徒は「やらされている」という感覚しかもたないとしたら、そこでは「できる」ということも、さらには技の次なる発展も期待できないのである。

教師は、まず第一に自身の直接幫助能力の訓練を怠らないのと同時に、安全性に裏打ちされた間接幫助器具の利用も積極的に導入してゆくべきである。今日、工夫された間接幫助器具、道具が紹介されるようになってきているが(8, 15, 16, 17)、そのような事例を参考に、今後ともさらに、間接幫助法の開発を進めてゆかなければならない。

注

注1)

近年、体操競技の世界においては、「ピット」と呼ばれるウレタンチップ（スポンジ）を敷きつめた幫助設備が開発され、技の発展に大きく寄与しているのはよく知られている。今日行われている高度な技は、「ピット」の存在なくしては語り得ない。また最近ではウレタンチップの劣化による気管支障害、あるいは捻挫などの怪我の防止などのために「エアロピット」なるものが開発されている。もちろん「ピット」は、高度な技をトレーニングする体操競技選手のみならず、器械運動の授業において基本的な技を学習する場合においても、多大な効果を保証してくれるものであろう。ここではフェッツのいう Gerätehilfen のなかに、このような幫助施設というのも含めておきたい。

注2)

間接幫助は、場合によっては人によって行われることもある。それは幫助器具、道具が、生徒の運動経過のある部分では必要だが、それ以外のときは不必要だったり、あるいはかえって邪魔になる場合に行われる。たとえば着地する位置にソフトマットを移動する行為が挙げられる。この幫助法では、直接幫助と同様、幫助者の幫助能力が高ければ高いほど効果的である。その一方、不適切な場合は、幫助器具が役に立たないばかりか、かえって危害を及ぼすこともある。

引用・参考文献

- 1) Beyer, E. (Red.): Wörterbuch der Sportwissenschaft: dt., engl., franz., Verlag Karl Hofmann, 1987/朝岡正雄監訳: 日独英仏対照スポーツ科学辞典, 大修館書店, 1993
- 2) ブルガー, E. W., グロル, H. 著/稲垣正浩訳: 体育の方法学, 不味堂出版, 1982
- 3) Fetz, F.: Allgemeine Methodik der Leibesübungen 6 Aufl., Wilhelm Limpert Verlag, 1975/阿部和雄訳: 体育の一般方法学, プレス ギムナスチカ, 1977
- 4) 金子明友: 体操競技のコーチング, 大修館書店, 1974
- 5) Klaus, H.: Methodik des Helfens und Sicherens im Gerätturnen, Verlag Karl Hofmann, 1978
- 6) 小清水英司ほか: スポットティング・テクニク, 道和書院, 1983
- 7) Meinel, K.: Bewegungslehre, Volk und Volkseiger Verlag Berlin, 1962 /金子明友訳: スポーツ運動学, 大修館書店, 1981
- 8) 三井正也ほか: 体操競技の鉄棒・段違い平行棒における懸垂運動の指導法に関する研究, 日本体育学会 第43回大会号, 1992, 697頁
- 9) 向山洋一: 跳び箱は誰でも跳ばせられる, 明治図書, 1982
- 10) 太田昌秀: 楽しい器械運動, ベースボール マガジン社, 1992
- 11) 岡端 隆: 器械運動における技の技術認識, 静岡大学教育学部研究報告(教科教育学篇) 第24号, 1993, 3.
- 12) Röthig, P. (Red.): Sportwissenschaftliches Lexikon 5 Aufl., Verlag Karl Hofmann, 1983
- 13) 佐野 淳: 体操競技における技の難易性に関する考察, 鹿児島大学教育学部研究紀要(教育科学編) 第39巻, 1988, 3.
- 14) 佐野 淳: 運動学習における「運動の全体的把握」に関するモルフォロジー的考察, スポーツ運動学研究1 スポーツ運動学会, 1988, 10.
- 15) 高橋健夫ほか: とび箱運動の授業, 「体育科教育別冊」, 大修館書店, 1988, 108~110頁
- 16) 高橋健夫ほか: 鉄棒運動の授業, 「体育科教育別冊」, 大修館書店, 1989, 116~119頁
- 17) 渡辺良夫: 体操競技の補助に関する研究, 筑波大学大学院体育研究科修士論文, 1988