

授業報告「ビジネス・ゲーム ネーミング」

熊田 亘

起業家教育の取り組みの代表的なもののひとつに商品開発の演習・実習がある。

例えば、東京経済大学経営学部の本藤ゼミでは、「企業と提携し、商品名などを提案する」活動をしている。^{*1} 大学・大学院での取り組みが中心だが、商業高校など高校での実践もみられる。商業科「マーケティング」の教科書には、キャッチフレーズを考えポスターを描く「広告の実習」というページもある。^{*2}

本校の「政治・経済」でもこのような授業を行ってみたいのだが、新商品をまるごと開発する演習は、授業時数の制約から不可能である。そこで「ビジネス・ゲーム ネーミング」と題して、商品名の開発のみを演習として取りあげ、2時間を費やしている。

授業の概要

- 1 時間目：①ネーミングの開発プロセス、ネーミングの機能、よいネーミングの条件、ネーミングのヒントについての簡単な講義（約 35 分）
②班に分かれての演習（約 15 分）
- 2 時間目：①班に分かれての演習の続き（約 35 分）
②班ごとのプレゼンテーション（約 10 分）
③投票による優秀作品の選出（約 5 分）

導入ーネーミングの意義

1 時間目の前半は、授業プリント（【資料 1】）を用いて講義を行う。

この授業の前後には、班ごとに価格を決めて売上高と利益を競うゲームを行うことが多い。そこで、それとの関連を意識して、

「商品では、価格をどう設定するかが最も重要です。けれど、それだけではない。特に、価格面で競争しにくい場合には、価格以外の、品質、デザイン、アフターサービス、広告などの面で競争が行われます」と非価格競争について簡単に説明する。そして、

「そういった価格以外の要素のひとつに商品の名前があります」と言いながら、[お〜いお茶] のペットボトルを見せる。^{*3}

*1 2011 年 1 月 10 日付『朝日新聞』「ただいま勉強中 東京経済大経営学部 本藤ゼミ」

*2 江田三喜男・篠田勝之他『マーケティング』実教出版（文部科学省検定済教科書）pp.186-189 等

*3 以下、商品名・ブランド名等は [] で表示する。

「皆さんご存じのこの「お〜いお茶」ですが、最初に販売された時は、この名前じゃありませんでした。何という名前だったか分かる？」

「煎茶」と板書する。

「「煎茶」だったんですね。ところが、この「煎茶」が思ったより売れなかった。調べてみたところ、どうも名前が不人気らしい。煎茶の煎の字が読めなくて『マエチャください』というお客さんもいたそうです。そこで伊藤園では（「煎茶」発売前から流していた）CMでの有名なフレーズ『お〜いお茶』に名前をつけ替えて売りだしたら、これで売れるようになった」^{*4}

「このように商品にとって名前は大事なんです」

ネーミングの開発プロセス

「プリントに掲げたものは、企業が商品名を開発するためのプロセスなので、皆さんがこれからやる演習ではここまで本格的にはやりませんが、ザッと流れを見てみてください」と、簡単に説明する。

ネーミングの機能

「そもそもなぜ名前が必要なのか。名前にはいろいろな働きがあります」

「第1は、他の商品と区別する働き。つまり、ただ『ペットボトルのお茶を買おう』じゃなくて『「お〜いお茶」を買おう』と思ってもらわなければならない」

「そこで逆に、有名な商品名やブランド名を悪用する人も出てくる」と言って

C-SHOCK^{*5} CHANNEL SQNY adibas など偽ブランドのいくつかを板書する。^{*6}

「こういう不正を防ぐために商標というしくみがあり、商品などで同じ名前や似たような名前を勝手に用いてはならないことになっています」

「商標については、今年9月に次のような新聞記事がありました」と紹介する。^{*7}

『中国で「有田焼」使えませぬ 商標登録、先越される』という見出しです」

「中国・上海で開かれる上海万博の関連イベントで、佐賀県が特産品の磁器『有田焼』をPRしようとしたところ、中国国内の個人によってすでに商標登録されているため、『有田焼』

*4 伊藤園 WP (<http://www.itoen.co.jp/oiocha/brandstory/index.html>, 2011/1/18) 他

*5 G-SHOCK を製造販売しているカシオ計算機は、類似品予防のため A-SHOCK から Z-SHOCK までのすべてを商標登録している。

*6 授業の後、ある生徒から adidas の三つ葉のマークのようでありながら、1枚1枚がアジの開きの形になっていて、下に ajides（アジです）とロゴのついているTシャツがあることを知らされた。

*7 朝日新聞社 WP (<http://www.asahi.com/national/update/0831/SEB201008310001.html>, 2011/1/18)

の名称を使えないことがわかった。(中略) 県流通課によると、上海の百貨店で9月30日から7日間の予定で『日本佐賀産品展』を開くにあたり、同課が6月、日本の特許庁に当たる中国商標局のホームページを調べたところ、すでに『有田焼』が登録されていたという。商標は2002年に中国国内の個人から出願があり、04年11月に登録されていた。期間は10年間。イベントには有田焼のメーカーや商社計6社が出展を予定しているが、県は、イベントで展示即売する商品に漢字の『有田焼』の名称は使えないと判断した。関係者で対応を話し合い、業者側がローマ字表記のロゴ『CERAMICS (セラミックス) ARITA (アリタ) JAPAN (ジャパン)』を新たに考案し、商品に張ることにした。展示ブースには『日本有田産』の産地表示をすることを検討している。(後略)」

「色々な名称をどんどん商標登録してしまっていて、それを販売する『商標ビジネス』のようなものがあるのかもしれない。そのことの是非はともかく、いったん登録されてしまったら他の会社などはその名前を使えない訳です」

「商品名の機能の2つ目です。商品の種類にもよりますが、商品の内容や特徴、ウリを名前で示すことができる場合もあります」

「例えば [キレイキレイ] という石鹸があるけど、これなどはお母さんが子どもに『キレイキレイしましょ』と手を洗わせるようなイメージで、石鹸だとすぐ分かるでしょう」

「もう一つ、僕が傑作だと思うネーミングはこれ」と

[甘栗むいちゃいました] を見せる。

「甘栗はおいしいけれど、皮を剥くのが面倒でしょう。だから、もう皮を剥いてあるというところがこの商品のウリになるので、それを端的に示したネーミングになっている訳です。商品名を見れば『あー、むいちゃったんだー』と誰でも分かる」

「第3に、直接的に商品の内容や特徴を示しにくい場合など、イメージを売るネーミングになることもあります。例えばシャンプーだったら、清潔、フレッシュ、つややか、サラサラなどのイメージを与えられる名前が多いでしょう」

「ひとつ、これは商品名ではないけれど…」

[Häagen-Dazs] と板書する。

「これって何を作っている会社？」

「(生徒) アイスクリーム」

「どこの国の会社だと思う？」

「(生徒) ……ドイツ?」「デンマーク」

「……と思うでしょう? a のうえに点がふたつついていたり——ドイツ語選択している人は知っていると思うけど、これをウムラウトと言います——そもそも aa と並ぶ綴りつ

て英語では見かけないですよ。だから、どうもドイツ語圏とか北欧とかイメージしやすい。でもそれはまさにこの会社のイメージづくりに皆さんが乗ってしまった訳で、この会社はニューヨークで創業された生粋のアメリカ企業です。社名は、(デンマークの首都)コペンハーゲンのハーゲンをとったそうですが」

「最後に、企業やブランドで名前を揃えることで、いわばチームとしてパワーアップさせようとする場合があります。これを僕の読んだネーミングの本では『アイデンティティ構築機能』と呼んでいます」

「例えば、トヨタの乗用車の名前で [カローラ] [カムリ] [コロナ] [クラウン] というのがあるけれど、これらの共通点は？」

「(生徒) カ行で始まる」「ラ行が入っている」

「うん。音も近い。でもそれだけじゃない。クラウンってどういう意味？」

「(生徒) 王冠とか…」

「そうですね。では、コロナは？」

「(生徒) あー、太陽の周りの…」

「そうそう。日食の時に周りに見える」

「カローラはなじみがない単語かもしれないけれど辞書を引くと『花冠』と出ています。ということは、共通するのは？」

「(生徒) 冠!」「じゃ、カムリって、そのままかんむりが……」

「どうもそうらしい」

「似たパターンで、カメラなどを作っている [キヤノン] という会社名も、創業者が帰依していた観音菩薩の、観音とつながりがあるそうです」

よいネーミングの条件

「今までの話と重複するところもあるけれど、ここではよい名前の条件をいくつか挙げますので、後で自分たちで考える時にチェックリストとして使ってください」

「まず、名前は使い勝手が良くないといけない。これを機能性と呼びます。例えば、落語の『寿限無』のように長すぎる名前は困る」

「僕が昔困ったのは — これは人名だからどうしようもないけれど — 一時凝っていたアフリカン・ポップスの歌手で、ユッサー＝ンドゥールという人がいてね。セネガルの大スターなんだけれど、この人の名前がとても発音しにくい。日本語では“ン”で始まるコトバはないでしょう」*8

*8 ユッサー＝ンドゥールを知っている生徒が学年に1人だけいて、それは「しりとりのことを調べていて“ん”で始まる言葉のリストを見つけて知った」とのことだった。

「だから、この人の新譜を買いに行くときは大変でした。店員さんに分かってもらえない。『ソドゥールの CD を探しているのですけど』『えっ?』『だからソドゥールの!』『ええっ?』という感じ。仕方がないから書いて見せたら、今度は『ソドゥールですか』と言われたりして」

「次にいきます。商品は長く売れ続けた方がいいから、そのためには、名前が古びてしまうと困る。これが耐久性。首相の名前をまんじゅうにして売っている会社があって「純ちゃんまんじゅう」は売れたらしいけれど、今はもう売れないでしょう。あの種の商品は次々名前を変えないといけない」

「3つ目。商品を輸出することを考えると、外国人に嫌な印象を与えたり、外国語で変な意味をもっていたりする名前はダメでしょう。国際性が必要。輸出するのにマズい名前を知っているものある?」

「(生徒) [カルピス]」「[ポカリスエット]」

「よく知ってますね。カルピスは、英語では cow piss と聞こえてしまう。piss っておしっこのことですからね。牛のおしっこ! これは飲み物の名前としては致命的でしょう。だから、カルピスはアメリカでは [カルピコ] と名前を変えて販売されているそうです」

「スエットも汗ですからね。『汗飲むのか?!』という感じで嫌がる人もいるかもしれません」

「あと、コーヒーに入れる [クリープ creap] も、英語だと creep と同音で、これは虫が這うとか、忍び寄るとか、背中がぞくぞくするとかそういう意味合いだから。コーヒー飲むたびにゾクゾクしてたら嫌でしょう」

[ナイーブ] という石鹸の包み紙を見せて

「うちで使っている石鹸ですけど、これもどうですかね。naive って、日本では『純真な』『無垢な』という感じで受け止められているけれど、原語はもっと否定的な意味なんですよ。『単純な』とか『ものを知らない』とか。このまま輸出したら売れるかどうか」

「そして最後にももちろん、人々の印象に残るような個性が商品名としては要求されます」

ネーミングのヒント

授業プリントのこの項には、ネーミングの技法とその例を載せている。授業では数分とって「ザッと眺めてください」で済ませることが多い。

生徒が「へえー」と賛嘆や発見の声を上げることが多い名前は、[ドコモ] (= do と communications と mobile の頭をつないでいる)、[ジュンク堂 (書店名)] (= 創業者の父・工藤淳の姓と名を逆転させている)、[ケイコとマナブ (習い事・スクールの情報誌)]

(=稽古・学ぶと男女の名前を掛けてある)、[XY ゼクシィ (結婚情報誌)] (=男女の染色体を意味している) などである。

「最近知ったのは [アデランス] の意味。フランス語で “くっついている” という意味だそうです。あれはくっついているんですね」

班に分かれての演習

講義が終わると演習に移る。

ここ3年ほど使っている演習課題は以下のものである。^{*9}

状況と課題

K社は広告代理店である。今、クライアント（顧客）である出版社から、今度発行する新雑誌のタイトルを提案するよう求められている。

新雑誌の対象読者、コンセプト、創刊号の目次（抜粋）、タイトルに関するクライアントの要望は以下の通りである。

【対象読者】

お菓子づくり・お菓子の食べ歩きが趣味の人などお菓子に関心のある人。年齢・性別等は問わず幅広く読んでほしい。ただしその道のプロに読んでもらうことは想定していない。

【コンセプト】

お菓子に関する情報誌であるとともに、同好の人々の情報交換の空間にもなるような雑誌にしたい。

*9 2006年度までは、下記の2種類の雑誌の名前を考えるという課題だった。

ただ、限られた時間内で2種類の雑誌名を考えるのが難しいこと、新雑誌Bの対象読者となる高齢者について生徒がイメージしにくく、その結果、雑誌名も平凡なものになりがちだったことから、課題の内容を変更した。

新雑誌A

対象：大学生から20代前半までのサラリーマン。首都圏在住者。主に男性だが女性にも広げたい。
内容：エンタテインメント・スポーツ等の情報が中心だが、政治・経済・科学等の硬派記事も分かりやすく取り上げる。
要望：時代を先取りするようなイメージがほしい。

新雑誌B

対象：65歳以上、退職後の年金生活者。全国の都市部に住む人を中心に想定する。男女を問わない。
内容：健康と医療・生活・生きがい等の情報が中心。投書等による読者と編集部、読者同士の双方向の交流を重視する。
要望：ローマ字、カタカナ語はダメ。

【創刊号目次（抜粋）】

《特集》今、和菓子が旬！

《連載》ケーキづくり・デコレーションはどうする？

男もチャレンジ お菓子づくり

この町一番のお菓子屋さん

お菓子にまつわるエッセイ・読者投稿欄「私の工夫」ほか

【クライアントの要望】

和洋中すべてのお菓子を扱うので、洋菓子のみをイメージさせるようなタイトルは困る。

上のような状況で、あなたたちがK社の社員だったとして、どのようなタイトルにするか班ごとに考える。

班は5～6人編成。机を寄せて作業してもらおう。

「この授業の残りど、次回の前半を使います。雑誌名が決まったら、各班に配った紙（A3判）に書いてください。これを黒板に貼ってプレゼンテーションしてもらいますから、遠くからでも見えるように大きく書いてください」

「雑誌のタイトルを考えてもらうのがメインの課題ですが、余裕があったら、ロゴ（タイプ）のデザインや色も工夫してみてください」

この演習を始めた年は、雑誌名そのものだけを考えてもらうつもりでいたのだが、生徒は勝手にロゴに凝ってみたり、マーカーで色づけを始めたりした。そこで、翌年度からは、上のような指示をすることにした。そして、そのための資料として『プロのデザインルール 2 C I & ロゴマーク編』から、数ページ分カラーコピーしたものを班に配っている。1つの名前に対して何種類ものロゴの例が掲載されているものである。

また、最初に出た少数の案に拘泥して、発想が広がらない班が見られることから、次のようにアドバイスをする。

「最初は1つ1つの案を検討したりしないで、とにかくどんどんアイデアを出して行って、後半絞っていく方がいいですよ」

連想ゲーム的に次々と班員が案を出していく班もあれば、まず時間をとって1人ずつ案を考え、発表し合ったうえで検討を始める班もある。ジッと考え込む生徒、電子辞書を取り出しキーワードになりそうな単語（“菓子” “甘い” 等）の外国語訳を調べる生徒や、「こういうの苦手。センスないから」と呆然としている生徒と様々である。

1時間目の授業の最後には次のように言う。

「次の時間も作業を続けてもらいますが、暇を見つけて本屋さんなどに行って、どういう雑誌があるか調べてみるといいでしょう」

班ごとのプレゼンテーション

2時間目の後半、班ごとにプレゼンテーションを行う。

プレゼンテーションは1班1～2分。自分たちの考えた雑誌名を示しながら、その特徴や工夫、セールス・ポイントを説明してもらうよう指示したのだが、雑誌名・ロゴの検討で時間いっぱいになって、プレゼンテーションの準備まで間に合わず、ほとんど即興での説明になってしまった班が多かった。

ある班のプレゼンテーションの様子を紹介しよう。

★『いとをかし』（木の葉や枝を並べて文字にするロゴになっている）を提案した班

最近のスイーツというものはですね、甘さだけじゃなくて、さまざまな、味に深みが必要なんですよ。まあ、そういうことで、“趣深い”という語の「をかし」を採用したわけですけど、「いとをかし」で、たいへん趣深い、というもの。甘さだけじゃない、甘酸っぱさとかそういう……。

それで、葉っぱ（のロゴ）を提案していることで、今はやりのロハスというか、環境にやさしいお菓子ということで、この木は枝をイメージしていて、森の中で自然と一緒に食べてお菓子を食べるといふ、そういうコンセプトのもとに作りしました。

投票による優秀作品の選出

すべての班のプレゼンテーションが終わったら投票である。

投票は、各自3点を持ち点とし、「A案に3点」「A案に2点、B案に1点」「A案、B

案、C案にそれぞれ1点」のいずれでも良いとし、クラスの合計で第1位を選出した。^{*10}

自分の班の案に投票しても構わないけれど、クライアントの立場に立って、客観的に評価するよう指示する。

6クラス48班から出された雑誌名を【資料2】に示す。

中にはクラスメートの名前を借りたものや、安易なもじりなど真剣味に欠ける案もあるが、おおむねきちんと考えている。センスの良さを感じさせる雑誌名を考案する班も少なくない。

この演習では「和洋中すべてのお菓子を扱うので、洋菓子のみをイメージさせるようなタイトルは困る」という条件が厳しいのだが（生徒の多くは和菓子に詳しくないし、いわんや中華菓子をやだ）、例えば外国語の単語をひらがなで表記する、あるいは和語をローマ字表記にするなどのアイディアでそこを突破しようという試みも見られた。

ロゴも、限られた演習時間を考えれば立派なものが見受けられる。いくつかを【資料3】に示す。

生徒の反応から

『授業ノート』に書かれた感想をいくつか抜粋しておく。

この授業を通じてネーミングを含む商品開発の大変さを感じ取ることができ、商品や商品名を見る目が変わったという感想は多い。

★商品の数だけある商品名にこれまで気を配ったことはありませんでしたが…自分で実際にネーミングゲームをやってみると難しさがよく分かって、今では商品名に社員さんの

*10 これも以前は、

- ① 商品コンセプトを的確に反映しているか。
- ② 他の商品名との差別化がなされているか。
- ③ 音感はいいか、言いやすいか、聞き取りやすいか。
- ④ 受け手にとってわかりやすいか、覚えてもらいやすいか。
- ⑤ 一過性で終わることなく、長年の使用に耐えられるか。
- ⑥ 悪い意味は無いか、悪い言葉（ことがら）をイメージしないか。

の6つの評価項目ごとに1～5点で評価し、その合計点を出してもらっていたのだが、煩雑だったことと、「得点はA案が高いけれど直感的にはB案の方がいいように思う」というような意見が生徒から何回も出てきたため、“直感”を優先するよう、細かい評価項目を設けることはやめた。

努力が感じられるようになりました。

- ★普段の生活の中で、使うものの多くは、名前がついていて、その1つ1つが、商標調査などのプロセスを通して、考えられてきたもの、と思うと、なんかすごい気がします。今、目の前に「蛍 coat」という蛍光ペンと、「マイネーム」っていう油性ペンと、けしごむと、「Pocky」があるんですけど商品名とイメージがマッチしていますよね！すごいと思います。coat って、洋服のコートしかわかんなくて、今調べたらめっきとか塗装という意味がありました。「マイネーム」ってセンス感じます。たしかに、油性ペンつかうときって名前かくとき多いので…
- ★参考で配られたロゴも1つのネーミングにかなりたくさん案が出されていたし、実際に世に出るまですごく練られているのだなあと思いました。これからはもっと1つ1つじっくり味わいたいです。
- ★今回は授業でおもしろく、わりと軽いノリでやったけど、世の中ではたくさんの方が真剣に商品開発の際に討論しているのかと考えると、なんかすごいな、と。今私の回りにあるシャープペンの「uni」とか、ペンの「ZEBRA」とか、例えば名前とロゴを考えるのに何十回も会議が行われてるかもしれないですよ。これにさらに商品の機能とか形の会議もあわせたら、一つの商品が市場に出回るまで、どれだけの時間がかかっているのでしょうか…。

次にこの授業、特に演習で必要とされる能力に関わる感想。

下の「挫折」「全然ダメ」云々はともかく、この演習で、審美的なセンスや言葉の響きに対する繊細さのような、通常の「政経」の学習や受験勉強で必要とされる能力と異なる能力が要求されることは確かであろう。

演習中も「日頃の勉強とちょっと違った頭の使い方をするでしょう？ 2つのソウゾウ力、creativity と imagination が必要だよ。会社ではこういうものも要求されるのだよ」と言っている。大学入試で測られる力が、いかに限定されたものかを感じる。

- ★私は工芸選択ということもあり、ロゴみたいなこまごましたもののデザインをするのが好きで、描くのも好きなので、「さんじ's」描いてて楽しかったです。
- ★みんなの発想力にビックリです…。何であんなに素敵なデザインがホイホイ出てくるのか…。皆さん頭の中どうなってるんですかってカンジです。
- ★広告関係の仕事に少し興味があって、今日の授業は楽しみでしたが、実際にやってみると本当にアイデアって浮かんでこないものですね。……実際のお店で見かけるようなタイトルはどれもオリジナルで一般性も持っているようなものばかりで、プロの才能には感心します。広告業界に関しては努力だけではどうやっても成功できないなとさっそく挫折を味わってしまった気がします。
- ★全然ダメでした。前から名前とか考えるのは苦手だったけど、これが本当に仕事だった

ら大変だなあと思いました。

経営学・商学系の学部に進学を希望している生徒や、将来広告関係の仕事に就きたいという生徒もちらほら見受けられる。そういう生徒にとっては特に楽しい授業だったようだ。
★今日みたいな授業、めちゃくちゃ好きです！ 大学入ってもこういう系のを学べたら良いなと思います。初めて今日知ったネーミングの由来が多くて、色々面白かったです。ほんとによく思いつくなあ、というものや、なるほど！！ というものまでたくさんでした。商標侵害については、浅草でよくTシャツが売られているのを見ました。例えば、オレンジジュースの“なっちゃん”が“やっちゃん”になっていて顔がヤクザになっていたり…小さい頃に見たのに印象的で覚えています。あと、私が始めて見た時、変だなと思ったのは [マツモトキヨシ] です。人の名前そのまんまというのがインパクト大でした。その他にも考えてみると商品それぞれに独特な名前がついていて、由来を知りたくなってきました。そして私達はそのネーミングに知らぬ間にひかれて購入しているのかな、とも思いました。

参考文献

朝日新聞 be 編集グループ『社名・商品名検定 キミの名は』朝日新聞社(2008)

岩永嘉弘『すべてはネーミング』光文社(2002)

横井恵子『ネーミング発想法』日本経済新聞社(2002)

『プロのデザインルール 2 C I & ロゴマーク編』ピエ・ブックス(2008)

ビジネス・ゲーム ネーミング

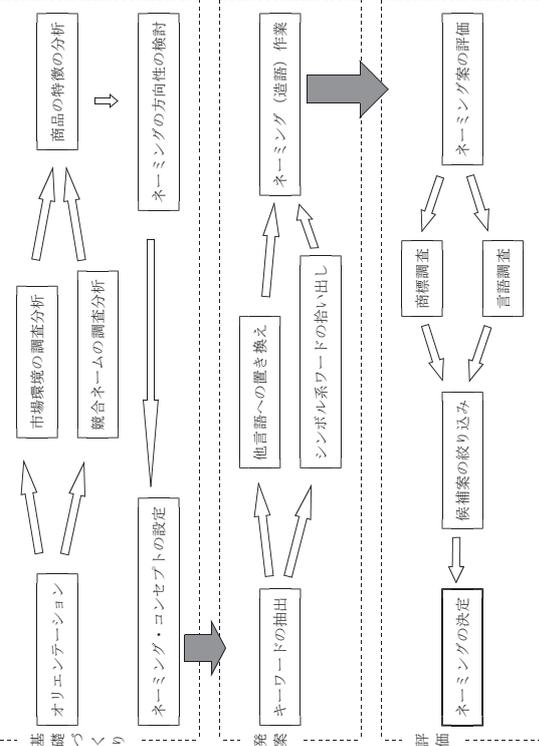
1 状況と課題

K社は広告代理店である。今、クライアント(顧客)である出版社から、今度発行する新雑誌のタイトルを提案するように求められている。新雑誌の対象読者、コンセプト、創刊号の目次(抜粋)、タイトルの関するクライアントの要望は以下の通りである。

- 【対象読者】
お菓子づくり、お菓子の食べ歩きが趣味の人などお菓子に関心のある人。年齢・性別等は問わず幅広く読んでほしい。ただしその道のプロに感心でもらうことは想定していない。
- 【コンセプト】
お菓子に関する情報誌であるとともに、同好の人々の情報交換の空間にもなるような雑誌にしたい。
- 【創刊号目次(抜粋)】
《特集》今、和菓子が旬！
《連載》ケーキづくり・デコレーションはどうする？
男もチャレンジ お菓子づくり
この町一番のお菓子屋さん
お菓子にまつわるエッセイ・読者投稿欄「私の工夫」ほか
- 【クライアントの要望】
お菓子づくりを取り、洋菓子のイメージをイメージさせるようなタイトルは困る。
和洋中すべてのお菓子を取り、どのようなたイトルにするか悩んでいる。

上のような状況で、あなたたちがK社の社員だったとして、どのようなタイトルにすることを考える。

2 ネーミングの開発プロセス



3 ネーミングの機能

- 他の識別機能 : 類似した商品等と混同させない。
- 内容の伝達機能 : 商品等の特徴やセールス・ポイントを伝える。
- イメージ訴求機能 : イメージを売る。
- アイデンティティ構築機能 : 企業やブランドの一貫性・統一性を保つ。

4 よいネーミングの条件

- _____ : 読みやすい、言いやすい、聞きやすい、覚えやすい。
- _____ : 流行に左右されず、時代が変わっても色あせない。
- _____ : 外国人の目から見て違和感やネガティブな意味がない。
- _____ : 人の心に鮮明な印象を与えることができる。

5 ネーミングのヒント

- 言葉の発明
 - ア 組み合わせ
例：COOKDO (中華調味料)
 - イ 接合
例：BIGLOBE (プロバイダー)
 - ウ 混成
例：CONTAC (風邪薬)
 - エ 切り取り
例：FANTA (飲料)
 - オ 接頭語・接尾語
例：UNSNORE [アンスノール] (いびき抑制剤)
MEDIADE [メディアエード] (風邪薬)
 - カ 頭文字
例：UFJ銀行 (United Financial of Japan)、DoCoMo
- 言葉の発見
 - ア ラテン語
例：NOVA [ノヴァ] (語学学校)
 - イ キリシヤ英語
例：CARDIA [カルディア] (カメラ)
 - ウ キリシヤ文字
例：Ω (時計メーカー)
 - エ エスペランanto語
例：SCIAS [サイアス] (雑誌)
 - オ スペイン語
例：PRIMERA [プリメーラ] (乗用車)
 - カ フランス語
例：LA FORET [ラフォレー] (ビール)
 - キ ドイツ語
例：FRAU [フラウ] (雑誌)
 - ク インドネシア語
例：ジャラン (雑誌)
- その他
 - ア 回文
例：CIVIC (乗用車)、ナボナ (菓子)、SEDES [セデス] (頭痛薬)
 - イ アナグラム
例：DAKARA (飲料) ← KARADA (体)、ジュンク堂 (書店) ← 工藤淳 フリジストン
 - ウ 逆さ読み
例：EZAK (風邪薬) ← KAZE [かぜ]、コンサドール札幌 → さんご (道産子)
 - エ 崩読み
例：KIT KAT (菓子)、プッチンプリン (菓子)
 - オ 掛け言葉
例：GAMBA 大阪 → gamba = 脚力 (イタリヤ語) / 頑張る
 - カ 語呂合わせ
例：新乾洗 (洗濯機)、天ぷら大サックン (天ぷら粉)
 - キ 日本語・古語
例：爽 (菓子)、膳 (洋酒)、肌薬精 (化粧品)、紅茶花伝 (飲料)、マロウド (ホテル)
 - ク 方言
例：いいちこ (焼酎) → いいですね (水分)
 - ケ 擬人化
例：一太郎、勘定奉行 (PCソフト)、乾太くん (乾燥機)、ケイコとマナブ (雑誌)
 - コ 擬声語
例：ごはんですよ (佃煮)、写ルンです (レンズ付フィルム)、はいれます (終身保険)
 - サ 擬音語・擬態語
例：きりり、のほほん茶 (飲料)、SARA (シャンプー)
 - シ 文字の象徴性
例：XY [ゼクシィ] (雑誌) → 男女の染色体

6 商標調査について

インターネットで特許庁・特許電子図書館のページにアクセスし、類似する商標がないか確認する。なお「類似する」とは、例えば以下のようことを指す。
 外観類似 (見た目の類似) : 「フレンド」と「ウレンド」
 発音類似 (発音の類似) : 「フレンド」と「フルンド」「ムレンド」「フレンド」「フレード」
 観念類似 (意味合いの類似) : 「フレンド」と「友」

参考：横井恵子『ネーミング発想法』日本経済新聞社

【資料2】生徒の考えた雑誌名

1 組	◎ いと Okashi	2 組	◎ をかしなくらし。
	3時5分前		モグモグ
	creaman		おかし野郎
	菓子男		Sweetter
	SHNMTime (シュンタイム)		いとをかし
	おかしのキモチ		甘人 あまんちゅ
	おやつ JAPAN		おかしゆかし
元祖！！ ようすけ	スイーツスポット		
3 組	◎ ito okashi	4 組	◎ KaShiguraShi
	みるくさんご		おやつのじかん
	おかし好きなんです、実は。		かしおぺあ
	Amaimono.		甘ちゅあん
	amato		yum-yum (ヤムヤム)
	iSAKO		OKASHIRA
	おやつらぶ		3じのまえに。
Sweet Party	SUCRE		
5 組	◎ Sucre (シュクル)	6 組	◎ Betsu Bara
	aMÄMo (アマモ)		菓子み〜る
	ガトーベつばら		Oh! kashi 道 (オカシロード)
	菓子オペア		O・KA・SHI
	O・ka・pi (オカピ)		MAEDA 食堂
	お菓子のひろば		kokOro ゆかし
	さんじ's (サンジーズ)		おかしイズム
Ochuway (オチュウェイ)	おいすいーつ		

() 内は読み方。◎が各クラスの投票で第1位となった案である。

【資料3】生徒の描いた雑誌名のロゴ

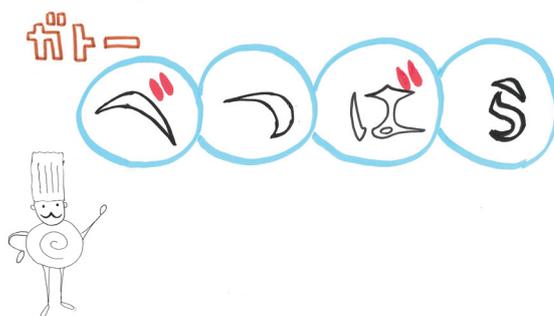
甘ちゃん



いと いと おかし kashi

シュワル創刊号
Sucre

Amai mono.



をいならし。

モグモグ 😊

「走る」動作の習得を目指した陸上競技の体育授業

— 高校2年生の男女を対象に —

征矢 範子, 宮崎 明世

I はじめに

高等学校学習指導要領における陸上競技単元の目標は、「記録の向上や競争の楽しさや喜びを味わい、各種目特有の技能を高めることができるようにする」ことであり、短距離走・リレーでは「中間走の高いスピードを維持して速く走る」と示されている。短距離走は「辛い」という印象があり、苦手意識を持つ生徒も少なくない。そのため、単に記録の計測をしたり、リレーで競争をするといった授業をする教師も多く、走る技術を学習する授業はあまり行われていないと推測される。「走る」という動作は、誰かに教わるのではなく、生まれて数年の間に自然と身につける動きとされているため、高校生までに走技術を学習する機会のない生徒がほとんどである。ところが、高校生の多くは足が速くなりたいという欲求を持っている。テレビで見る外国人選手や、学校で足が速い生徒への憧れが大きい年齢でもある。「走る」という動作は足と手を交互に動かす単純な動作だけに、効率の良い正しいフォームを学ぶだけで、動作が大きく変化する可能性が高い。陸上競技の他の種目にとっても走力が重要であることは言うまでもないが、球技など他の競技種目にとっても重要な能力であるため、学ぶ価値は大きい。

正しいフォームで「走る」動作を学ぶことは、様々なスポーツをする上で有益である。本研究では、高校2年生の陸上競技の授業における「短距離走」の中で、「走る」という動作そのものに焦点をあて、効率のよい走りの知識や正しいフォームの習得とタイム短縮を目標とする授業作りを目指した。

II. 研究の方法

1. 対象

高校2年生男子6クラス124名、女子4クラス75名を対象として陸上競技の授業を行った。

2. 授業計画

1) 授業時間数と実施時期

男子の授業は2010年4月上旬～5月上旬にかけての13時間、女子は2010年5月中旬～7月初旬の19時間であった。年間計画での他種目との関係から、男子は年度初めの短い単元であり、女子は教育実習の時期にあたり、単元の始めの6時間程度は教育実習生が授業を行った。

2) 学習内容と学習の流れ

「走る」といえば短距離走も長距離走もあるが、今回は全力で速く走ることを目標とし、50m走の記録向上と、動作の改善を目指した授業を行うこととした。男子は全13時間という短い陸上競技単元の中、体力テスト、槍投げ（ターボジャブ）と合わせた単元計画を立て、50分の授業内の前半に毎時間ウォーミングアップとしてドリルや動き作りを取り入れることとした（表1）。女子は教育実習生が担当した授業も含め、全19時間で計画し、ハードル走、槍投げ、走り幅跳びと合わせて単元計画を立て

た。指導の内容を考える際に以下のポイントを意識して授業を計画した（表2）。

3) 学習のねらい

走動作の改善のための学習のねらいは、以下のとおりであった。

- ①ミニハードルやマーカールといった、動きを制限する道具を用いてその動作を矯正し、正しい動作を習得させる。
- ②道具などを用いずに、教師の言葉かけや見本動作を観察することによって、自分の動作とどのように違うのか、自分がどう動いているのか等、客観的に捉え、内的に意識したことを動作改善に生かすことができる。
- ③生徒同士が互いの動作を観察し、アドバイスをしたり、自分自身に置き換えフィードバックをすることによって、動作を改善し、より良い動きを追求することができる。

学習のねらいの設定理由として、①は道具の置き方によってストライドを矯正したり、膝をあげる高さを強制的に変えたりすることができるため、小学生や中学生の陸上単元でも用いることが多い。カラフルなコーンやハードルは視覚的にも興味を引くことができるため、意欲的に授業へ取り組ませることができる。②の意識と客観のすり合わせは、高校生であれば内的意識により自分の動作を改善させることができるのではないかと考え、指導のポイントとした。教師の言葉かけや速く走るための理論を理解し、あえて道具などのない状態で自分自身の動作を意識し、改善させることができると期待し、変化をみることにした。さらに正しい動作の理解が深まれば、③のようにお互いの動作観察から相手の動作を改善するためにはどのようにすれば良いのか考えたり、それを自分自身の動作と比べることで、自分の動きにフィードバックして改善できるようになると考えた。

表1 単元計画（男子）

時間	種目	授業計画
1	体カテスト	体育館種目測定
2	体カテスト	1500mとハンドボール測定
3	体カテスト	50mプレ撮影
4	陸上競技 オリエンテーショ ン	陸上競技について（単元のねらい、陸上競技の種目、特徴）、ジョギング（姿勢、踵からつま先へ、腕振り）、体操・ストレッチ、基本のドリル（歩いて腿上げ・早い腿上げ）、スキップ
5	短距離走	動的ストレッチ（股関節を広げるドリル）、ミニハードルドリル（腿上げ、インターバルを2歩・3歩・4歩）、マーカール走3種類（ピッチとストライドの理解と実践）
6	短距離走	映像（世界記録）、100m走説明（スタート・加速・中間疾走・フィニッシュ）、ドリル（ボンピュンラン）、ストライドを意識した走り（マーカールを用いて）
7	短距離走	動きづくりドリル（歩きながら・リズム変化を入れながら腿上げ、片足ずつ）、マーカール走（ピッチを上げたまま中間疾走へ）、スタートダッシュの技術（スタンディングスタートとクラウチングスタート）
8	短距離走・ターボ ジャブ	動きづくりドリル（もも・膝・腕など自分の動きを考えさせる）、スターティングブロックを使ったスタートダッシュ、20m競争（音に反応して）、ターボジャブの基本
9	短距離走・ターボ ジャブ	動きづくりドリル（人の動きと比較する）、学習カードを用いた走法チェック（二人組で交互に50mを走る）、ターボジャブの基本

10	ターボジャブ	動きづくりドリル ターボジャブ練習
11	ターボジャブ	動きづくりドリル ターボジャブ計測
12	雨天予備日	体育館でシャトルラン
13	短距離走	50mポスト撮影

表2 単元計画 (女子)

時間	種目	授業計画	授業者
1	陸上競技 オリエンテーション	陸上競技について解説、正しい姿勢、動きづくり (スキップ)、視聴覚教材 (陸上競技のビデオを見る)	実習生
2	短距離走	50mプレ撮影	実習生
3	短距離走	動きづくり (歩行、ジョギング、ドリル、スキップ)、変形ダッシュ	実習生
4	短距離走・ターボジャブ	動きづくりドリル (振りおろし・スイングを意識)、その場ジャンプ (地面からの跳ね返り)、ターボジャブオリエンテーション (ターボジャブの持ち方、投げ方)	実習生
5	短距離走・ターボジャブ	動きづくりドリル (振りおろし・スイングを意識)、投てき種目の解説、二人組でターボジャブ (まっすぐ投げる、体重移動で投げる)	実習生
6	短距離走・ターボジャブ	スキップ、振りおろし・スイングを意識した50m走、二人組でターボジャブ (全力で投げる、黒須ステップで投げる)	実習生
7	やり投げ	スキップ、振りおろし・スイングを意識した50m走、竹やりを投げてみる、段ボールを刺す	実習生
8	ターボジャブ	動きづくりドリル ターボジャブ測定	
9	ハードル オリエンテーション	ハードルオリエンテーション (ハードルの特徴、インターバルと高さ) 二人組でハードルを使った動的ストレッチ、抜き足とリード足	
10	ハードル	股関節ドリル、流し (フォームを意識して)、マーカーク走 (ピッチからストライドへ)、3歩のリズム、ハードルドリル、5歩ハードル、3歩ハードル	
11	ハードル	ドリル (腿上げ、リズム変化)、流し、ハードルストレッチ、自分に合ったインターバルで3歩のリズムを覚える	
12	ハードル	ドリル (腿上げ)、流し、ハードル5台計測	
13	ハードル	ドリル (腿上げ)、流し、ハードル5台計測	
14	走幅跳 オリエンテーション	跳躍種目オリエンテーション (水平種目と垂直種目について)、走幅跳の特徴 (助走・踏切・着地)、ドリル (リズム変化)、流し、踏切を合わせた助走、踏切動作	
15	走幅跳	動きづくりドリル、流し、走幅跳助走、踏切動作 (リード足を上げる)、空中動作について (そり跳び、シザース)	
16	短距離走	50mポスト撮影	
17	走幅跳	走り幅跳び計測	
18	雨天予備日	シャトルラン	
19	雨天予備日	視聴覚教材 (陸上競技の種目とその競技方法について)	

4) 指導のポイント

単元を通して指導した動作改善のポイントと活動の内容、指導を行う際に実際に行った言葉かけを

表3に示した。高校生はこのような言葉の理解や見本動作を観察することなどから、自分の動きに変換させる（真似する）ことができると考えた。

姿勢を良くするとは、上半身が前傾したり、後傾したりせず、腰の位置を高く保つことである。前傾する生徒の主な理由としては、前に体重をかけることによって、進むような錯覚を感じることや、スタートダッシュの前傾を最後まで回復させないで走ることが考えられる。実際には、前傾姿勢によって脚が重心より前に接地することになるため、ブレーキをかける動作につながる。また、後方に脚が大きく回転する、いわゆる足の流れた動きになるため、踵の引きつけが遅れスピードが出なくなる。中間疾走において姿勢をまっすぐ保つ意識をすることによって、腿が上がり、身体の真下に脚が接地することができるようになる。

腕を大きく振る動作は、腕を抱え込むことや左右に回転させること、肘が伸びる等の不適切な腕振りを改善させることを目的として指導をした。小学生の時から、腕は大きく振ると指導を受けた生徒が多く、走る前に気をつけたことを調査した結果（表8～11）からも、授業前・授業後ともに腕振りを意識している生徒が多かった。脚を大きく動かすためには、腕も大きく動かす必要がある。走運動は腕とのバランスが重要であることも理解させるようにしたい。

腿を上げる、踵を引きつける動作（離地した脚を折り畳む動作）は、ストライドを大きくし、後方へキックした脚を前方へ素早く動かすために重要な要素である。世界選手権の出場者を対象とした走動作の研究（佐々木ら1994）によれば、腿の高さや引きつけ動作は、走速度と相関がないとされ、陸上競技選手の指導においては、腿は意識的に高く上げる必要はなく、踵も自然に引きつけられるものであるとの認識が一般的になってきた。しかし、高校生の一般的な体育の授業において、「腿は自然と上がる」「踵は自然と引きつけられる」感覚をつかめるようになるには時間が足りない。腿が上がらなると、つま先で接地し、ブレーキをかけるような動作になる。踵を引きつけられないと、膝関節を伸展させたまま前方にスイング動作が行われるため、腰の抜けたような走りとなる。体育の授業において指導者は、世界一流競技者の技術をそのまま指導に取り入れるのではなく、基本と言われる腿の上があった走りや踵が引きつけられる動作を理解させ、身につけさせることが重要であると考え、指導のポイントとした。

身体の真下に接地する意識は、重心の前方で接地し、ブレーキをかける動作を軽減することを目的とした。球技系に必要とされる走りは重心を落として、いつでもブレーキをかけられる（方向転換できる）走りが必要となる場合も多い。陸上競技のようにまっすぐ前方へ速く走るためには、重心の位置を高く保ち、できるだけブレーキの少ない効率の良い走りが必要であることを理解させ、身につけさせたい。上半身の傾きが大きな要素となるため、併せて指導を行った。

指導者について、男子の指導は全期間にわたって、陸上競技を専門とする教師歴11年の教師が行ったが、女子の授業は教育実習の時期に当たり、初めの7時間程度を教育実習生が担当した。そのため必ずしも期待するポイントを伝えることができたとはいえないが、教育実習生への指導やその後の授業での指導により、効果が出るよう計画した。

表3 指導のポイント

期待する効果	教師の言葉	練習方法
姿勢を良くする	頭頂から糸で引っ張られているように背筋を伸ばす、軸を意識する、踵からつま先までまっすぐついて歩く	ウォーキング、ジョギング、棒人間（二人組・ジャンプ時に肩を押しても崩れず跳ね返ってくる）
腕を大きく振る	肘を前後に振る、顔の前に手が見えるまで振る、進行方向へまっすぐ振る、抱え込まない、横に振らない	両腕振り（肩甲骨を動かす意識で）、その場腕振り
腿を上げる	地面と平行まであげる、接地足を伸ばす、つま先をあげる、接地の前に反対の腿を上げる	腿上げ（ウォーキング、速いリズム、片足だけ、片足2歩ずつなどのリズム変化）、空中入れ替え（その場で、遊脚が接地する前に足を入れ替える）
踵を引きつける	かかとをお尻（腿の付け根）に付ける、接地足の膝上を反対足のかかたが通過する、足を後方に流さない、地面から離れたらすぐに引きつける	腿上げ（膝を折りたたむ、反動をつけて踵をお尻につけながら腿上げ）
身体の下へ接地する	上体を起こす、上体より前に接地しない、ハムストリングを使って引き戻す、腰が折れない、腰を落とさない	空中入れ替え（その場で、遊脚が接地する前に足を入れ替える）2歩ずつなど

5) データの収集と処理

授業の前後で50m走の記録を測定するとともに、スタートから35m～40mの範囲が映るように、側方20mの地点にデジタルカメラ（CASIO社製EX-F1）を設置し、毎秒300コマ、シャッタースピード1/1000で走動作をハイスピード撮影した。1サイクル（片方の足が離地してから同じ足が接地するまで）が映るように画角を調整した。単元前後の50m走測定の直後に、自由記述による質問紙調査を行った。意識して走ったポイントを3つまで記入させた。

単元の前後的に記録の変化を見るために、単元の前後的に記録についてt検定（対応あり）を行った。また、動作の変化を見るために、撮影された映像について観察的動作評価を行った（表4、高本ら2003）。この観察的動作評価は「腕振り」、「離地時の膝・足首の伸展」、「回復期前半の踵の引き上げ」、「回復期後半の大腿の引き上げ」の4つの観点から、最も優れた動作をパターン5として5段階で評価するものである。また、授業において指導した「身体の下に接地する」というポイントを見るために、「接地の位置」の評価を加えた。単元の前後的に動作評価の得点についてt検定（対応あり）を行って単元の前後の変化を検討した。走るときに意識したことについては、カテゴリーごとにまとめ、集計した。

表4 走運動の観察的動作評価基準（高本ら 2003）

	パターン1	パターン2	パターン3	パターン4	パターン5
腕振り	ほとんど振らない	肘をわずかに屈曲させ、左右に振る 肘を完全に屈曲させ、腕を体から離さず振る	前後に振るが、振り幅が小さい	前後に振る	前後に大きく振る
離地時 膝・足首の伸展	屈曲したままで伸展しない	伸展が不十分	伸展する傾向にあるが、まだ不十分	瞬間的に伸展する	完全に伸展する
回復期前半 足の蹴り上げ	蹴り上げが見られない	蹴り上げが小さい	蹴りあげるが、まだ不十分	十分に蹴り上げる	臀部方向へ十分に蹴り上げる
回復期後半 大腿の引き上げ	引き上げが見られない	地面鉛直面に対して45°より低い位置まで引き上げる	地面水平よりやや低い位置まで引き上げる	地面とほぼ水平か、やや低い位置まで引き上げる	地面とほぼ水平まで引き上げる
接地の位置	体の軸より大きく前に接地している	体軸の真下一足分より前に接地している	体軸の真下より一足分前後して接地している	ほぼ体軸の下に接地している	体軸の真下に接地している

III 結果と考察

1) 記録の変化

表5に単元の前後での記録の平均を示した。男子は7秒17から7秒13に、女子は8秒59から8秒48に記録が変化し、t検定(対応あり)の結果、男女ともに有意な差がみられた。(男子 $t=2.45, p<.05$ 、女子 $t=4.80, p<.001$)。単元を通して男女ともに記録を向上させることができた。男女で時間数に差があったが、男女ともに記録の向上が見られた。走動作の改善を目指した授業を通して、記録を向上させることができた。

表5 授業前後での記録の変化

	男子		女子	
	pre	post	pre	post
平均(秒)	7.17	7.13	8.59	8.48
SD	0.13	0.10	0.27	0.28
t	2.45 *		4.80 ***	
n	106		63	

* $p<.05$, *** $p<.001$

2) 動作の変化

単元の前後で観察的動作評価の得点について t 検定(対応あり)を行った結果、男子は「腕振り」($t=-4.82, p<.001$)、「離地時の膝・足首の伸展」($t=-4.81, p<.001$)、「踵のけり上げ」($t=-2.53, p<.01$)、「大腿の引き上げ」($t=-2.88, p<.001$)、「接地」($t=-5.78, p<.001$)と、すべての動作評価項目において、5%水準で有意な差がみられた。特に、「接地の位置」は授業前後で大きな変化が見られた。これは、上体より前に接地することによって進行方向へ対してブレーキになることや、姿勢が前傾すると上体より前に接地してしまうことなどを指導した成果であると考えられる。また、姿勢に関しては、授業前は前傾して走る生徒が多かったが、スタートダッシュから徐々に上体を起こし、中間疾走の時には上体をまっすぐ保つという100mを走る技術について映像を用いて授業内で指導したことにより、

上体を起こして走る生徒が増えたことによって改善が見られたものとみられる。「回復期後半大腿の引き上げ」については、地面とはほぼ水平まで引き上げるという動作が、毎時間のドリルによって身に付いた結果と考えられる。女子は「腕振り」(t=-3.77, p<.001)、「大腿の引き上げ」(t=-2.86, p<.01)、「接地の位置」(t=-5.38, p<.001)の3項目において有意な差がみられた。男子と同様に「接地の位置」は大きく得点が向上していた。女子は「離地時の膝・足首の伸展」、「踵のけり上げ」については得点が向上しなかった。前述したとおり、女子の授業は最初の7時間が教育実習生の授業であり、指導のポイントが徹底しなかった可能性もある。

表6 動作得点の変化

		高校男子(n=106)			高校女子(n=63)		
		pre	post	t値	pre	post	t値
腕振り	平均	4.3	4.5	-4.82 ***	3.9	4.3	-3.77 ***
	SD	0.40	0.37		0.60	0.59	
離地時膝・足首の伸展	平均	4.0	4.2	-4.18 ***	4.1	4.2	-5.38 n.s
	SD	0.33	0.26		0.22	0.14	
蹴りあげ	平均	4.8	4.9	-2.53 **	4.6	4.6	0.18 n.s
	SD	0.41	0.12		0.51	0.48	
大腿引き上げ	平均	4.7	4.9	-2.88 **	4.6	4.8	-2.86 **
	SD	0.26	0.15		0.36	0.14	
接地	平均	3.5	4.0	-5.78 ***	3.0	3.7	-5.38 ***
	SD	0.61	0.45		0.65	0.61	

* p<.05, **p<.01, *** p<.001

3) 意識の変化

単元前後の50m走で「何に気をつけて走ったか」を走った直後に聞いた。回答は自由記述で3つまでとした。得られた結果を集計し、カテゴリーに分類した(表7~10)。男子では、授業前は「スタートダッシュ」が53.0%、「腕を振る」が47.9%と約半数を占めていたが、授業後には「かかとを尻につける」39.5%、「ももを上げる」31.9%、「腕をよく振る」29.4%と授業の中で繰り返し指導した内容が上位を占めた。女子でも授業前は「腕を振る」62.3%、「スタートダッシュ」42.9%が多かったが、授業後には前述の2項目のほかに、「ももを上げる」と回答した生徒が37.7%、「姿勢をよくする」と回答した生徒も19.5%おり、授業の中で学習したことを意識して走ることができたといえる。

今回の授業で回復期後半に踵を尻につけるという動作を初めて意識した生徒も多く、世界のトップ選手の映像を見て、その大切さを理解し、お互いの動作を観察する授業の中でも、自分ができているかどうかを自己の内面で認識することができたと考えられる。このように意識して走ったことが、動

作評価得点の向上にもつながっており、生徒が自分の内的意識の中で動作を改善させることができるということが明らかとなった。

表8 走る時に気をつけたこと授業前 (男子)

項目	回答数	%
スタートダッシュ	62	53.0
腕を振る	56	47.9
最後まで気を抜かない	22	18.8
足をあげる	20	17.1
足の回転(ピッチ)	16	13.7
地面をける	13	11.1
前傾姿勢	12	10.3
姿勢(体を起こす、前を見るなど)	11	9.4
足を前に送る、足を振るなど	8	6.8
フォームを崩さない	7	6.0
気持ち(集中、となりに負けないなど)	7	6.0
フィニッシュの体勢	6	5.1
ストライドを大きく		
重心を高く上げる	4	3.4
足を大きく振る		
重心をつま先に		
顎を引く	3	2.6
無呼吸	2	1.7
つま先で走る		
最初は姿勢を低く	18	15.4
その他		

肩に力を入れすぎない、無重力の走り、ラスト10mの踏ん張り
 どれが一番走りやすいか研究、前に進もうと努力した
 コースを直線で無駄なく走る、途中まで上体を起こさない
 中間疾走、手足をちゃんと動かす、手と足の出す順、ハムを使う
 斜め前ではなく、下に強く蹴ってすぐにもう一方の足を出す
 加速できるように小股で走った、小股、つま先を前に向ける、
 ペースを保つ、中間のけり

n=117, 回答総数=285

表10 走るときに気をつけたこと授業前 (女子)

項目	回答数	%
腕を振る	48	62.3
スタートダッシュ	33	42.9
前傾姿勢	18	23.4
最後まで走る	10	13.0
足を前に出す	9	11.7
軸をまっすぐ	9	11.7
姿勢を低く	5	6.5
地面をける	5	6.5
フライングしない	2	2.6
その他	12	15.6

足をまわすこと、一緒に走った子についていく、上にボンとどぶ、
 後ろの足を前にひきつける、けがをしない、正面を見る、
 手と足の回転の速さ、何も考えていなかった、
 走っているときの姿勢、肘を押す、肘を直角にする、
 横に揺れない

n=77 回答総数=151

表9 走る時に気をつけたこと授業後 (男子)

項目	回答数	%
足(かかと)を尻につける	47	39.5
ももをあげる	38	31.9
腕をよく振る	35	29.4
スタートダッシュ	34	28.6
ピッチをあげる・速く		
ストライドを大きく	26	21.8
姿勢(上体を起こす、前傾姿勢など)	23	19.3
後半にピッチをあげる	8	6.7
フォームを意識する	7	5.9
あきらめない、がんばるなど気持ち	6	5.0
体の下で接地する	5	4.2
モモを前に押し出す	4	3.4
つま先を前に出す		
足の動き	3	2.5
地面を強く蹴る	2	1.7
最後振りぬく		
フィニッシュ		
後半ストライドを大きくする	8	6.7
その他		

脚の軌道、足を巻きつける、足、足首の付け根、腹筋
 支える足を曲げない、大腿を引き込む感じ

n=119, 回答総数=290

表11 走るときに気をつけたこと授業後 (女子)

項目	回答数	%
腕を振る	49	63.6
足、ももをあげる	29	37.7
スタートダッシュ	25	32.5
最後まであきらめない	17	22.1
姿勢をよくする	15	19.5
足の回転(ピッチ)をあげる	14	18.2
ストライドを広く	12	15.6
地面を強く蹴る	2	2.6
その他	18	23.4

足の動き、足を後ろに折りたたむようにして走る、足を後ろに蹴る
 足を前方でたたむ、後ろ足をひきつける、体を揺らさない、
 気合いで声をだす、けがをしない、上体動かさず体幹で走る、
 手を回す、走り出し、速く走る、踏み出す足、フライングしない、
 小股、前へ進む、まっすぐ走る

n=77 回答総数=181

IV 結論

1. 良い姿勢での走りを意識することによって、身体の下下に接地する動作を身につけさせ、上体の過度な「前傾」を解消し、身体の前接地してブレーキをかける動作を改善することができた。
2. 「踵を引きつける」、「腿を地面と平行まで引き上げる」、「腕を大きく振る」、といった走動作の基本を理解することによって、効率の良い正しいフォームで走ることができるようになった。
3. 高校生の体育授業を通して、「走る」動作を意識させる指導を行うことによって、フォームが改善され、その結果、記録を向上させることができた。

走るという動作は単純だが、様々なスポーツにおいて基本となる動作であり、生涯にわたって豊かな生活を送るためには身につけておきたい動作である。本研究によって高校生の体育の授業で、走る動作を改善させる授業を行うことは有意義であることが明らかとなった。特に、近年の体力低下が問題視される現状から、走るという動作の習得をこれまでのように自然の発達に任せるのではなく、積極的に授業で取り入れるべきであると考えられる。本研究の授業において、短時間で繰り返す、動作習得ドリルを授業の中で行うことで動作の改善が見られることが示唆された。今後は、動作習得ドリルを精選し、より効果が高くわかりやすい授業づくりを目指していきたい。

[参考文献]

文部科学省 平成 21 年 3 月 「高等学校学習指導要領 保健体育編」

佐々木秀幸・伊藤章他 (1994) 世界一流競技者の技術 ベースボールマガジン社

高本恵美・出井雄二・尾縣貢 (2003) 小学校児童における走、跳および投動作の発達：全学年を対象として. スポーツ教育学研究 23 : 11-15.

体育実技における「初心者」の指導について

保健体育科：

藤生栄一郎, 鮫島 元成,

貴志 泉, 征矢 範子, 中塚 義実

1. はじめに

本報告は、第60回高等学校教育研究大会（2010年12月4日。筑波大学附属高等学校主催）の保健体育科分科会で取り上げた内容を当日の議論と共に再構成し、研究資料として提示するものである。

2010年度の上記研究大会を行うにあたり、保健体育科では前年度の研究発表テーマであった「運動・スポーツ好きを学校で育てる～授業実践及びスポーツ活動を通して～」を受け、「上達すること」も「運動・スポーツ好き」を育てる上では重要なファクターであると考えた。また平成20年3月、新しい中学校学習指導要領が告示され、平成24年度から中学校において「第1学年及び第2学年においては、すべての生徒に武道を履修させること」となったことを背景として、ほぼ全員が柔道未経験者として高校に入学してきていたこれまでとは異なり、柔道においても「経験者・未経験者」の差や、経験の内容にも差が生じてくることを考え、「初心者」や「運動が不得意な生徒」の指導を再考することをテーマとして設定した。

高校体育実技で様々な種目を学習させるとき、そこには運動が不得意な生徒がいたり、成長過程における運動体験や学習経験にも差が生じており、スタート時点で技能差がある集団となっている場合がほとんどである。高校生段階では「その種目を初めて経験する」という意味での「初心者」ではないことが多いが、技能レベルがとても低く、ほとんど「初心者」と言ってもよい生徒もいるため、技能差が大きい集団となる。種目によって「全員が初心者の集団」と「技能差がある集団」（中学校までに経験がある種目）があるのだが、本校で扱っている種目で言えば、全員が初心者集団というほうが少ない。（今研究大会（2010年12月4日）公開授業の1年女子柔道、3年の新種目、やり投げ、など。なお、通常1年女子柔道は行っておらず、本年度は研究大会のために実施した。）

このような現状で、高校における体育実技の授業では何を目指していけばよいのだろうか？実技種目である以上、「初心者」であろうと「不得意な生徒」であろうと、彼らを少しでも上達させ、全体の技能差を少なくし、誰もが生涯にわたって様々なスポーツと主体的に関わっていくことが出来るようにすることは一つの大きな目標になるであろう。それは特に1, 2年生の授業の第一目標と言えるのではないだろうか。すなわち「スキルアップ」や「ゲーム構造・戦術の理解」である。

しかし一方で、「技能差が有る集団でも楽しむことの出来るスポーツへの多様な関わり方」を理解させることも大切であり、特に「生涯スポーツ」を意識すべき3年生の授業で

は、そのことが第一目標になると言える。それは将来に繋がる「考え方」や「感覚」を育てるということである。

さて、このように高校での体育実技を捉えたところで、今回のテーマである「初心者の指導」「不得意な生徒の指導」について考察したい。公開授業で扱った「女子柔道」を題材にし「初心者」の指導を考えると共に、経験という意味からは「初心者」ではないが、「技能レベルの低い生徒＝不得意な生徒」の指導について、本校で行っているいくつかの種目についても、各担当者が指導上留意している点を述べるものとする。（藤生栄一郎）

2. 柔道における初心者指導

1. 文科省学習指導要領改訂にともなう問題点

平成 20 年 3 月、新しい中学校学習指導要領が告示され、平成 24 年度から「第 1 学年及び第 2 学年においては、すべての生徒に武道を履修させること」となった。武道の必修化は、指導要領改訂のねらいである「生きる力」を養成するために、武道に内在する教育的価値への期待と考えることができる。しかし、全面実施を行うためには次の課題を解決しなければならない。

1) 保健体育科教員の武道における授業力向上に関する問題点

- ・ 武道経験者が少ない。
- ・ 武道を経験していても授業に活かせるか不安である。
- ・ 安全に授業を形成することができるか不安である。
- ・ 生徒が喜ぶ授業ができるか不安である。
- ・ 講習会に参加したくても、学校業務が多忙で実現しない。

2) 用具、施設の整備

- ・ 武道用具及び道場の整備

⇒武道場の整備に約 35 億円の予算措置（平成 22 年 3 月）がなされているが、現在の整備率は約 50 パーセント。

上記のような状況の中で武道の授業を受けた生徒に対して、高等学校ではどのように受け入れたらよいのか、どのような授業を実施したらよいのかと考えるとき、そのひとつの解決法が「導入段階をいかに効果的に指導するか」ということになる。その例を提示したい。

2. 高等学校「武道」教材の現状及び今後の課題

中学校の武道必修化にともない、高等学校の武道は球技との選択必修になっている。過去多くの変遷がありながら現在高等学校では武道が必修として定着している。今後、選択になったから球技・武道のどちらか片方を実施するというのではなく、どちらの種目も講座を開講して生徒に選択させるという考え方を持つ必要がある。その理由としては、以下のような 3 点が考えられる。

①武道が学校体育の教材として必要な特性を持っているということ。

②中学校の全面実施の際に課題となる指導者の育成という観点。

③施設の整備が高等学校ではすでに解決されている。

一方、中学校の授業において授業内容が十分でない場合、高等学校で選択制とすれば生徒が武道から離れていく可能性が考えられる。安全面においても他の種目よりも留意する点が多く（だからこそ教材として有意義であるという考え方もあるが）、できれば怪我の少ない種目を選択しようとする学校、保健体育科、体育教師、生徒が増えるのは当然と考えたほうがよい。このような状況にならないように、授業内容の充実、安全指導の留意、武道教育の必要性の指導などの点についてさらに研究を深めていく必要がある。

3. 授業における指導法の考え方とその方法

従来の指導法をさらに幅広く考え、柔軟な思考で指導法を工夫することで教師も生徒もリラックスした、楽しく安全な授業を展開できる。その幅広い思考の例をあげたい。

1) 「体落とし」が上手でも社会生活においてはそれほど役に立つことはない。

⇒「体落とし」という技を教材として、「技能」「態度」「知識、思考・判断」を指導する。

具体的には、体落としという技そのものの上達（技能）、体落としで相手を投げるときに相手をどのようにかばうのか（態度）、体落としという技はどのような力の使い方をしていのか、かかるようにするためにはどうすればよいのか（知識、思考・判断）、などを指導して初めて授業の意味がある。だから技能の上達だけを第一のねらいにすることはしない。

2) 「受け身」はどのように指導したらよいか？

⇒受け身が完全にできないうちは技の指導には入らないという考え方を捨てる。

「受け身」を「倒れ方、転び方」と捉える。倒れるときに身体の一部に衝撃が集中しないようにする。そのために身体を丸くし、筋肉を適度に緊張させて関節を保護する。そのために畳を掌腕全体で叩く。その理論を動作で表わしたものが受け身である。投げられたとき、倒れたときに大切なことは「身体を丸くすること」「手を着かないこと」「パチンと音がするように畳をたたくこと」である。

3) 投技はいくつ指導したらよいか？

⇒授業時間が13時間なら、初心者であれば3つの技で十分である。

その技も安全面を考え、投げられる者が片足を畳について受け身をとれる技で、「出足払い」「膝車」「体落とし（受け身は取の足を踏み越えて横転し受け身をとる）」が適当である。

4) 「試合」は行わなければいけないか？

⇒安全面で不安があれば行う必要はない。

部活動の試合と授業の試合は違う。授業では「試合」の概念を「各学習段階での試し合い、競い合い」という捉え方をすれば試合を設ける機会は増える。「柔道衣の着方の試合」「受け身の試合」「投げ方の試合」という試合も考えられる。生徒の能力の実態を踏まえて計画を立てることが大切である。

4. 初心者への指導法の考え方

1) 指導する内容を精選する。

学習指導要領に示されている内容はあくまでも例示であって、その採用は教師の裁量に任されている。単元時間、生徒数、施設の状況、教師の経験などの条件で指導内容を精選すればよい。

2) 何を指導したいのか、到達目標を確立する。

指導したい内容は多くあっても、限られた条件の中ではすべてを指導することはできない。例えば「体落とし」の指導を通して、「技の力学的な合理性の理解」や「お互いに評価しあうことなどの社会性を高めていく」など、指導者なりの目標を立てる必要がある。

3) 最初は「アバウトに」、最後は「しっかりと」の気持ちで指導する。

受け身が完璧にできないうちは技に入らないという指導法があってもよいが、「転び方・倒れ方」ができれば、技（例えば膝車）の指導に入ればよい。「前回り受け身」で横転する生徒には「横転受け身」とほめてやればよい。膝車、体落としの受け身は横転受け身で十分である。ひとつの内容ができてから次の内容に移る時間数はない。受け身だけで、あるいはひとつの技だけで単元を終わらせたくない。

4) 「教えること」と「教えきること」の区別をする。

生徒の興味、関心を高めるために、教えきらないようにする。生徒が考える余地を残すことが授業作りのポイントである。生徒自らが課題を探し、考え、判断し、行動する、そのような学力観がこれから必要とされていく。

5) 最初は「大まかに」指導し、最後は「きっちりと」指導する

教師の要求どおりに、生徒は動けないし動かない。生徒の現状を把握しながら毎時間、個々に指導して行き、単元終了時には教師の指導したい「ほんとう」を理解させたい。

6) 安全面では厳しく指導する

学校教育の究極の目標は「人命尊重」である。どのような状況においても、怪我の危険性があった場合には間髪いれずに活動を中止させ、指導しなければならない。

7) 自由練習（乱取り）は全力の7割を心がけさせる

残り3割は受け身をとる余裕、受け身をとらせる余裕、まわりを見わたす余裕などにまわすように指導する。

5. 導入の実践例

ここでは生徒が「この時間は面白かった」「次の授業が楽しみだ」と思うような導入の方法を考えていきたい。なおここで述べる導入の時間帯は単元開始後の1～3時間目とする。初めて柔道の授業を受ける生徒に、その1時間目で「武道の特性」「礼の意味」「精力善用・自他共栄」など武道の原理を指導する必要はない。この段階で生徒がそれを理解することは難しい。その理解は単元が終わる時でよいし、終わった後、極端に言えば卒業後でもよい。教育には時間がかかるし、かけた時間分だけ生徒が理解するとは限らない。しかし、大切なことは、教師が「これだけは習得してほしい」と考えることを、繰り返し確実に指導することである。40人の生徒がいれば40通りの考え方を持たせればよい。そのためには「アバウト」に指導する。このような言い方には抵抗があると言われるかもしれないし、「しっかり」と指導すると言ったほうが教育的かもしれない。しかし、その「しっかり」にこだわり過ぎると教師にとっては授業展開を難しくし、生徒にとっては窮屈な授業になりかねない。「アバウト」に指導しながら最後は「しっかり」と授業をおさめる。そのような考え方で導入を実践すればよい。

<実践例>

1) 「礼法」

礼の気持ちを形であらわしたものが礼法である。もちろん、形（かたち）から入る指導法もあるが、それでは気持ちのこもった礼法にはなりにくい。例えば「自由練習」で激しく攻防したときに、相手に対して、練習をしてくれたお礼や、失礼のお詫びの気持ちを伝える所作であること、また、自分が「動から静」に戻るための時間であることを説明し理解させる。そのほうが効果的である。そしてそれは1時間目から「礼の意味」を繰り返し指導することによって身に付いていく。

2) 「柔道衣の着方、帯の結び方」

下穿きの紐が結べない、帯が結べない生徒がいる。柔道の帯の結び方は独特であるので指導は必要であるが、だからといって全員が完全にマスターするまで待っていると授業時間が終わってしまう。ここでも時間を限定し「アバウト」に指導し、練習中服装が乱れた時に適宜お互いに指導させる。「カッコよく着ようぜ」「帯が解けるとだらしない、相手に迷惑がかかる」と繰り返し指導しながら、単元の途中でマスターさせればよい。

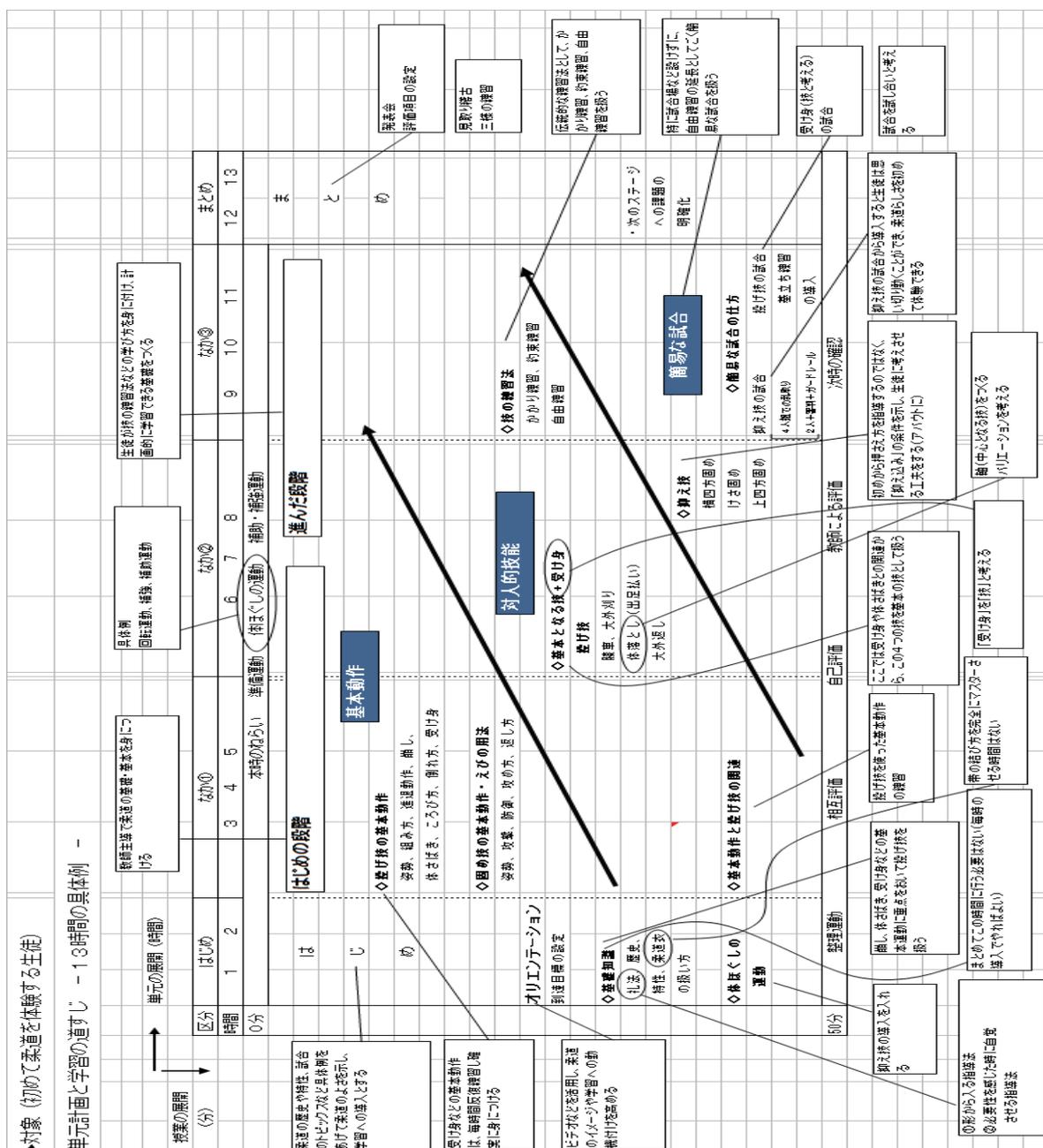
3) 「受け身について」

「受け身がある程度できるまで投げ技に入らない」ということは従来の指導法の鉄則であった。しかし「ある程度」とはどの程度か、その見極めは難しい。受け身だけで13時間が終わってしまうかもしれない。そこで、次のような考え方をすれば投げ技の指導に入りやすい。

受け身は膝車や体落としと同じ「技」である。だから授業内で膝車や体落としが完璧にできるようにはならないのと同様、受け身も完成しない。そこで、「倒れ方、転び方ができれ

ば投げ技の指導に入る。」あるいは「ある技を使いながら倒れ方、転び方の練習をする」という考え方をする。そもそも、初歩の段階で、大きく跳んで立ちあがる「前回り受け身」は難しくその必要もない。嘉納治五郎師範も、指導講義「講道館柔道講義」＜「国士」第三卷第二十号 明治33年5月＞において「受け身」ではなく、「倒れ方、転がり方」と表現をしている。前回り受け身の指導段階で脚が上に上らず横に回転する生徒には「ナイス“横転受け身”」などと励ませばよい。前回り受け身はできていない、しかし転がり方はできている。膝車で投げられた際の受け身はこの横転受け身である。導入段階で投げられた際の転び方はこれで十分である。(鮫島元成)

6. 初年時単元計画 (13時間) の例



3. バレーボールにおける初心者指導

1. バレーボールの考え方

初めて行う種目ではないものの、生徒の技能レベルが低い状況にある種目はいくつもある。ここでは一例として、高校になって初めて2年生で行う「バレーボール」について、不得意な生徒を含めた指導内容について述べたい。

まず大前提として、「バレーボールは高校2年生になってから行うように単元設定している。」という考え方について述べたい。

これは、全員が初めてその種目を経験する「初心者」ではなく、「技能差がある集団」であるということと、子供から大人へと精神的な成長の見られる高校期の特徴から判断してのことである。

授業ではバレーボールのゲーム構造的な特徴を以下のように述べている。

「バスケットボール、サッカー、ハンドボール、ラグビーなどの球技とは異なり、バレーボールは一人ではできないというゲーム構造を持っている。前出の球技は、自分で相手からボールを奪い、自分一人でボールを運び、自分一人で得点することが可能なゲーム構造を持っているが、バレーボールでそれは不可能である。現実的には、ビーチバレーがそうであるように、少なくとも2人の選手がいて、交互にプレーすることでそれに近い状況は成り立つ。従って授業では「個人が上達する」ということも大切だが、チームワーク、チームプレー、カバーリング、チームとしての戦術、リーダーシップ、フォロアースhipといったことを学習してもらいたい。」

つまり「技能差があろうともそれをカバーするなどして全員でチーム力を高め、全員の役割を生かす。」という意識なしでは試合には勝てないということなのだ。

さらには、そのことを全員が理解し目標としなければ「チーム力の向上」は達成できず、「個人の向上」も達成できない。したがって、クラス内の人間関係もこなれて、技能差のある集団内においてもこのような種目特性や学習目標が達成できる学年として第2学年で実施している。(ちなみに本校では3年間クラス替えが行われない。)かつて第1学年で行なったこともあるが、人間関係づくりも巧くできないことから、技能差の大きい状態の第1学年では、期待できるような成果は見られなかった。第2学年になったとしても授業開始時での技能差はさほど変わらないのだが、人間関係作りが成長しており、その技能差を縮めるために個人やチームとして練習し、また技能差を受け入れつつチーム作りをすることができるようになる。球技の中でも基本技能が難しいとされるバレーボールではこのような配慮が重要になると考えている。

2. 具体的な指導内容

初期段階で考えていることは、「基本技能の上達」と「バレーボールの理解」である。技能的に劣る者によく見られる状況は、パスなどがうまくできないということの他に、「今、

どうすれば良いのか？」が理解できていないということがある。上にあげておけばいいのか、セッターに返すのか、相手に返すのか、という理解と判断である。それができず、どうして良いかわからず、慌てて失敗してしまうのだ。そのような理解不足は、技能的には上達していたとしても劣っているように見えてしまう。ある意味で技能的に上達する以上に、「理解していること」は重要になるのかもしれない。

理解させるためには、できるだけ構造を単純化して教えることである。残念ながら現在、バレーボールは TV でよく見られるスポーツではなくなってしまった。さらには、まれに TV で見るのができたとしてもほとんどが国際試合であり、以前より複雑になったシステムや度重なるルール改正により、あまり授業で生かせるような試合内容ではなくなってしまった。そのため現在の生徒はバレーボールの試合のイメージもルール理解も以前よりも劣っていると考えられる。その意味ではこれまで以上により単純化してゲーム構造やシステム、ルールなどを教える必要がある。

授業の初期段階で伝えることは、以下のようなことである。

- ① 前衛 3 人、後衛 3 人のプレーヤーでチームが作られローテーションをする。
- ② 後衛はフロントゾーン内から攻撃やブロックをしてはならない。
- ③ バックライトのプレーヤーが打つサーブでゲームは始まる。
- ④ 3 回のボレーで相手に返す。
- ⑤ ボレーとは、ボールを持って投げてはいけないということであり、ボレーの方法には、アンダーハンドパス、オーバーハンドパス、スパイク等がある。
- ⑥ 3 回のボレーの意味はそれぞれ、
 1. 落とさない
 2. つなぐ
 3. 返すであり、上達に従い、
 1. 落とさずセッターに運ぶ
 2. 攻撃しやすい場所に運ぶ(トス)
 3. 攻撃となる。

①～③は、授業のねらいやレベルに応じてアレンジも可能であるが、④～⑥については、バレーボールの特性として大切にしたいと考えている。無論、中学生などの初期段階では、⑤のボレーをキャッチ&スローとして行う（キャッチバレー）こともあり得るが、最終的にはボレーによる攻防こそが「ボレーボール」だと考えている。また、4 回以上で返球しても良いとする工夫もあるが、実はそれはプレーの選択肢を増やしているに過ぎず、あまり有効だとは思えない。3 回で攻撃が組み立てられなければ、攻撃せずに相手に返球すれば良いのだし、返せないのであればそれはチームとしての技能が劣るのであり、練習しな

なければならないのだ。この根本的な構造がぶれると、それはバレーボールをかえって複雑にし、理解を難しくしてしまう。初心者や不得意な者たちにとって大切なことは、構造やルールを単純化し、何が出来るようになればよいのか、自分自身に、個人に任されている上達すべき技能は何なのか、ということを確認にしてあげることなのだ。

このような考え方から、バレーボールのゲーム構造やルールを理解させ、個人技能の上達も目指す。個人技能の上達に要する練習内容はほとんど特別なものはない。通常の2人組のパスに始まり、スパイクやサーブを一通り練習させるだけである。以下に概略を示す。

- ・2人組のオーバーハンドパス、アンダーハンドパス

オーバーハンドパスは「『持ってー投げる』を早くしていく。」

アンダーハンドパスは「腕を板として跳ね返す。」

- ・3人組のパス

ゲームでは正面ー正面のパスはほとんどない。方向変えのあるパス練習。

- ・投げ上げのAクイック～投げ上げの高めのトス（男子の場合）
- ・スタンディングのままネット越しに打つ（女子の場合）
- ・セッターのトスによるスパイク練習
- ・パス返球～セッターのトス～スパイクの練習（三段攻撃の基礎）
- ・ブロック練習（男子のみ。壁を作るイメージでスパイク練習に加える。）
- ・確実に入る「アンダーハンドサーブ」の打ち方

このような練習を織り交ぜながら、初期段階ではチームを固定せずに何回か試合を行わせ、その時々で「ルール」や「フォーメーション」「セッターとは何か」「セッターはどうやって決めるのか」などを理解させてゆく。その後、授業の後半に行く「リーグ戦」に向けてチームを固定化し、チームごとにネットを挟み、コート縦半分とした3on3などを行わせ、チーム内での役割の決定、フォーメーションの決定などを行わせる。このときそれぞれのチーム内で「不得意な者たち」に対する相互作用が生まれる。このあたりが精神的に成長の見られる2年生に設定している理由である。

3. 単元例の実際

以下に単元例を示す。（全20時間 男子）

1. オリエンテーション ゲーム構造の理解 試しのゲーム
2. パスの基本(1) 投げ上げでAクイックを打つ
3. パスの基本(2) 投げ上げでやや高めのトスを打つ
4. セッターのパス練習(1) ゲーム＝1・5Wフォーメーションの理解
セッターを決める（第一段階）
5. セッターのパス練習(2) 簡単な三段攻撃の練習
6. 三角パス ゲーム＝セッターを決める（第二段階）

7. 個人の守備範囲とチームの守備範囲 (Don't Mind Zone)
8. マンツーマンレシーブ ブロック
9. サーブレシーブ 得点・失点の分類とゲーム分析について
10. ～13. チームごとの課題練習 (自分たちの簡単なゲーム分析から)
14. ～15. 練習試合
16. ～20. 6チーム総当たりのリーグ戦

時期によって、20～22時間くらいの時間枠で実施している。前半では個人的な技能の習得を目指し、後半ではチームごとの練習で約束・フォーメーション・役割分担などを決めさせ、チームそれぞれの課題を練習し、練習試合で確認した上で、最終的なリーグ戦に入るようにしている。

4. バレーボールのまとめ

バレーボールを構成する個々の技能は、球技の中でも比較的難しい部類に入る。ボールを落としてはならず、しかも捕ってもいけない。にもかかわらず決められた回数の中に相手に返球（攻撃）しなければならない。強力な返球（攻撃）のためには、ネットの上を越すためにジャンプしなければならない。このような難しい技能を身につけなければならない、かつ瞬時にプレーの判断をしなければならない。初心者や運動が不得意な者にとってはとても難しい。したがって、ゲーム構造やゲーム内容をいかに簡単でわかりやすいものとして理解させ考えさせるかがとても重要になる。しかし、個々の技能水準がある程度高まらなければ、ゲームもままならない。基本技能の習得を飽きさせることなく積み重ねると共に、その過程でもゲームにつながる要素を理解させ、個人技能の積み重ねと、集団技能としての課題を意識し、楽しめるように指導しなければならない。初心者にとっては、難しい技能をみんなで力を合わせることで、ゲームが楽しめるようになるという目標を強く意識させ、苦手意識を持たせず、誰もがより積極的にプレーできるよう、指導することが大切となる。

(藤生栄一郎)

4. ハンドボールにおける初心者指導

「ボールの大きさは、片手でつかめるほどの大きさであり、そのため投げたり捕ったりするボール操作は容易である。」ハンドボールの特性として、多くの指導書には共通して以上のような文章が見られるが、この認識が大きな間違いであると言わざるを得ない。

本校では、高校1年生女子においてハンドボールを行わせているが、中学校時に少しだけやったことがある程度の者がほとんどであり、初心者が多い。また特に女子は、それまでの運動経験からか、投補能力もさほど高くないと言わざるを得ず、右手で投げる時に右足を前に出す生徒も少なくない。このような状況で行うハンドボールの授業では、第一の

目標となるのが「投補能力のレベルアップ」ということである。

多くの生徒たちの投補動作に関する運動経験は、ドッジボールかバスケットボールくらいであり、これまでに投動作を意識して学習した経験は無いようだ。そのため、授業では投動作の説明のために、幼児期からの投動作の発達過程の話をすると共に、ダーツ、砲丸投げ、やり投げ、円盤投げ、ベースボールスロー、など、各種投動作の紹介から始める。その中で、ハンドボール独自のラテラルパスなども取り上げ、ゲームの様相などを紹介してゆく。

基本的に授業開始から数回目までは投げ方の解説と練習に費やし、その中で4種類の投げ方による測定を行っている。(表2 ハンドボール投げ 測定結果 2010.12.3) 4種類とは、「長座姿勢」「気をつけ姿勢」「ペナルティースロー」「ステップスロー(体力・運動能力テストで実施する投げ方)」であり、これらの測定により、「腕だけによる投法」「上半身だけによる投法」「下半身を利用した投法」「ステップを利用した投法」の違いと、投法の違いによる飛距離の違いを意識させたいと考え、同時に自分自身の投法の完成度を意識させる。なおこの測定は、授業の中間点と最後にも行わせ、記録の比較検討を単元の課題としている。

今年度の記録では、春に行った測定結果と授業後の測定結果では、平均して2.8mの記録の向上が見られ、(最大値8.1m、最小値-0.1m)授業による投動作の改善が見られたと言える。

さてハンドボールの授業では、「ハンドボール投げの記録向上」だけが目標ではなく、当然のことながらハンドボールというスポーツ種目自体の理解や上達が目標となる。しかしその目標達成のためにも「投補動作の獲得」は重要であり、ゴールエリアラインからフリーでシュートを打ってもキーパーに簡単に捕られてしまうようでは、得点する喜びを見いだすことは出来ない。表2では、春の測定でハンドボール投げの記録が6mという者がいるが、その者がそのままであればシュートして得点することは難しいであろう。もちろんハンドボールのゲームにおいては、誰もがシュートを打って得点することだけが目標となるわけではなく、それ以外のゲームにおける重要な要素は存在する。しかし得点を競う球技においては、誰もが得点したいと思うのは当然であり、そのために必要となる投動作や投能力の獲得を大きな目標とすることは重要だと考えている。

ハンドボールにおいては、特に初心者指導の場合、投動作と投能力の獲得は第一に優先されるべきだと考える理由である。

表2 ハンドボール投げ 測定結果 2010. 12. 3

氏名	長座姿勢		気をつけ姿勢		ペナルティースロー		ステップスロー		d-春
	投距離 a	投距離 b	b-a	投距離 c	c-a	投距離 d	d-a	春の記録	春との差
***	10.8	14.8	4.0	15.6	4.8	19.2	8.4	13.0	6.2
***	7.3	13.0	5.7	14.8	7.5	13.6	6.3	12.0	1.6
***	8.0	10.5	2.5	11.2	3.2	13.0	5.0	13.0	0.0
***	7.3	9.2	1.9	8.5	1.2	11.5	4.2	10.0	1.5
***	9.0	15.7	6.7	18.0	9.0	18.8	9.8	16.0	2.8
***	10.4	13.7	3.3	13.8	3.4	16.9	6.5	17.0	-0.1
***	8.8	12.4	3.6	13.3	4.5	17.0	8.2	13.0	4.0
***	10.0	13.7	3.7	16.3	6.3	19.5	9.5	18.0	1.5
***	9.3	15.6	6.3	18.5	9.2	22.3	13.0	17.0	5.3
***	7.3	11.5	4.2	10.1	2.8	11.7	4.4	10.0	1.7
***	5.8	8.9	3.1	10.2	4.4	17.9	12.1	17.0	0.9
***	8.6	13.3	4.7	13.2	4.6	16.4	7.8	15.0	1.4
***	12.2	16.7	4.5	20.0	7.8	24.0	11.8	20.0	4.0
***	11.2	18.2	7.0	16.8	5.6	21.1	9.9	13.0	8.1
***	8.8	11.3	2.5	10.8	2.0	14.4	5.6	13.0	1.4
***	9.8	12.3	2.5	14.9	5.1	16.4	6.6	13.0	3.4
***	11.4	17.3	5.9	19.6	8.2	23.5	12.1	19.0	4.5
***	11.8	19.8	8.0	21.1	9.3	26.2	14.4	22.0	4.2
***	8.5	13.0	4.5	15.1	6.6	15.8	7.3	13.0	2.8
***	5.6	6.3	0.7	7.0	1.4	7.5	1.9	6.0	1.5
平均値	9.1	13.4	4.3	14.4	5.3	17.3	8.2	14.5	2.8
最大値	12.2	19.8	8.0	21.1	9.3	26.2	14.4	22.0	8.1
最小値	5.6	6.3	0.7	7.0	1.2	7.5	1.9	6.0	-0.1
標準偏差	1.9	3.3	1.9	4.0	2.6	4.7	3.3	3.8	2.1

(藤生栄一郎)

5. バasketボールにおける初心者指導

バスケットボールにおけるゲームを分解してみると、オフENSE（攻撃）とディフェンス（防御）から成り立っていることがわかる。さらにオフENSEをゲームの流れに沿って観てみると、

- ①ボール運び「どうやってフロントコートまで運ぶか」
- ②ディフェンスの崩し「どうやってシュートまでもっていくか」
- ③シュート「精度高く、どんなシュートをするか」

からできている。

ディフェンスでは、

- ④攻防の切り替え時でのボールへのプレッシャー
「どうやってボール運びを困難にさせるか」
- ⑤ディフェンスの崩し阻止「どうやって崩されないようにするか」

⑥シュートへの防御「どうやって難しいシュートをさせるか」

である。今度は個人技能を見てみると、

オフェンス面では

⑦パス&キャッチ

⑧ドリブル

⑨シュート

ディフェンス面では、

⑩ボールディフェンス

であり、

⑪リバウンドボール（ルースボール）は攻防どちらにも必要である。

しかし①～⑪まですべてを本校のカリキュラム週 2 回 13 時間（1 年生）で習得できるわけではない。そこで、一番時間のかかる⑧ドリブルをはずし、①と④をゲームからはずして構成するようにした。

具体的に言うと、ディフェンスに切り替わったら一度スリーポイントラインまで戻らないとボールを守ってはいけないというルールを設け、スリーポイントライン内の攻防をメインゲームと設定したのである。

次に、ゲームの全体像を掴ませながらではあるが、状況判断向上を目指してアウトナンバープレイを積極的に取り入れることにした。また、モチベーション向上にもつながるコミュニケーションとしてのハイファイブも励行している。

個人技能としては、ボールハンドリング、ジャンプパスキャッチ、ピボット&パス、ルースボール&ピボット。シュート技術としてゴール下ジャンプシュート、サイドからのジャンプシュート、リバウンドからのジャンプシュートをおこなっている。なお、ゲームの局面を考えるとレイアップシュートなども必要な基礎技術ではあるが、初心者が使ってシュートすることは難しいのはずしている。

戦術としては、シュート局面をつくる上で必要なカットイン&ローテーションを 3 人による動きとして取り入れている。初心者がゲーム像をつかむきっかけとして、味方が見える、ゴール方向がわかる、もらうタイミングがわかるのがカットインである。また、状況判断能力を向上させるために、アウトナンバープレイであるハーフコート 2 対 0、2 対 1 を使っている。シュートかパスかを判断し、決断して実行するというゴール型球技共通の能力だろう。

最後に、初心者のゲームの方法については、クラスや構成しているメンバーをみて、ローカルルールなどを設定したうえでこなっている。バスケットボールというスポーツ文化を学習し、「できる」「わかる」そして「みる」形でスポーツに参加していく能力を育むことも初心者指導の延長上に見据えていくことが必要である。 （貴志 泉）

6. 陸上競技における初心者指導

1. 本校の実施種目

高校生にとって陸上競技の単元は、既習種目であることが多い。ただし、高校から導入されるやり投げ、三段跳びにおいては、ほとんどの生徒が初めて体験する。本校では、2年生の男女がやり投げを陸上競技単元の中で4～5時間程度実施している。ターボジャブを用いてやり投げの導入を行い、竹やりに移行させる。

2. 初心者指導における注意点

①ポイントを絞って指導する

初めて行う種目は、生徒の興味も引きやすい。生徒の中には、野球やハンドボールの経験者など、肩が強い生徒もいる。しかし、やり投げの場合は、細長いものをまっすぐに投げる技術が必要で、いくら肩が強くても最初は役に立たない場合も多い。野球経験者にあえて指導をせず、初めて触ったターボジャブを投げさせると、ほとんどの場合、横の回転が生まれ、思ったように投げるができない。ポイントとしては、持ち方の指導が重要となってくる。グリップに指をかけて正しく持つだけで、横の回転は改善される場合が多い。持ち方や構え方など、基本的な部分が重要であることを強調して指導することで、初心者の方の今後の成果に大きな影響を与える。初めて行う種目は、教えなくてはならない技術も多くあるはずだが、基本である持ち方や構え方など重要なポイントにおいては、ひとつに絞り丁寧に指導する必要がある。

②段階を追って指導する

持ち方、構え方をすべての生徒に十分理解させるには時間がかかる。中には、すぐに習得し、早く思いっきり投げたい気持ちになる生徒もいるが、持ち方や構え方など基本の技術が重要であることを理解させ、段階を追って指導することにより、将来記録を伸ばす可能性が高くなる。既習種目に比べ、ひとつの技術がある程度できるようになってから次に進むような指導を心がけている。一見時間がかかるように思えるし、指導者としても早く投げさせたい気持ちになるが、持ち方、構え方ができてから初めて近くに投げる動作、遠くに投げる動作へ移行して行く方が、かえって効率が良い場合が多い。

③言葉で説明をする

持ち方、構え方は指導者の動作を見て真似することができるが、この場合間違った伝わり方をする可能性がある。40人の生徒全員に伝わるようにするためには、言葉での説明が重要となってくる。特に運動に興味がない生徒や苦手意識を持つ生徒は、わからないことを深く追求せず、わからないままにする傾向がある。これは今後の上達を妨げるため、説明を十分に理解させることが重要となってくる。また、生徒によって伝わる言葉は異なるため、指導者は同じ技術の指導でも、いくつかの言葉を用意したい。野球部の生徒と弓道部の生徒では、感覚に大きな差があるはずである。言葉での説明には、生徒の特徴を理解して使い分けるよう心がけている。

④期待を持たせる授業にする

一度にすべてを教えようとするのではなく、段階を追って指導を行い、次はさらに遠くへ投げるために必要な技術が学べるのではないかと期待させる授業にしたい。生徒から「投げたい」という欲求を引き出すことができれば、上達への近道になる。そのためには、多少難しいと感じる技術を紹介することも必要になる。指導者はわざと生徒の頭を越えるように、目の前でまっすぐ放物線をかいて遠くに投げる。生徒が「あっ」と思えるようなインパクトを与えて、興味を持たせるようにする。こんな風に投げられるようになりたいと思わせれば、次回の授業で早く着替えてグラウンドに来て、練習し始める生徒も出てくる。安全面の指導は十分に行いながら、生徒の欲求を叶える指導を心がけている。

3. 陸上競技のまとめ

ほぼ全員が一からのスタートであるやり投げは、初期の指導で上る階段は一緒であることが望ましい。丁寧に基本の指導をしながら、「できるかもしれない」という期待を育てる。やり投げは、全力で投げるよりも9割くらいの力で投げた方が、まっすぐきれいに飛ぶことがよくある。力で差がある生徒も、勝つ可能性のある種目と言える。どの種目においても言えることだが、初心者の指導で大切にしたいのは、初めて経験する時、基本の重要性を十分に理解させることである。早く遠くに投げたいなら、遠回りに思える基本の上達が不可欠である。新しい種目というだけで、既習種目に比べ生徒の期待も高く、活動も活発になる。生徒の期待に応える授業にしたい。(征矢範子)

7. フットボール（ゴール型ゲーム）における初心者指導

ー女子サッカーと男子ラグビーを中心に

サッカー単元は、本校では1年次に男女別必修で約15時間、3年次には男女共習の選択単元が約10時間ある。また、スポーツ大会の種目（男子サッカー、女子フットサル）として選択することも可能であり、サッカーに触れる機会は体育実技の中で確保されている。

男子にとってサッカーは、小学生の頃から触れる機会の多いスポーツである。学校の休み時間や放課後だけでなく、学校外において少年サッカースクールや地域クラブで活動していた生徒は多い。一方でサッカーに触れる機会があまりなかった生徒も一定数おり、1年男子のサッカー単元ははじめから大きな技能差のある状態で取り組むことになる。

一方女子については、以前よりサッカーに触れる機会が増えてきたとは言え、男子に比べるとまだまだ少なく、高校1年生の時点ではほぼ全員が初心者と言ってよい。

サッカーとルーツを同じくするラグビーは、安全面の問題からか体育の教材として取り上げられることは多くないが、本校では高校2年生男子の必修単元（約20時間）として置いている。ほぼ全員が初心者で、「見たこともない」という生徒は半数を超える。

ここでは、ほぼ全員が「初心者」としてスタートする女子サッカーと男子ラグビーの授業を中心に、初心者の指導について筆者が考慮していることを述べていきたい。それは、

男子サッカーにおける「不得意な生徒」に対する指導においても、ほかの種目を担当する際にも考慮していることであり、多様な生徒を対象とする体育実技の指導では常に意識しなければならないことと言えるかもしれない。

1) 「できないのは当たり前」からスタートする

女子のサッカーで「ボールを足で操作する」ことや、男子のラグビーで「前方にパスできない。ボールより前方ではプレーできない」のは新鮮な感覚だろう。その感覚を、「できないからやりがいがあるって面白い」と前向きに捉えられる生徒と、「できないのは恥ずかしいからいやだ」と否定的に捉える生徒がいる。すぐに正解を求めようとする（求められていると認識している）いまどきの高校生は、できないことを否定的に捉えようとする傾向が強いが、「できないのは当たり前」である。そういうムードをつくり、だから「やってみよう！」と、学習集団全体が向かっていけるようなムードづくりに気を配っている。

「やってみよう！」と感じさせる課題の一例として、サッカー単元ではボールリフティングの連続最高回数への挑戦が挙げられる。初回は全員が回数を報告し、2回目以降は新記録が出たら報告する。「できないのは当たり前」であるが、練習すればできるようになるのもまた事実である。生徒は授業前などによく練習する。はじめは2～3回しかできなかった生徒も、授業が終わる頃には二ケタできるようになる者が大勢いる。スキルテストは自分への挑戦であり、他者との比較ではない。練習への動機付けとして有効である。

2) にぎやかで肯定的な学習環境をつくる

一人でやっているのではない。仲間と気軽におしゃべりしながらできる雰囲気作りが大切である。できるだけ「言葉とともにプレーする」ような仕掛けを用意している。例えばインサイドキックの練習では、「歩いてポン」「イン、イン」など、自分が今から行うプレーを言葉に置き換え、しゃべりながらプレーするように促す。ラグビーのパス練習でも、フォロースルーを意識させる際に「行ってくれー」と言いながら投げるように指導する。

子どもじみた言葉を用いた幼稚な行動かもしれないが、他愛ない言葉とともにプレーする中で、生徒に笑顔が見えてくる。その雰囲気ができれば、初心者も気軽に取り組める。

もちろんこれらは状況次第である。どうしても言葉を発することができない生徒に無理強いはいしない。その見極めも重要である。

3) 学習課題を小さなステップに分けて段階的に取り組む

ラグビーボールへの慣れで言うと、まずは自分でボールをはじき上げる。次に、はじき上げる要領で近くの仲間にパス（トス）。次に正面のスイング動作をつけ、さらに片一方の足を前方に出して体全体のスイング動作でより遠方へ。その際に、前述の「行ってくれー」という言葉を用いる。前に出す足は、はじめは得意な方で、慣れてきたら逆側でも。こう

して徐々にステップアップしていくということである。

初心者の指導において「ほめる」ことが重要であることは言うまでもない。どんな小さなことでも、できたら、または挑戦しようとしたら「ほめる」ことを心がける。指導者が何かしらしゃべって、賑やかなムードをつくり、その中で活動を進めていけるよう、心がけている。このようなムードづくりは、初心者指導においては特に重要であるし、多様な生徒がいる中で学習を進める、学校における体育の授業では常に求められる姿勢だろう。

4) うまくできなくてもゲームはできる—常にゲームとともに

ボール扱いがたつたなくても、動き方が未熟でも、どんなレベルでも工夫次第でゲームが成り立つのが、ゴール型ゲーム、とりわけフットボールの面白さである。サッカーでもラグビーでも、毎回必ず、簡易ゲームやタスクゲームを入れるようにしている。

サッカーでは、少人数の即席チームによるストリートサッカー（ラインなし。セルフジャッジ。コーンを立ててゴールにする）から、フットサルを経て、オフサイドルールのある正規のゲームまで、レベルや学習目標に応じたゲームを毎回行っている。

ラグビーの授業では、正規のルールのゲームは難しいが、「ボール保持者が相手に両手でタッチされたら攻撃権を失う」「タッチラグビー」にはじまり、最終的には「体を抱えられたら前進できない」「ホールドラグビー」まで持っていく。安全に、楽しくできるようなルールの工夫が求められるが、生徒の議論でルールを作っていくようにしている。ルールは「与えられるもの」ではなく、安全に、楽しく行うために「自分たちで作るもの」ということを理解させ、自らがゲームに主体的に取り組む意識を持たせるのである。

サッカーでもラグビーでも、「ボールをゴールに向かって前進させる」ことが重要であり、「ゲーム中は敵味方に分かれて戦うが、ゲームが終わったら分け隔てはなくなり友だちになる」ことが本質である。技能の習得や戦術学習よりも大事なことがある。

5) 「する」と「みる」の両面から学習する

サッカーもラグビーも、単元中2時間程度は「みるスポーツ」の学習にあてている。教室での歴史学習や、トップレベルのゲームの映像を見ながらの学習は、「する」とは切り離して取り上げる（上手にできないけど、上手なプレーがどのようなものなのかはわかる）要素もあれば、「する」と関連づけて（こういうプレーは参考になるからやってみよう）取り上げることもある。

いずれの場合も「みるスポーツ」の学習は、初心者にとっては動機付けの重要な手だてとなる。

以上述べたことは、初心者指導全般における「心構え」であって、具体的なプログラムではない。サッカーの指導プログラムについては、「15時間のサッカー単元をどう構成す

るかー高校 1 年生女子サッカーの学習指導案ー」（筑波大学附属高等学校研究紀要、第 51 巻、2010 年 2 月）に記載したので参照されたい。 (中塚義実)

8. まとめ

全ての生徒が「初心者」としてスポーツに関わりはじめ、様々な経験を通してその種目を好きになったり嫌いになったりする。我々は常に生徒たちを前向きに、意欲的に取り組めるように指導しなければならず、そのための方法を研究し続けなければならない。授業場面においては、すでにその種目を十分に経験して上手になっていたり、上達が早くてすぐにゲーム形式の活動の中で活躍する生徒に目が向きがちであるが、我々指導者が本当に大切に考えなければならないのは、「初心者」、「不得意な生徒たち」ではないだろうか。そのような生徒たちはどこでつまずき、何が上手く出来ていないのか。それはどのように改善し、何を上達させればそれぞれの種目を今まで以上に積極的に取り組み、楽しんで、好きになってもらえるのだろうか。

今回の研究大会で検討した初心者指導については、これからもより深く研究され改善されることにより、一人でも多くの生徒たちに、不得意であるが故の「体育の取り組みへの消極的状态」から脱却して欲しいと願う。 (藤生栄一郎)

「音楽Ⅰ」におけるグループ合奏の指導

－選曲・活動方法への配慮から得るもの－

音楽科 那須 和子

I はじめに

本校の生徒は、高校入学までの芸術的な環境に恵まれている生徒が多い。音楽選択者では、何らかの形で習い事として、幼少から楽器経験のある生徒の率も毎年 80～90 パーセントとかなり高い。これらの特色は、「音楽」を学ぶ上で生徒同士に良い影響も与えるが、時にはその経験の差が、あまり良くない影響を及ぼすこともある。どこの学校でもそうであるように、本校の特色を理解した上での授業構成は不可欠なものである。どの生徒も技術的に向上し、技術面で引け目を感じている生徒もいきいきと活動できる様な、また「音楽を通して、個性を認め合う心のあり方を学ぶ場」として音楽の授業を位置付けるにはどうしたら良いのか？」「表現を追求する心をどう養うのか？」常に考えながら授業を行っている。

高校の芸術教育は「生涯学習」への出口としての役割を持ち、多くの生徒がこの 2 年間で「音楽」という授業を受けなくなることを考えると、自ら「音楽」に生涯関わっていく基礎を養い、また幅広い視野を持つ事を重視して授業を組み立てる。よって、内容は、歌唱・器楽・創作・鑑賞、そして総合学習（修学旅行等）との関連も考えて、幅広い単元を扱う様にし、内容に偏りが無いように工夫している。

今回は、器楽単元の中でも「グループ合奏」に関しての実践を報告する。

II 3年次までの器楽単元

(1) 本校音楽科での楽器保有数

マリンバ 1	シロフォン 1	ビブラフォン 1	鉄琴 2	ギター 4	キーボード 5
リコーダー (バス 4	テナー 4)	ティンパニ 3	小太鼓 2	三線 25	ピアノ 5
ボンゴ 1	ドラムセット 1	他打楽器類			

※一学年は約 30 名が 2 クラス、約 40 名が 1 クラス。特に 40 名クラスを 2～4 グループに分割して同時に練習するには、楽器も場所も不足気味。授業進行には工夫が必要。

(2) 本校での器楽単元内容

1 年次

5 月 ①リコーダー重奏 (全体)

教材…ヴァイオリン協奏曲「四季」から「冬」第 2 楽章

- ・中学校までに経験したソプラノ又はアルトリコーダーの得意な楽器を選んでよい。(改めて購入させることはない)
- ・中学校では同曲の「春」を全員が鑑賞で学習済み。関連付けて導入する。

②リコーダーでのグループアンサンブル (1 グループ 6～8 名)

教材…「ディズニーメドレー 4重奏」

「スクリーンミュージックメドレー 4重奏」いずれも教科書

以上2曲からグループで選択

- ・グループ分けは機械的に教師がおこなう。
- ・この単元においてリコーダーのみのアンサンブル単元は終了とする。
- ・課題としている曲目は聴き慣れたものを提示し、アンサンブルの楽しさを追求させる。
- ・中学までのリコーダーの習熟度には差がある（中学校では合唱のみ学んでくる生徒もいる）が、時間内に担当したパートの演奏が完成しない生徒については、簡単なアレンジをしてもよいようにする。
→他の生徒にも、音楽の楽しみ方の一つとしてアレンジを工夫させる。
- ・グループ活動を通じてお互いを知り、リーダーを発見・養成。

10月 ③グループ合奏（1グループ 10～15名）→後に詳しく報告

～ 教材…「Libertango」「イパネマの娘」「マンボ No5」からグループで選択

12月 ・グループ分けは機械的に教師がおこなう。

・使用楽器は自由。

2年次

9月 ①三線（サンシン）の習得 ～ 修学旅行に関連して

教材…自由曲として「島唄」「涙そうそう」

歌三線として「ていんさぐぬ花」「安里屋ユンタ」「谷茶前」

- ・2人に1丁の三線を保有している。
- ・修学旅行の事前学習の一環として「沖縄の音楽」の一部として扱う。
- ・まず自由曲による演奏で楽器に慣れ、次に本来の「歌三線」を民謡を通して学習する。
- ・修学旅行で実際に沖縄の風土を体感してくることによって、民族音楽の生まれる背景を学ぶ。

11月 ②邦楽鑑賞会の実施～ 各授業クラス単位で音楽室で行なう邦楽授業形式

- ・演奏家2名による。（箏・地歌三味線・尺八）
- ・1時間は演奏鑑賞、1時間は箏の体験と簡単な合奏。
- ・演奏曲は、現代作曲家の作品も交えて、高校生にも親しみやすい内容。

2月 ③全体合奏

教材…「涙そうそう」（沖縄）「風になりたい」（サンバ）

- ・2年間のまとめとして、全員で「楽しい」合奏をする。
- ・「涙そうそう」は三線を使い、「風になりたい」は打楽器を多く使用。
- ・歌詞もついているので、楽器、合唱は自由に選択。

3年次（自由選択 毎年8～15名程の選択者数。音楽関係進学者は1名程度。）

4月 ①即興演奏の習得 ～ ジャズの合奏を通して

- ・ジャズの理論を知る。
- ・規定曲の間に即興演奏を行なう。（得意楽器でよい）
- ・コード進行にあったメロディーの作曲。

6月 ②文化祭発表に向けて

- ・選択者の得意な楽器、好むジャンルを考慮しての選曲。
- ・楽譜通りではなく、アレンジを取り入れる。
- ・技術的に高度なクラシックのアンサンブルに取り組む

(3) 器楽単元に共通して配慮していること

①曲目は必ず「複数」提示、選択させる。

→これは、グループのメンバーが何を表現したいのか、アレンジの可能性はあるのかなどを考えて取り組み、また「楽譜をより詳しく見て、理解する」為に複数提示する。与えられた曲をこなすのではなく、自分から取り組むという習慣付けともなる。

②楽譜通り演奏するだけでなく、基本的な演奏ができればアレンジを加えて良いこととする。

→個性のある演奏を目指す。しかし、基本ができずにアレンジをすることは認めない。演奏が困難な場合のアレンジは、どの音が大切なのかを見極めさせ、効果的に削除させる。

③グループ分けの工夫

→グループ活動の場合は、グループ分けの善し悪しが練習に大きく左右する。最初は名簿順などでおこなうが、回を重ねるに従って、バランスのとれた（技術的・リーダーの有無など）グループを作る。（あくまでも機械的に。工夫が必要である。）

④グループの特徴を見極めさせる。

→自分たちのグループには、どのような特徴があるのかを考えさせ、得意な長所を活かした演奏の工夫を考えさせる。

以上が、3年間の「器楽」単元の取り組みである。

Ⅲ 「音楽Ⅰ」でのグループ合奏

ここからは、前述の「1年次 10月～12月 ③グループ合奏」の実践について、細かく取り上げたいと思う。

初めてのグループ合奏である。現在までも、グループ合奏は様々な形で取り組んできた。曲目は数曲用意し、またグループで探してきても良いなどとし、それなりに生徒は充実した合奏をおこなっていたが、幾つか問題点があった。以下が問題点と解決方法である。

- A 初めてお互いの技術面の能力を知る ～ 技術面の能力の差から不満が出る
⇒自分中心の考えを改め、メンバーの個性を知り、まず使用楽器のバランスを考えさせ、どうしたら曲として仕上がるのかを考えさせる。
⇒グループとしての練習方法を確立させる。
- B リーダーが出ない ～ 曲も決まらず活動が始まらない
⇒技術面の能力とリーダーは必ずしも一致しなくて良い事を告げる。
- C 曲を初めから演奏し続ける ～ 毎回最初から練習する 最後まで曲として仕上げられない
⇒効果的な練習とはどのようなことなのかを身に付ける。
⇒グループとしての問題点を早く見つけ、皆で協力して解決する方法を考えさせる。
- D 音が弾けた時点で曲として仕上がったと思っている ～ 曲想まで考えない
⇒「表現する」とはどういうことなのかを考えさせる。
⇒グループから、演奏を「聴く」生徒を出し感想を述べさせる。
- 以上の様に、人間関係のあり方から音楽性に至るまで様々な問題が噴出し、時には曲の途中まででどうしても仕上がらないグループも出てきていた。
- この様なことを踏まえると、1年生の早い時期にグループ活動の基礎を作り、その後の活動を効果的に行なえる様にする為には、この単元の授業のあり方を見直す必要があると考えた。

【1】曲目の設定

教材…「Libertango」	アルゼンチン	タンゴ
「イパネマの娘」	ブラジル	ボサ・ノヴァ
「マンボ No5」	キューバ	マンボ

以上3曲からグループで選択

①授業の流れと曲目の設定

合奏に限らずどの単元を扱う時にもそうであるが、教材の前後の関係は重要である。1年の最初には、手足を使ったリズム学習を行っている。そして、2年では、沖縄音楽や邦楽の鑑賞会を通して世界の民族音楽を学ぶ。この橋渡しの役目が、この単元となる。

(合奏の流れ)

- 1年4月 「身体を使ったリズム学習」…身体が楽器になり、音高がなくても、リズムの変化・組み合わせ・強弱だけでも音楽は構成でき、楽しめることを知る。
- 1年10月 「グループ合奏(本単元)」…リズムが中心となる曲目を取り上げ、合奏することによって民族音楽の特徴を体得する。
- 2年 「世界の民族音楽と日本の音楽」…民族音楽が生まれる背景を知る。(生活によるリズム感の違い)日本の音楽を体得することによって、日本の特徴を知る。本校でも国際交流が重要視されている今、音楽の面からも日本を紹介できる

ような生徒が育って欲しいと願っている。

3年 「ジャズを知り、即興演奏に挑戦」…リズム中心の合奏を体得した上で、コード進行の上に成り立つ自由な演奏に挑戦する。幅広く民族音楽を捉える。

上記は合奏を中心とした流れだが、もちろん歌唱などでもこの流れを持って授業をしている。

②楽譜の選択

3曲の楽譜はいずれも教科書からのものを使用している。高校生向きの合奏の楽譜は大変少ない。吹奏楽版・オーケストラ版の楽譜は、クラブ活動では使用できても授業では難しい。教科書の楽譜は、楽器数も適度でアレンジもさせやすく、演奏効果も出る編曲である。楽器は教科書で指定している楽器は確保も難しいため、生徒の自由としている。また、個人で別の楽譜を持参する場合もある。

③リズムが基礎・中心となる曲であること

曲目設定で一番重要視したのが、この点である。過去に問題となっていた、特定の楽器が演奏できるかできないかで生徒間で取り組み方に差が出たり、不満が出たりすることを避ける為に、取り組みやすいリズム打楽器が重要な役割を果たす曲を選んだ。①とも関連する。

④繰り返しの多い曲で、曲想の変化を考えやすくする

あまり長い曲では曲の構成をつかみずらく、短か過ぎる曲では達成感がない。1年生には繰り返しがあり、曲想の変化を工夫し易い曲目が良い。

【2】グループ作り

①クラスの特徴をつかみ、クラスによってグループの分け方を工夫。

同じ内容の活動をさせるにも、クラスによってグループの分け方には工夫が必要である。楽器演奏が得意な生徒ばかりが集まるグループは、まず避けなければならない。楽器が不得意な生徒のことまで考えた演奏ができなくなる場合が多い。また、共学の本校は、女子生徒がリーダーとなる場合が多いのだが、必ずしも男女混合グループが良いわけでもなく、男子のみのグループだと恥ずかしさがなくなり生き生きと活動する男子生徒もいる。このようなクラスの特徴を早く把握し、生徒には規則的に分けているように見えながらも、バランスよく活動できる班作りをすることが大切になってくる。よって、クラスにより、様々な班編制とした。

②グループの特徴を生徒につかませてから、効果的楽器編成を考えさせる。

Ⅱ-④で述べた通り、各グループの生徒が演奏可能な楽器を出させ、その上で効果的な組み合わせを考えさせるようにした。この作業は当たり前のことであるのだが、黙って生徒に編成を任せていると、楽器が得意な生徒からは「どうしてこれができないの？」という発言が多く聞こえてくる。この様な生徒にとっての理想の演奏は、自分が中心となりメロディーを奏でることである。しかし、合奏はそうではない。いかにお互いを尊重してひと

つの曲として仕上げるかである。どの演奏者も重要であることを伝え、考えさせる時間が必要である。

【3】練習に向けての導入

①世界の民族音楽が記入された世界地図を配布し、どんな音楽を聴いたことがあるかなど民族音楽に興味を向けさせる。

②世界の舞曲のリズムの一覧表を見て、生徒にリズムをたたかせ、教師がそれにのせて曲を演奏。

舞曲のリズム・パターン

1. ポルカ (Polka ポヘミア)		16. ブルース (Blues アメリカ)	
2. ガボット (Gavotte フランス)		17. ブルース (Blues アメリカ)	
3. エコセーズ (Ecosseise フランス)		18. マンボ (Mambo キューバ)	
4. ワルツ (Waltz ドイツ)		19. マンボ (Mambo キューバ)	
5. ボレロ (Bolero スペイン)		20. ルンバ (Rumba キューバ)	
6. ボレロ (Bolero スペイン)		21. ルンバ (Rumba キューバ)	
7. ポロネーズ (Polonaise ポーランド)		22. ハバネラ (Habaneza キューバ・スペイン)	
8. マズルカ (Mazurka ポーランド)		23. ハバネラ (Habaneza キューバ・スペイン)	
9. スウィング (Swing アメリカ)		24. チャ・チャ・チャ (Cha-cha-cha キューバ)	
10. クイック (Quick アメリカ)		25. ビギン (Beguine 西インド諸島)	
11. クイック (Quick アメリカ)		26. ビギン (Beguine 西インド諸島)	
12. ロック (Rock アメリカ)		27. タンゴ (Tango アルゼンチン)	
13. ロック (Rock アメリカ)		28. タンゴ (Tango アルゼンチン)	
14. ロカバラード (Rock-a-Ballad アメリカ)		29. ミロンガ (Milonga アルゼンチン)	
15. ロカバラード (Rock-a-Ballad アメリカ)		30. サンバ (Samba ブラジル)	
		31. ボサ・ノバ (Bossa nova ブラジル)	

③要点を記したプリントを全員に配布

合奏 「Libertango」「イパネマの娘」「マンボ No5」

合奏をする時のポイント

- ① 曲の全体像をつかむ (イメージ・テンポ・背景・構成)
- ② 楽器の分担
 - ・①のイメージにあった音色
 - ・音量のバランス
 - ・(負担の均等化)
- ③ 楽譜の工夫 ~ パートを増やしたり、可能ならば減らすなどよく考える
- ④ 個人練習の徹底と工夫
- ⑤ グループ練習の工夫と効果
- ⑥ 合奏にした時の練習方法の工夫
 - ・毎回最初から練習しない ~ 区切つての練習
 - ・はじめからテンポをあげない
 - ・意見を出し合う
 - ・全員が同じイメージを持つ

タンゴ

ボサノバ

マンボ

以上のプリントを生徒に配布し、学習が共通の認識の上でスムーズに運ぶようにする。リズムの重要性を改めて認識させる。特に、課題 3 曲のリズムパターンは手拍子などで繰り返し練習し、身体で把握できるようにしておく。

④新しい楽器への取り組み

新しい楽器へ挑戦する気持ちを持たせる。特にギターは、4月当初に歌の伴奏として、演奏できる生徒を前に出して伴奏をおこなわせることにより、多くの生徒が興味を持つ。また、コードの学習(1年次実施)などと結びつけると男子生徒を中心にさらに興味が深まる。高校生から始められる楽器は沢山あるのだという事を日頃から話し、この合奏を機会に取り組ませる。その為にも、楽器は固定せずに自由に取り組ませ、バランスを考えさせて、班独自の演奏を目指す。初心者は曲の最後まで演奏できないこともあるが、それでも良いとする。

【4】学習計画

時数	目標	主な指導事項
1	世界の様々な民族音楽を知る 舞曲のリズムパターンを知る 合奏課題曲を知る	<ul style="list-style-type: none"> ・民族音楽世界地図提示, 解説 ・数曲の試聴 ・身体を使ってリズム打ち ・リズム打ちに合わせての教師による曲演奏。 ・課題3曲鑑賞 ・課題曲の基本リズム打ち
1	「合奏」の理解 合奏グループの理解 ・曲目決定 ・使用楽器、担当楽器決定	<ul style="list-style-type: none"> ・「合奏」練習上の注意事項提示 ・グループ分け発表 ・使用可能楽器紹介
5	グループ別練習① ・個人楽器の習得 ・パート別に合わせられるようになる ・グループとしての合奏 ・アンサンブルの基本を学ぶ ・楽譜通りの演奏ができるようになる グループ別練習② ・どのような演奏にしたいのか考える	<ul style="list-style-type: none"> ・個人練習とパート別、合わせ練習の効果的な時間配分を考えさせる。 ・どのパートが中心となっているのかを意識させる。 ・それぞれは誰を聴くべきで、合わせるのはどういうことなのかを演奏を通じてアドバイスする。 ・強弱や表情記号への配慮 ・同じ曲でも違う表現で良いことを伝える。

	<ul style="list-style-type: none"> ・アレンジを加え効果的な演奏を目指す 	<ul style="list-style-type: none"> ・お互いを聴くことの大切さ ・毎時間の個人記録、感想の提出。
1	発表準備 <ul style="list-style-type: none"> ・発表の効果的楽器配置を考える 	<ul style="list-style-type: none"> ・演奏とは「見る」ものでもあることを伝える。 ・班員を聴く側に出し、効果的な並び方を考えさせる。
1	発表会 <ul style="list-style-type: none"> ・自分たちの目標とする演奏を目指す 	<ul style="list-style-type: none"> ・演奏はやり直しがきかないことを伝える。 ・聴く方は演奏の良い所を見つける。

【5】グループ別練習経過

約5時間をかけて、曲として仕上げる。ある班の、グループ別練習経過の例を示す。

クラス：1年1，2組 計28名

グループ分け：A班 1組男子7名 女子8名 計15名

B班 2組男子9名 女子4名 計13名

事例

B班 曲名 「イパネマの娘」

イパネマの娘
アントニオ・カルロス・ジョビン 作曲 ● 佐藤誠一 編曲

Bossa Nova (♩ = 132 ♪)

※中に入るときは()を要する。
楽器編成例：①-④：R ⑤⑥：シンセサイザー ⑦-⑨：ヴァイオラフォン
⑩：ピアノ、またはシンセサイザー ⑪：ピアノ、またはベース

リズム陣例
(*)は楽器を手で押さえて打つ
トライアングル
ハイハット
スネアドラム
バスドラム
● トライアングルは⑩のみ
● バスドラムの()の部分は⑩で省略

1962年に作られたボサ・ノヴァの傑作。ボサ・ノヴァとは50年代にブラジルで生まれた革新音楽で、サンバ・ジャズの影響を受けたものである。イパネマはリオデジャネイロ高級区にある海岸の名所。

(1) 楽器編成と分担

パート① マリンバ…3名 ヴァイオリン…1名

② ヴィブラフォン…1名 ③④ ピアノ…1名

コード ギター…3名

打楽器 マラカス・ボンゴ・ドラム×2・シンバル…計4名

(2) 班長の記録から

時数	練習内容	班長の記入
1	「A」の部分を中心に練習 ・個人練習 ・2回合わせ	パーカッションやベースの方針が固まった。 メロディーのマリンバ、コードのギターが やや困難な状況だが、なるべく早い段階での通 しでの演奏を可能にしたい。
2	「A」の個人練習及び合わせ 「B」の部分個人練習	「A」部はいずれのパートも演奏できるよう になった。しかし、「B」部の個人練習は人 により進度の違いが顕著である為、適度に 合わせを行いつつ、ついていけない人暇を持て 余す人が出てこないようにしなければならない と思う。次回はいそぎすぎないように 気をつけながら、「C」部を含めた演奏を 目指す。
3	「B」の部分を中心に練習 ・個人練習 ・合わせ 「C」の部分個人練習	「B」の部分まで個人ではそれぞれが演奏で きるようになった。しかし、合奏にするとず れてしまう。 又、パーカッション・ピアノ・ヴァイオリンが 「C」部まで終了していて、更にパーカッショ ンは暇をさせてしまった。それに対し、ギター は困難な為「A」部以降には進めていない。 「B」部が特に難しいようなので後にまわし 先に「C」部を完成させることになった。 出来ている前者の3パートだけでリズム・音 程を調整し、他のパートが完成次第合流させ たい。
4	全体の合わせ	今回初めて最後まで合わせることができた。 パーカッションの些細な改善で曲にオリジナ リティーが生まれたので、残りの1時間で合 わせることを意識しつつも、全員の意見を聞 いて、曲の完成を目指していきたい。
5	全体の合わせ ・細部の打ち合わせ	今日最後の部分の打ち合わせと練習をした。 音量を少しずつ減らすために様々な工夫を皆 で考えた。 少し完成度には心配が残っているが、そのア

アイデアを次回表現することができたらよいと思う。

【6】発表会

発表会は、本来多くの人に聴いてもらえれば理想的であるが、まだそのような場は設けていない。将来的には、学年発表会（8グループ演奏）などを開ければと考えている。現在はクラス単位での発表であるので、聴衆が少なく残念ではあるが、生徒は気を抜くことなく真剣に取り組んでいる。

発表に臨むにあたって全体に話すことは以下の3点である。

- ①技術的に上手、下手ということが問題ではなく、自分達が練習経過の中で考え、注意してきたことを思いだし、個性溢れる演奏をして欲しい。しかし、アンサンブルの基本（合わせるということ）は忘れてはいけない。同じ曲でも、様々な要素の違い（楽器編成、テンポなど）によって全く違う演奏が生まれるのが音楽である。答えがひとつではない。
- ②演奏とは「見る」ものでもある。楽器は、聴覚・視覚的に効果的な配置を皆でよく相談して考えること。
- ③演奏は1回きりである。今までの練習を1回で表現する。（だからこそ、練習は大切である。）適度な緊張をもって臨んで欲しい。

発表の順序は、話し合い又はくじで決める。

- どの班も、自分達の演奏が効果的に聞こえる順序を考えている。くじで意に反する順序になると、最後まで話し合いを求めてくる場合もある。発表への意欲の高さが伺える。



【7】個人の記録から

生徒	(担当楽器) 練習経過で感じた事	発表を終えて
A 女子	(ヴァイオリン) 練習中テンポを合わせるのが難しかった。家で練習もしたが、合奏となると「合わせる」ことが重要であると思った。また、一人でつっぱってしまうのが反省点。ポジションも見え方を考えながら皆で意見を出し合って良いものにできた。	本番では今までの練習通り安定して弾くことが出来た。テンポに気をつけながら弾いたので安定できたのだと思う。また、最後の部分はヴァイオリンとピアノだけで弾くということで、静かに終わるように練習を重ね、そのようにできたので良かった。
B 班長 男子	(マリンバ) 合奏は合唱と異なりパートが多く全体のバランスをとるのが難しかった。パーカッションの楽器編成を調節したりメロディーパートの強弱を変えたりして、色々試してみた。合奏経験はあまりなかったので、その合わせるという作業の大変さを知ることができた。反省点としては、もう少し何か工夫ができたのではないかなと思う。枠組みにとらわれすぎていたとも思う。皆、発表日が近づくに連れてやる気がでてきていたが、もう少し早くから時間を有効に使っていたらと思う。	練習通りの発表が出来たと思う。ただあまりにもあっさり終わってしまったので、もっと工夫の余地があったのではないかと考える。 A班の発表を聴いて、参考にできる点が多々あった。こんな発想もあったか!!特に打楽器の使い方がとても上手かったと思う。我々の演奏にはもう少しメロディー担当がいてもよかった。
C 女子	(マリンバ) マリンバは3人でメロディーを弾くので、3人が合うと綺麗だが、合わないとバラバラな印象を与えやすい楽器だと思った。伸ばしたくても音が消えてしまうので、どの長さから連打するのか相談した。手が動く速さにも個人差があり、少しバラバラになってしまいそうになったが、結果的にはうまくいったと思う。	本番では配置が変わり、打楽器の人が隣りに来た。ずっと離れて練習していたので、少し違う曲のように聞こえた。本番では周りから聞こえてきた音に耳を傾けることができたと思う。
D 男子	(ピアノ) まず、テンポを揃えることに苦労した。何より、みんなで練習することに楽しさを感じたので、今後に繋げていきたいと思った。	楽器の選択はうまくいったと思った。本番はテンポもピッタリ合ったし、「和」を尊重することができた。

E 女子	<p>(ギター) ギターを演奏するのが初めてだったので、コードを覚えるというよりも押さえる事自体が大変だった。基本的にそれぞれの楽器に分かれて練習していたのだが、ギター組は初心者が私を含めて二人いたので、お互いに確認し合ったり経験者に教えてもらったりと皆で団結しながらやることができたと思う。</p> <p>最初は家にギターがあるからというだけでギターをやろうと決めたのだが、途中マリンバの方が良かったと思うこともあった。でも、皆が奏でるメロディーに自分達のギターが合わさった時、陰で支えるギターの役割が分かったような気がしてとても楽しくなった。反省点としては、皆で合わせる時になかなか参加することができなかったということ。進行速度は楽器によって、人によって違うということはわかっているが、やはりもっと皆の音を聴いて練習することができたら良かったと思う。</p>	<p>発表は結果として良かったと思う。リズムも安定していたし、皆の楽器の音を聴きながら弾けたと思う。色々なジャンルの楽器を集めて、ヴァイオリンのメロディーを中心に、私達なりの曲の雰囲気を出せたのではないかと思った。</p> <p>発表を通して今まで以上に自分の弾いているコードと曲の雰囲気がどう繋がっているのかというのを聴いて考えることができたのですが、先生が授業でおっしゃっていた「明るめな音」と「暗めな音」の使い分けが分かったような気がする。</p> <p>もっと完璧な形で本番を迎えたかったのだが、これはこれで私のベストを出すことができたのではないかと思う。ギターをもっと弾けるようになりたいと思った。</p> <p>→ギターに関しては、最初全体を弾くことができなくても良いとしていた。だが、練習成果が上がり、発表では全体を弾いていた。</p>
F 男子	<p>(ギター) ギターは、コードできちんとした音を出すことが難しかった。次のコードに速く移れるように、もっと練習の方がよかった。「A」と「C」は、練習によって弾ける所が増えたので良かった。ギターがこんなに難しいとは思わなかった。</p>	<p>ギターの指の移動がすらすらいかなかったので、さらに練習が必要。すこしでも弾けたことは嬉しかった。</p>
G 男子	<p>(ヴィブラフォン) 初回はリズムが掴めず、進めていけるか不安だったが合奏を通して正しいリズムで弾けるようになった。一旦覚えると後は割合簡単に演奏ができたので、強弱やペダルの使い方を考えて気をつけながら演奏するように心がけた。</p>	<p>本番は練習を通して最高の出来だったと思う。速いパッセージのペダルには改善の余地があったが、比較的うまくできた。終わった後、聴いていた人に「ヴィブラフォンが良かった」と言ってもらえたのが嬉しかった。</p>

	<p>本番前の練習では一度もミスすることなくリハーサルまで終えられ、良い流れで本番に臨むことができた。</p>	
<p>H 男子</p>	<p>(マラカス) 練習の最初の頃は、ヴァイオリンに合わせて全員が演奏するというイメージでやっていたのだが、途中でパーカッションの音を聴きながらやっていくことになった。そうすると、パーカッションをやっている自分もやりやすくなったし、又、全体的にまとまったと思う。今回はメインをヴァイオリンにしたのだが、そうすることで曲の雰囲気がとてもまるやかになった。初めは、マリンバをメインにしようとしていたが、やはり、この曲にはヴァイオリンがピッタリだった。演奏して思ったことは、もっとねっとりした感じにしてもよかったかと思う。例えばクラリネットができるG君などの楽器を加えたら、もっと熱くなったかも。終わった後に気づいて、少し後悔。</p>	<p>全員で異なった楽器を用いて合わせるとするのは、合唱や、リコーダーアンサンブルなどとは違った面白さがあった。個々の音が違うので、一人一人のすることが全て全体に絡んでいく感じがすごく良かった。自分達の演奏はうまくまとまって終わったが、他のクラスで同じ曲を演奏したものを是非聴いてみたい。どんな風に違ってくるのだろうか。</p>
<p>I 男子</p>	<p>(ドラム×2) 元々左手が、右手と別にほとんど動いてくれないので、スネアドラムを二刀流にすると決まった時は結構不安だったが、練習で自分のものにできたので良かった。 ドラムは、合奏の中でもかなり目立つ楽器であったせいか、練習には集中して取り組むことができた。又、早くにマスターできたので、全体の音を聴く余裕を持つことができた。</p>	<p>練習量に反して、一瞬で終わってしまったような気がした。出来映えとしては良かったと思う。全体的にも、個人的にも大きなミスはないように思った。 ただA班が行った、打楽器5~6種類を3人で扱うという発想はこちらには全くなかったので、次回があれば活かしたい。</p>
<p>J 男子</p>	<p>(シンバル) 演奏曲目の「イパネマの娘」は今回の活動で初めて聴いたのだが、落ち着いていて良い曲だと思った。それなので、それに合う打楽器を探すことが難しかった。 練習は基本的にリズムを合わせるという</p>	<p>発表の直前まで、楽器の配置について皆で意見を出し合った。最終的に良い配置だったと思う。合奏もそれほどリズムがずれなかったように思うので、取りあえず良かった。 A班の発表もとても上手で、色々な合奏の</p>

<p>ものだったが、その中でもパーカッションをどのタイミングで入れるかや、終わり方をどうするかなど、意見を出し合いながら練習することができた。</p>	<p>仕方があると学ぶことができた。</p>
---	------------------------

生徒の記録から、意外と「グループ合奏」の経験が少ないことがわかる。合唱とはまた違う楽しさ、難しさ、そして違った意味での個人の責任の重さを感じているようである。今回は、リズムが大変重要な曲目を選択したわけだが、パーカッション担当の生徒の感想を見ても充実した練習であったようだ。アンサンブルの初期としては、「リズムを聴く」ということがまず最初であり、「他の楽器の音の流れを聴き、合わせていく」というのは次の段階となる。楽器演奏に苦手意識がある生徒にも十分できる課題であったと思う。また、皆で考え、話し合いで創り上げていく過程の感想が多く、周りの楽器に目と耳が向き、アンサンブルの基礎を学ぶことができたようだ。

練習過程での教員のアドバイスは、各班の進行状況をしっかりと見極め必要なポイントを指導するわけだが、タイミングがとても難しい。生徒にとってみれば「今からやろうと思っていたのに」という時に指導が入ると話し合いの必要がなくなってしまい、教員がグループの伸びを止めてしまうことにもなる。生徒がやろうとしていること、一人一人の進行状況には常に気を配り、適切なアドバイスをしなければならない。

IV グループ活動の意義と今後

2年間の学習の中で「器楽」の占める割合は二分の一程度である。楽器に対して技術的に大きな差が見られる生徒を全員満足させ、それぞれのレベルからさらに向上しようという「気持ち作り」が重要であり、これが生涯学習への入り口となる。この為の工夫が、今回の選曲であり活動のさせ方であった。まだ、発表会の持ち方など改善しなければならないことはあるが、「気持ち作り」の面では効果を上げられたのではないかと思う。

「音楽」の授業でのグループ活動は、ひとつの曲を創り上げていく過程にコミュニケーション力を上げていける様々な要素があり、アプローチの仕方で効果が上がる。様々な所で行われるようになった「音楽療法」もそうであるように、学校での教育活動でも同様である。例えば、言語でのコミュニケーションが苦手な生徒も合奏に参加することで自然と集団に関わり、周りの生徒も曲を創り上げていくという共通の目標の為に自然とコミュニケーションをとる。特に器楽アンサンブルの場合は一人一人が違った楽器を担当することにより、お互いを認め合わないとならず、自然と「教え合い、話し合い」が必要になってくる。

出来上がる音楽はそれぞれにとって「楽しい」ものであり、表現された音楽に「正しい」答えはない。表現は「自由」なのである。「美しさ」「奥深さ」…表現には様々な要素があり、こだわっていけばきりが無い。そういう意味で「面白み」もある。

日頃おとなしく目立たない生徒も、笑顔で楽器の前に立つ姿をみることも多い。演奏技術の向上と共に、「音楽」だからこそできるコミュニケーション力の向上を考えながら、今後もアプローチの仕方の工夫を重ねていきたいと思う。

出展

- ・舞曲のリズムパターン…啓隆社「Music Note 基礎から学ぶ高校音楽」より
- ・「イパネマの娘」楽譜…教育芸術社 高校生の音楽1 平成14年検定済 より

国際科学青少年フォーラム

鈴木 亨

シンガポールのエリート高校であり、本校と交流の深い Hwa Chong Institution (ホワ・チョン学院, 以下, HCI) を会場とする国際科学青少年フォーラム (International Science Youth Forum: 略称 ISYF) が, 2010 年 1 月 18 日から 22 日に開かれた。シンガポール教育省などが後援する行事で, 東・東南アジアの 11 か国から 18 校 45 名, シンガポール国内から 8 校 49 名の高校生が参加し, 日本からは筑波大附属高校の生徒 2 名 (以下, Youth Forum にちなんで, Y 君, F 君と表記する) と麻布高校の生徒 2 名が招待され, 引率が私と麻布高校物理科の増子寛先生が務めることになった。

英米から 5 人もノーベル物理学賞, 医学生理賞受賞者らが招待され, 講演だけでなく, 科学と社会について高校生と話し合うという企画が際立っている。そのメンバーは, 核子標的による電子の深性非弾性散乱でクォークの実在性を示したジェロム・フリードマン (Jerome Isaac Friedman, 1930 年生, 1990 年物理学賞), ヘリウム 3 の超流動を発見したダグラス・オシェロフ (Douglas Dean Osheroff, 1945 年生, 1996 年物理学賞), クォークの漸近的自由性を示したデイビッド・グロス (David Jonathan Gross, 1941 年生, 2004 年物理学賞) などという, そうそうたる面々である。4 つの分科会に分かれ, 4 日間の間に取り囲む学者がローテーションで交代していく中で, 日本国内でも滅多に会うことのできないノーベル賞学者相手に日本の生徒たちも果敢に質問をする機会に恵まれることになった。

参加者にとって, 一生残る思い出になったことはもちろん, これからの人生に大きな励みになることは間違いない。

1 月 17 日 (日)・第 0 日

成田空港の発着ロビーで両校の参加者は同じ便に乗るために 9:00 待ち合わせ。日本の最も寒い時期から常夏の国へ向かうために, ここまで着てきたコートを見送りの保護者に預ける生徒もいた。



搭乗口で待つ生徒たちと増子先生

JAL719 便は 7 時間 40 分の空の旅。1 時間の時差で, 到着は夕方になる。

空港には会場校である HCI の生徒 (Facilitator として, 会期中, 面倒を見てくれる) 4 名が迎えてくれた。英語にはそこそこ自信があるはずの生徒たち, まず, Singlish (シンガポールなまりの英語) の洗礼を受ける。「タクシーで行くから, 乗り場まで荷物を持って行こう」と言っているだけなのだが, お互いに顔を見合わせるだけで戸惑っている。

国全体が東京区部程度の広さで、東端のチャンギ空港から 30 分ほどで市街中心の北はずれ、ブキティマ（高級住宅地区の一つ）にある HCI に着く。学校は 6 年制（4 年制中学と 2 年制のジュニア・カレッジ）で生徒数は約 4,000 人。広大な敷地に 400 m 全天候型トラックをもつグラウンド、予備プールをもつ 50 m プールなどの体育設備も素晴らしい。併設のインターナショナル・スクールは、在留外国人子弟だけでなくアジア各国からの留学生も多い。敷地内の寄宿舎 (Boarding School) には、HCI 以外の学校の生徒も含めて、1,000 人以上が生活している。今回の参加生徒は、国ごとに分かれるのではなく、シンガポールの生徒と同室になるように部屋割りされた。

1 月 18 日 (月)・第 1 日

6:30 に寄宿舎の食堂で朝食。外はまだ暗い。というのは、当地は経度で言うと日本より約 30 度西なので、単純に計算すれば時差は 2 時間のはず（実際ほぼ同経度のタイは日本と 2 時間差）が、1 時間になっているからである。ほぼ赤道直下で、季節変化はなく 1 年を通じてほぼ 7 時日の出、19 時日の入りになる。



4,000 人の全校朝礼は壮観

大会参加者には 5 日分の専用の 5 色のポロシャツが支給されている。初日用の赤を着て、7 時過ぎに学校のグラウンドに移動する。毎週月曜日には全校朝礼が開かれるので、フォーラムの紹介を兼ねて同席となる。ポロシャツの色は翌日以降、橙、黄、緑、青と光のスペクトルの順になっている。会を運営する側の Facilitator の高校生は受付時には赤を着ていたが、この日は橙。一日早く色を変えているので、参加者との区別が明瞭になっている。

8 時から科学研究棟の大講義室で開会・オリエンテーション。そののち、生徒は構内案内、教員はミーティングののち、図書館棟の案内。PC の ID、パスワードももらえて、とりあえずインターネットは使えるようになる。

昼食は構内の食堂。屋台風で、一般生徒は中華、マレー、インド、イタリアン、和食な



屋台風の生徒食堂



盛りつけると…

どから自由を選べる。ISF 参加者はケータリングの特別食。

パンダンライス（バナナの葉のエキスで炊いた御飯）の緑が色鮮やか。

午後、生徒は"Amazing Race" という企画で、市内オリエンテーリング。グループごとに市内のポイントをいくつか与えられ、指示書を解説（いろいろな国の言葉で書かれていた）して、たどり着くという趣向で、生徒たちは結構疲れて寄宿舎に戻ってきた。

教員は市街西部の科学館に移動。実験室でワークショップ，ということだが，テーマは「アイスクリームの科学」。実験のあと，美味しく試食ができた。近くの屋台街で自由食。増子先生に勧めて，バクテー（肉骨茶）とライス。中華風マレー料理で，豚肉のスペアリブの薬膳風煮込みというところ。

暗くなって科学館に戻り，天文ドームで観測会。地平線に沈む三日月近くの木星を日本製ペンタックス 40cm 反射式望遠鏡で眺める。さすがにガリレオ衛星がくっきり。当然ながら，赤道儀の極軸がほとんど水平というのがとても奇異。オリオン座が天頂近く。南天一の恒星カノープスが高く輝いている。「日本からはほとんど見えない（地平線から2～3度!）ので，見た人は幸せになるって，言い伝えがあるんですよ」などと，台湾やベトナムの先生と話す。

1月19日（火）・第2日

2日目以降は，7:00 朝食。8:00 からは毎日，"Cultural Hour" という設定で，参加者がそれぞれの国や学校の紹介などをする時間となる。

9:00 からは，"Dialogue with Nobel Laureates" ということで，4つの分科会に分かれる。

フォーラム全体のテーマが“Future Innovations and Science”（これからの技術革新と科学）で，分科会ごとにテーマが割り振られ，ノーベル賞受賞者を中心に話し合う。こうした1時間半の討論が毎日繰り返される。

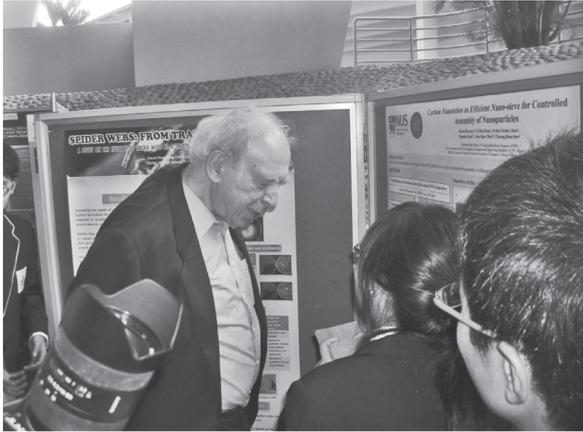
それが終わると，生徒は午後のシンポジウムの発表準備など。教員は講義室でノーベル受賞者たちとの会談。参加校の教員に，HCIの先生も加わった。

また，本校卒業生 K 君も合流。彼は，早大の建築学科の2年生で，大学同士の短期交流プログラムでちょうど南洋工科大学に来ているところだった。彼自身，高2のときに，HCIに2週間ほどの短期留学に来ているので，顔見知りの先生もおり，懐かしの地でもある。

午後の科学シンポジウムは，1,000人ほど収容できる講堂で開かれ，Kerson Huang 教授（MIT）の基調講演のあと，HCIの生徒の研究発表で「生分解性プラスチック」「海水の浸透濾過」，タイの生徒の「人工皮革」，いずれも環境との調和を意識した内容だった。



グロス教授を囲んでの分科会



フリードマン教授にポスターの説明をする

動物の夜の行動が見られる。いろいろとプログラムを用意してくれるのはありがたいことだが、何せ自由時間がない。私は2回、増子先生も1回行ったことがあるので、パスすることにし、「早稲田渋谷シンガポール校」を訪問することにした。

小・中までは日本人子弟のための在外教育施設、いわゆる日本人学校は多くの国にあるが、高校は珍しい。渋谷学園が1990年に設立し、2002年から早稲田大学の系属校になっている。学年3クラス100名ほどが在籍し、日本の高校のカリキュラムで学んでいる。生徒寮も完備していて施設は充実していた。教員の人材確保がなかなか大変とのこと。

クレメンティ駅に出て、MRTを乗り継いで市中心部へ。人口密度の高いシンガポールは道路の渋滞も激しく、発達したMRTが便利。クラーク・キー駅で降りて川の畔へ。屈指の観光地で、両岸に飲食店が建ち並んでいる。夕暮れの川沿いはさすがに涼しく、ジョギングする人の姿も見える。

中華料理店に入って、スチームボート（シンガポール風海鮮鍋）に舌鼓。タクシーで寄宿舎に戻る。

会場の外では、各校の用意したポスターセッション。ティーレセプションを兼ねたので、一流科学者を相手に緊張しながらも和やかな雰囲気だった。引退したAng前校長にもお会いできた。

夕方からは、ナイトサファリの予定。北部の熱帯林地区に設けられた動物園は、半分が昼間の普通の動物園で、半分は夜間専用の動物園である。徒歩コースとトラムに乗って見学するコースがあり、自然に近い



早稲田大学シンガポール校



シンガポール川遊覧船

1月20日（水）・第3日

この日の午前は「グランド・セレモニー」。生徒は制服。本校も麻布も制服がないので、あらかじめブレザーとネクタイは用意させてあった。真夏の気候とは言え、建物の中は効き過ぎくらいの冷房なので、その服装がちょうどよいくらいであった。

政府からは首相府担当大臣，基調講演はグロス教授だった。講演内容は，彼の業績である"Asymptotic Freedom"（漸近的自由性）にも触れながらの素粒子論，宇宙論の概論で，ジョークを交えながらも「すべての基本は物理だ」という，気持ちよいくらいの「物理学帝国主義」に貫かれたものだった。

合唱演奏のあと，今回のゲストを壇上に集めてパネル・ディスカッション。これも司会は実行委員の生徒が務める。

セレモニーのあと，教員は「科研楼（Science Research Centre）」内の実験室を見学。

昼食後，2回目のノーベル分科会。そののちは読書会。事前に送られてきた本を参加生徒は読んでいる。

教員のミーティングは，それぞれの学校の特別プログラムなどの紹介。フィリピンの女性の先生は，トップクラスの生徒を集め，理数系に特化した学校なのだが，生徒の動機付けに苦労しているとのこと。「科学に興味を持つきっかけ作りに映画を見せたりしています。"October Sky" とか…。邦題「遠い空の向こうに」は1950年代にロケット作りに夢中になった高校生の物語。物理教員仲間で話題になり，2000年の公開時に映画館で見た。以後，授業時間に見せたりしていたのだが，巡り合わせに驚いたのは，今回留守にする間，自分の担当クラスの授業時間に見せるよう，同僚に託してきた作品でもあったことで，その話題でも交流できた。

夕方以降は自由時間。昨日訪ねてくれた K 君と，ニュートン駅で待ち合わせ，増子先生と3人で有名な屋台街で食事。

寄宿舎に帰ると，生徒たちはグループごとにダンスの練習にいそしむ。最後のパーティーでの演し物とのこと。

1月21日（木）・第4日

生徒たちは環境にも慣れ，すっかりうち解けた様子。3回目のノーベル分科会のあと，"A*star" という研究施設群への見学会。バスに分乗して，移動。

初めは大講義室で，遺伝子工学についての研究の講義。ホールでケータリングの昼食ののち，4グループに分かれてバス移動。私がついていったグループは"Data Storage Institute"



フリードマン教授に質問する本校の F 君

という、コンピュータのメディアの研究所だった。所内は撮影禁止。簡単な講義のあと、少人数のグループに分かれての見学。ちょっとしたゲームの演出で、各ブースを回ったあと、いくつかの質問に答えるとそのグループの得点になるということ。

見学が終わると、もう夕暮れ。生徒はこのあと"Host Diner" とのことので、一般家庭と夕食をともにする。教員はタクシーで移動し、「シンガ



A*star は最新設備の研究施設群



高層ビルも見下ろせる観覧車

ポールフライヤー」という、世界最大の観覧車に搭乗。市街中心の海沿いにあるそれは、直径 200m で、一周 30 分。市内（というか国内のほとんど！）が見渡せて壮観。観覧車というが、一つのブースが 28 人乗りなので、ほとんど部屋ごと動いている感じで、貸し切りディナーのコースもあるとのこと。

市街のビル内の屋台で食事をし、原稿の締め切りを抱えている増子先生と私は送りのバスを待たずにタクシーで寄宿舎へ。ところが、折からの寄宿舎全体の避難訓練で 1,000 人以上の生徒が構内から退去するところに出くわすことになる。皮肉なことに、急いだ分の 1 時間ほど寄宿舎に入れてもらえなかった。

1月22日（金）・第5日

朝食後、会場へ。最後の日の"Cultural Hour" は、日本の生徒たちの登場。揃いの法被を着て、「よさこいソーラン」を踊り、後半はそれをバックに、用意したスライドで日本を紹介するというもので、日本のアニメキャラクターの映像とともに他国の高校生には大受けであった。

最後の分科会のあと、生徒はまとめと発表の時間。それが終わった昼食時には、生徒は開放感にあふれていた。



ソーラン節を踊る F 君と Y 君

午後は生徒は南洋工科大学へ見学に出かけ、教員は残って、最後の会合。用意された発表または、このフォーラムへの意見や感想で、増子先生は日本の紙風船を配ってのプレゼンテーション。穴の空いた紙風船を手ではたくたびにふくらむメカニズムは単純には説明できない。その不思議さを「宿題！」とし、参加者の先生方にお土産として配る。



パーティーは高級クラブハウスで



クリスタルの盾を受け取る増子先生

ほぼ荷物はまとめていたものの、この日の深夜便で発つ。寄宿舍に戻って、着替えてチェックアウト。スーツケースを持ってバスに乗り込む。お別れパーティーは「ラッフルズ・タウン・クラブ」。(シンガポール開拓の祖ラッフルズ卿の名前は、シンガポールでは「高級」の意味に使われることが多い。)

会場はもちろんのこと料理も高級な上に、参加各校に記念のクリスタルの盾が用意されていて、ちょっと驚く。しかし、会が進むと生徒たちはグループごとに「持ちネタ」を披露して、すっかり和やかな会となった。

宴もたけなわ、というところ、残念ながら日本チームだけ空港に向かうことになる。世話役の生徒が二人、空港まで送って、チェックインのところまで面倒を見てくる。

いつまでもなごり惜しいところを出国手続きに向かう。搭乗口で、日本の生徒たちは、初日にあれほど戸惑った Singlish の口まねをしている。その上手なこと！

若者たちはこの短い間に、これほど親密になれるものかと、感じ入る。短くも長くも思える期間であった。



グループのダンスをリードする Y 君



チャンギ空港で世話役の生徒とお別れ

深夜便は慣れているものの、気が昂ぶってなかなか眠れない。一週間の出来事を反すうしながら、眠りに落ちたのは3時頃だったか。

まもなく日本に着くという頃。機内放送で「到着地、成田の気温は0℃」に顔を見合わせて苦笑い。何せ、30℃を超すところで生活していたので。無事着陸し、機体と搭乗口を結ぶボーディングブリッジは外気にさらされている。息が白いことにあらためて驚く！

ISYF2010全日程

	生徒活動	教員
17日(日)		
10:55		成田空港発
17:35		チャンギ空港着
18:00		夕食(寄宿学校)
19:00		第1日の打ち合わせ
20:30		自由
22:30		消灯
18日(月)		
6:30		朝食(寄宿学校)
7:10		全校朝礼
8:00		開会式
9:00	校内見学	校長との会合
10:00		セッションに向けてのプレーンストーミング
12:00		昼食(生徒食堂)
14:00	市内オリエンテーション	サイエンスセンター
	市内で夕食	
20:00		帰宿
22:30		消灯
19日(火)		
7:00		朝食(寄宿学校)
8:00		交流会
9:00		ノーベルセッション(分科会)
10:30		発表準備
12:00		昼食(生徒食堂)
14:00		シンポジウム
18:00		ナイトサファリ・ツアー
22:00		帰宿
22:30		消灯
20日(水)		
7:00		朝食(寄宿学校)
8:00		交流会
8:45		式典
12:00		昼食(生徒食堂)
14:00		ノーベルセッション(分科会)
15:30	読書会	交流セッション
18:30		夕食(寄宿学校)
19:30		自由時間
22:30		消灯
21日(木)		
7:00		朝食(寄宿学校)
8:00		交流会
9:00		ノーベルセッション(分科会)
10:30		A*star見学会
18:00	ホストディナー	自由時間
21:00	セッション報告会	
22:30		消灯
22日(金)		
7:00		朝食(寄宿学校)
8:00		交流会
9:00		ノーベルセッション(分科会)
10:30	報告会	ノーベル講演会
12:00		昼食(生徒食堂)
13:00	国立大学見学会	報告会
18:00		閉会パーティー
21:00		日本チームは出発
23:20		チャンギ空港発
23日(土)		
7:00		成田空港着

研究紀要 第52巻

平成23年(2011)2月9日 印刷
平成23年(2011)2月10日 発行

発行所 筑波大学附属高等学校
(代表 茂 呂 雄 二)
〒112-0012
東京都文京区大塚1-9-1
TEL 03-3941-7176

印刷所 有限会社 甲文堂
〒112-0012
東京都文京区大塚3-5-9 住友成泉ビル
TEL 03-3947-0844

(非売品)

