

体育祭での組体操・組立体操の取り組みとふりかえり

工藤亘 鈴木淳也 小林潤 三好貴士

玉川学園・玉川大学
健康・スポーツ科学研究紀要
第17号

体育祭での組体操・組立体操の取り組みとふりかえり

工藤 亘*1、鈴木淳也*1、小林 潤*2、三好貴士*3

要約

組体操の幫助・補助法研修会の目的や内容及びその背景について報告するとともに、体育祭での組体操・組立体操の取り組みとその指導過程をふりかえる。

1. 平成 28 年度全学体育運営委員会体操部会「組体操の幫助・補助法研修会」

日時：平成 28 年 6 月 15 日（火）、
17 時 15 分～19 時

場所：記念体育体館操場・柔道場

対象：K-16 体育科教員（非常勤講師等含む）

講師：工藤亘

目的：①組体操の幫助・補助法の確認及び安全対策、
②組体操の意義やねらいの確認③体育祭での組体操の段階的指導の確認。（資料 1 参照）

2. 組体操の幫助・補助法研修会の背景

平成 28 年 3 月 25 日にスポーツ庁政策課学校体育室は「組体操等による事故防止について」を全国の各教育委員会に通知した。その背景には学校で多発している組体操の事故があり、「運動会等で実施される組体操については、年間 8000 件を上回る負傷者が発生し、社会的な関心を集めている」(1) と記している。

また 1969 年度以降、組体操による死亡事故は 9 件（内 2 件は突然死）であった。障害の残る事故は 92 件でありタワーが最も多い。2014 年度の日本スポーツ振興センターによる医療費支出件数をスポーツ庁が分析した結果、怪我が最も多いのはタワーであり、次いで倒立、ピラミッド、肩車、サボテンであった。以上を踏まえ、運動会での組体操等の実施は「確実な安全確保」を求めた上で、各学校の判断に委ねられている。

玉川学園は設立以来、毎年体育祭を実施しているが、その過程での合同体操や組体操・組立体操は各

部の体育科教員を中心に、様々な教員が一丸となって指導や幫助・補助を行うことで成立している。

指導者にとって大人数で実施する合同体操、その中に組み込まれている組体操・組立体操の安全性の確保は最重要課題であり、今般のスポーツ庁が通知する以前から玉川大学・玉川学園では、その認識は存在したと考える。

しかし改めて今般のスポーツ庁の通知から、①より安全性を高めること、②そのための幫助・補助法を確認すること、③それを他の教職員に共有し、共通理解を図ること、④体育祭に向けて計画的・段階的に指導していくことを認識することが重要と考え、組体操の幫助・補助法研修会を実施したのである。

3. 体育祭での組体操・組立体操の取り組みとふりかえり

第 88 回体育祭を 10 月に終えたが、組体操・組立体操の幫助・補助法研修会を経て、体育祭までの指導過程や計画性などについてふりかえり、次年度以降の課題や改善策などについて報告する。対象は、体育祭で組体操・組立体操を実施している中学年、高学年（男子）、大学（男子）である。（資料 2 参照）

このふりかえりが、子ども達の実態に応じて段階的・計画的かつ安全に組体操・組立体操に取り組む指導の一助になると考える。また組体操・組立体操がもっている固有の教育的な価値や健の教育を追求した上で根拠に基づいた指導の重要性を促すものと考えている。

*1 玉川大学教育学部 *2 玉川学園中学年 *3 玉川学園高学年

資料 1. 研修時の資料（抜粋）

1. 組体操・組立体操・マ스ゲームの定義一覧

著者	定義	出典
組体操		
佐藤友久 森直幹編 (1978)	二人以上の体操実施者が互いに組んで行う体操をいう。集団でさまざまな形を表現する組立体操とは異なる。組体操の範囲は、徒手で行う場合と器械や手具を使用する場合とがあり、徒手体操で互いに引き合ったり、押し合う方法も、肋木とか鉄棒などで補助し合ったりする方法も、ともに組体操である。しかし一般的には徒手体操で2人以上が組になって行う場合をさすことが多い。	「体操辞典」 道和尚院、p60
濱田靖一 (1986)	パートナー・エクササイズといわれ、内容的には2人以上の人が組んで行う運動である。お互いに力を貸し合ったり、体重を利用し合ったりして1人では行えない効果をねらった運動である。	「改訂組体操」 泰流社、p13
濱田靖一 (1996)	パートナー・エクササイズあるいはペア・ギムナスティクスといい、二人以上の人達が組んで行う体操であり、相互に力を貸し合い、体重を利用し合いながら身体の特長や技術を提供し合うものである。	「イラストでみる組 体操・組立体操」 大修館書店、p2
組立体操		
濱田靖一 (1996)	スタント・ピラミッドやピラミッド・ビルディングと呼ばれ、表現性の高い体操の一領域であり、空間に互いの意図する造形を構築し、美の共同感を味わうものである。	「イラストでみる組 体操・組立体操」 大修館書店、p vii
	互いの健康な身体を組み合わせ、あるいは積みあげて、そこに一つの身体による造形を試みて美の共同感とでもいうべき醍醐味にひたる運動	「イラストでみる組 体操・組立体操」 大修館書店、p226
マスゲーム		
佐藤友久 森直幹編 (1978)	ドイツ語のマッセントウルネン(Massenturnen)の言葉より生まれたもの。(中略)今まで自由に行っていた体操の指導方法を確立し、一斉に一つの号令で実施する方法にしたために、指導能率が向上し画期的なものとなり、それがマッセントウルネン(Massenturnen)といわれた。(中略)Massenturnenの発達から20世紀に入ってショー体操はシャウトウルネン(Schauturnen)といって見世物的な体操になり、徒手体操ばかりではなく器械体操、ダンス、行進、レスリング、綱引きも包含され、独自の服装なども着用して学校体操とは完全に個別の存在のものとなっていった。	「体操辞典」 道和尚院、p224
濱田靖一 (1998)	観衆を対象として体操やダンスなどを集団的に行う運動であり、集団のもつ美しさや健康美を表現するものと、国民的精神的運動として行われるものがある。ドイツでは、学校体育の指導方式の一つでもあり、合同体操の様式を発展させたものである。	「イラストと写真で みるマスゲーム」 大修館書店、p2

2. 玉川学園の体育祭小史と体操

玉川学園は1929年（昭和4年）4月1日に設立され、同年の11月22日に第1回体育祭が開催されたのである。当時の主なプログラムは、合同体操に始

まり、砲丸投げ、障害物競走、俵奪い、柿取り、職員リレー、マラソン、ピラミッド・ビルディング体操などが行われていた。その後、年に1度のペースで体育祭は開催され、今年度（2016年）の体育祭で

第 88 回を迎える。

1931 年（昭和 6 年）9 月 13 日にはデンマークよりニルス・ブック氏とオレロップ体操チームが来園し、デンマーク体操の実演が行われて、その後の玉川学園の体育や体育祭をはじめ、日本の体育教育や体操などに大きな影響を与えることになる。

このニルス・ブック氏の来園を機に「オレロップ国民高等体操学校東洋分校」が玉川学園に誕生し、体操を通じた指導者（奉仕者）に対して OTD 章を授与することができることになり、現在まで引き継が

れている。

第 1 回の体育祭から合同体操やマスゲーム・組体操は、その構成や形態は時代とともに変化をしているものの、発達段階に応じながら脈々と引き継がれ、第 88 回の体育祭まで実施されている。構成内容は、基本体操を中心とした徒手体操や、手具を用いる旗体操、ボール体操、棒体操、棍棒体操、布体操などがあり、組体操などを含む総合的な体操としては中学生讃歌などがあつた。

3. 組立体操

組立体操の分類	
種類	例
①積み木型	ピラミッド・塔
②つり橋型	扇ロープのように手や足を握って引っぱる
③樹木型	一人の人の大勢でのったりぶらさがったりする
④動的生花	お互いの美しいポーズを寄せ集める
出典：濱田靖一（1996）「イラストでみる組体操・組立体操」大修館書店、p 235	

組立体操（巧技）と学習指導要領

1951 年（S26）：中学校高等学校学習指導要領保健体育科体育編（試案）、及び 1956 年（S31）：高等学校学習指導要領保健体育科体育編

＊51 年要領（試案）：「巧技」という運動領域

①器械運動、②ピラミッド・ビルディング、③転回運動、④スタントの文言が見られる。

濱田靖一の言葉

「組立の速さ、持続、高さなどを競う競技ではない。意外性だけを追求したり奇をてらったりして競技に持ち込むことは危険であり、組立体操の邪道である」

「バランスがとれている形は美しい。安定した形をつくり、それを安全につなげなければならない。それが体育としての組立体操であるべき」

幫助（ほうじょ）と補助

一般的には補助ともいわれるが、実施者の技の実施に対して直接に支えたり、安全のために抱えたりすることを「幫助する」という。補助は、何らかの不足を補充して助けるという意味であり、極めて消極的な意味でしかない。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す必要性から幫助の言葉が用いられ、重要な指導法の一つである。

出典：三木四郎他「中・高校器械運動の授業づくり」大修館書店、2006 年、p 22

＊学習指導要領などでは“補助”を使っているが、この補助には幫助のもつ積極的な意味を含んでいる。幫助：「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施の際に、その試技者の運動の実施を助けたり、技の遂行を容易にする積極的な行為」
出典：小清水英司他「スポッティング・テクニク」道と書院、1983 年、p 4

幫助の目的

1. 事故防止のための幫助 2. 精神的な幫助 3. 技術向上のための幫助

直接的幫助

技を行う者の身体に直接働きかけて技を正しく成功させること。身体に触れる方法や帯や縄などを腰に付けて力を加えるなどもある。

間接的幫助

安全面の措置。直接、身体に触れる方法やスポンジマットなどを用いる方法がある。

文責：工藤亘

資料 2. H28 年度体育祭での組体操及び組立体操のふりかえり

小林潤 (対象：中学年)

Q1. 実施した組体操・組立体操について (適性・体格・年齢・課題など)

*実施した組体操・組立体操

- ①積み木型 (ピラミッド3段・ウィングピラミッド/3段)
- ②パズル型 (2人組での膝のり サボテン/倒立支持)

体格差の少ない5年生、体格差の大きい上級生でも比較的行い易い2人組の組体操を取り入れた。また、成長過程を考慮した2種類のピラミッドを演技の終盤に持つてくることで、ダイナミックな演目となるように工夫した。

Q2. 段階的指導が出来たか? (時間数・体力面・精神面・課題など)

今年度、中学年では、5、6年生でデンマーク体操の授業を取り入れることで年間を通して、互いに支え合う運動やバランス感覚、柔軟性を高める運動を行うことが出来た。

5段ピラミッドでは、メンバーの選考会を開催し、継続的に朝練習を行った。

また、脊柱を回旋、捻転させる動きを朝会体操や授業内に意識して取り入れることで、体幹を継続的に鍛えることが出来た。

Q3. 体育祭の練習中や体育祭後の児童・生徒の様子 (変化・効果など)

お互いの体格を考えて、幫助することを意識できたと感じる。消極的な補助とは違い、技の完成に向けて、さらには動きの安全についても考えられるような幫助や言葉かけも見られるようになった。体育祭後の振り返りシートには、互いを支え合うことから、「自分を知る」そして「仲間を知る」という対人関係の構築を良好にさせるような表現が多く体育としての身体の発達だけでなく、情緒面の向上も感じられた。

Q4. 課題や改善点・次年度に向けた展望、補助・幫助の講習会について

今後のK-12の枠組みを考慮した組体操の実施や体育祭の演目を考えていかななくてはならない。そのためには、高さだけを求めるような組体操ではなく、各学年の成長段階に合わせた技の精選を行い、中学年として継続的に引き継がれるような組体操の実施を検討していきたい。

三好貴士 (対象：高学年男子)

Q1. 実施した組体操・組立体操について (適性・体格・年齢・課題など)

*実施内容：2名の土台が両肩に1本ずつ棒 (太さ 直径3cm) を担ぎ、その2本の棒の上に1名が棒を持って乗り、音の合図に合わせて上の者が持っていた棒を掲げる、積み木型に分類される組立体操を行った。かつては土台を1名で行っていたが、3年前より2人で行う方式に変更し、それ以降は大きな事故は発生していないことから、過度な難易度設定ではないと考えられる。

Q2. 段階的指導が出来たか? (時間数・体力面・精神面・課題など)

年度当初より授業内で体づくり運動を取り入れ、体力面での準備を重ねてきた。

7月よりマスゲームの練習を始めたのに平行し、組立体操の練習も始め、体育祭本番までに十分な練習時間数 (各学年30時間前後) を行ってきた。

Q3. 体育祭の練習中や体育祭後の児童・生徒の様子 (変化・効果など)

組立体操を行う3人組の間で互いに声を掛け合って行かせたのに加え、練習初期段階では2グループをペアにして、互いに補助・幫助を行かせた。これにより、協調性や安全に対する高い意識を養うことが出来たと考えられる。

Q4. 課題や改善点・次年度に向けた展望、補助・幫助の講習会について

今年度、大きな事故もなく実施することが出来た。これは教員間、生徒間で危険性や補助・幫助法の共有がなされていた結果であり、補助・幫助法の講習会を行った成果であると考えられる。来年度も引き続き講習会を開催し、高い安全意識の共有を大切にしていきたい。

鈴木 淳也 (対象：大学生男子)

Q1. 実施した組体操・組立体操について (適性・体格・年齢・課題など)

***実施した組体操・組立体操**

①帆かけ倒立「積み木型」②ウルトラマン「積み木型」③塔（3段）「積み木型」

男子学生は、「基」の体操の中で、帆掛け倒立とウルトラマンを実施した。教職必修の授業であり、学生の中には体育が苦手な学生もいた。学年は、主に大学1年生と2年生の集団であった。事前にこちらで配置を決めているため、体格が適さないペアもあったが、体操指導の補助学生である体育専攻4年生が、ペアを交換するなど対応した。塔に関しては、危険も伴うため、体育専攻の1年生の学生のみが実施した組み立て体操である。



ウルトラマンの練習



帆掛け倒立の練習

Q 2. 段階的指導が出来たか？（時間数・体力面・精神面・課題など）

9月9日から、体育の集中練習が始まり、10月10日の体育祭まで、5回の集中練習、2回の総合練習を実施した。体力面に関しては、普段、運動部に所属している学生もいれば、全く運動していない学生もおり、体力レベルに個人差がみられた。

また、指導者を目指す学生が集団であるため、幫助の仕方、段階的な指導法ができた。

例) 帆かけ倒立

1. ペアで倒立の練習（補助者の場所：後ろ→横） 2. グループ練習（補助者付き） 3. ペア練習

時間数的には、全体の体操の練習もあったため、組み立て体操にあてる時間が限られていた。もう少し、練習の時間数が多いと完成度も高まると推測される。

Q 3. 体育祭の練習中や体育祭後の児童・生徒の様子（変化・効果など）

組み立て体操の練習では、怪我や事故のリスクがあることを周知させ、集中した雰囲気を保ちながら練習を実施した。学生も、ペア同士でコミュニケーションをとりながら、倒立が安定する場所あるいは土台の学生が負担にならない場所を探しながら、練習へ取り組んでいた。

また、グループワークのときには、お互いに励まし合い、動きを観察しながら教え合う良い雰囲気がみられた。さらには組み立て体操が、完成した際には、ペアでハイタッチするなど、喜ぶ姿がみられた。

Q 4. 課題や改善点・次年度に向けた展望、補助・幫助の講習会について

課題としては、運動習慣がない学生に対して、短期間で組み立て体操を完成させる難しさがある。その中で、より初心者でも安全に練習できる指導法や幫助の仕方などを体育教員中心に研修する必要性を感じた。また、体育専攻4年生の学生だけでなく、1年生も含め、幫助する体制をとり、より安全面に配慮した環境を整えることが大切である。

次年度については、「積み木型」だけでなく、他の種類の組み立て体操についても、大学生のレベルに応じて検討していきたい。

*平成28年度の各教育委員会の動向：東京都教育委員会は原則として都立学校における学校行事での「ピラミッド・タワー」の実施を原則休止している。千葉県教育委員会の調査では、組み体操の実施校は半減し、骨折件数は1/3以下になっている。兵庫県教育委員会の調査でも、組み体操の実施率は低下し、ピラミッド等の段数を下げている。

引用文献

(1) <<http://www.pref.nara.jp/secure/156465/>> 平成29年1月21日アクセス