

ICTメディアを活用した幼児および 児童向けコーディネーション運動プログラム普及・実践の試み

泉原 嘉郎¹⁾, 乾 真寛²⁾

Practical experiment of Coordination training for children using ICT Media

Yoshio IZUHARA¹⁾, Masahiro INUI²⁾

1. 緒言

2017年に私立大学研究ブランディング事業としてスタートした福奏プロジェクト・チーム2（コーディネーショントレーニング研究班）では、2017年より、福岡市教育委員会をはじめとする福岡県内の小学校と連携し、コーディネーション運動の普及・実践活動を継続してきた。

なかでも、福岡市教育委員会との連携事業においては、体力向上推進委員会の主導により、福岡市内の小・中学校の体育授業に活用・導入することを目的として、主にコーディネーション運動の実践法ならびにプログラム内容を網羅した書籍（「体力向上マニュアル」,2018）と、DVD（「体力向上マニュアル～コーディネーション運動編」,2018）の2編を作成し、福岡市内の各小・中学校への配布を行った(1校あたり書籍1冊/DVD 1部ずつ)。

それに合わせて、「コーディネーション運動」をテーマに、福岡市内の教員を対象とする実践研修会（福岡市教育委員会主催）を、多数開催して

きた。

こうした教育機関を対象とする普及・実践活動を実施、継続するなかで、2019年8月に開催した教員研修会の折、参加者である小学校教員を対象に聞き取り調査を行ったところ、次のような所見が得られた。すなわち、①実際の体育授業で導入・実践している割合が極めて低かったこと、②コーディネーション運動を今回の研修で初めて知る参加者が多かったこと、さらには、③小学校宛に配布されたコーディネーション運動の書籍・DVDの存在が知られていなかったことなど、認知度の低さが示された。

さて、2020年3月2日から、日本政府の要請により、全国で98%超の小・中学校で臨時休校の措置がとられ、再開となった6月以降においても、コロナ渦での体育授業のあり方が、劇的な変化を迎えることとなった。

とりわけ、教育現場からは、安全面などの観点から、3密を避け、一人で実施できる運動プログラムのニーズが高まりを見せている。加えて、体育・スポーツ活動の自粛や制限がかけられた期

1) 福岡大学非常勤講師
Fukuoka University

2) 福岡大学教授
Fukuoka University

間における過ごし方の再考から、部活動や課外活動等、あるいは帰宅後に実施可能な運動が注目を集めるようになった今日において、効果的な運動プログラムの情報発信に際しては、DVDメディアを例とする旧型のICT（Information and Communication Technology / 以下“ICT”と略語を表記）ツールでは、上述した普及段階における失敗例を鑑みると、限界があるのではないかと考えた。

本稿では、教育現場におけるコーディネーション運動プログラムの普及・実践を目的として作成した、新世代型のICTツールとして、QRコー

ド等を用いたオンライン視聴型による実践の事例を挙げながら、ICTメディアを活用した運動プログラム普及の取り組みについて言及していきたい。

2. 教育現場への普及・実践事例について

2.1 新聞紙面（『西日本子ども新聞』）を通じてのプログラム作成・公開事例

2020年7月22日付で西日本新聞社より発刊され、福岡県内の3年生以上の全小学生児童へ配布された『西日本子ども新聞』において、図1～4に挙げたように4種類のコーディネーション運動を作成・執筆した。

お手玉クロスキャッチ



- ❶ 右手、左手にお手玉（新聞紙などを丸めたボールでもOK）を乗せる
- ❷ お手玉を上へ投げる
- ❸ 両手を交差して、お手玉をキャッチする

《バリエーション》

- ・お手玉を上へ投げた後、お手玉の上から両手をクロスさせてキャッチする
- ・お手玉同士をクロスさせて投げ、それぞれの手でキャッチする
- ・お手玉同士をクロスさせて投げ、さらに両手で上からクロスしてキャッチする



図1：「西日本子ども新聞」pp.7 運動プログラム（お手玉運動）イメージ

手と足のリズム運動



- ❶ 足はグーに閉じる。両手を上げて、頭の上で1回手拍子。
- ❷ 足はパーに開く。両手を下げて、左右の太ももの横を1回たたく。
- ❸ 足はグーに閉じる。両手は2と同じく、左右の太ももの横を1回たたく。
- ❹ 足はパーに開く。両手を上げて、頭の上で1回手拍子。
- ❺ 足はグー、パー、ては上、下、下で繰り返す。



図2：「西日本子ども新聞」pp.7 運動プログラム（手足リズム運動）イメージ

スカーフキャッチ



- ❶ 手でスカーフ（レジ袋でもOK）を持つ
- ❷ スカーフを上へ投げる
- ❸ スカーフが落ちる間に、体をくると一回転
- ❹ 体が前を向いた時にスカーフをキャッチする

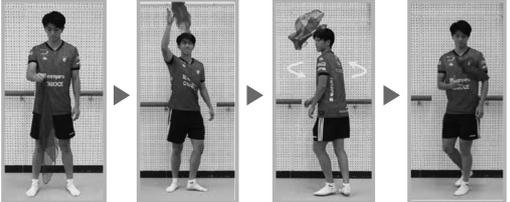


図3：「西日本子ども新聞」pp.7 運動プログラム（スカーフ運動）イメージ

縄跳びを使ったリズム運動



- ❶ 床に縄跳びを置く
- ❷ ジャンプしながら、“トントントントン”のリズムで、足をクロスさせて前に進む

《バリエーション》

- ・後ろ向きに進む
- ・“トントン・トトントン”のリズムで前に進む

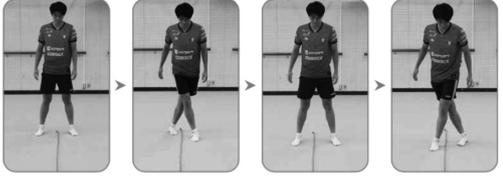


図4：「西日本子ども新聞」pp.7 運動プログラム（縄跳びリズム運動）イメージ

合わせて、オンラインでの視聴を可能とする動画を作成し、スマートフォンなどで読み取りを行うためのQRコード（二次元バーコード）を添付した（図1～4を参照）。

これにより、運動内容や具体的な動き方など、詳細を簡易に把握することが出来、小学校から帰宅後の家庭内における運動実施が可能となった他、教員が授業内外で運動プログラムを実践する際の補助ツールとしての活用が期待される。

2.2 オンラインサイトを通じたプログラム作成・公開事例

日本サッカー協会（JFA）の指導者ライセンス保有者向けの定期機関紙であるJFAテクニカルニュース・2020年9月号（Vol.99）において、「一人でできるコーディネーションエクササイズ」というタイトルで、多数のコーディネーション運動プログラムの実践法を紹介。合わせて、紹介した運動プログラムの、オンライン用の視聴動画（<https://www.jfa.jp/news/00025425/>）を作成・公開した。

2.3 教育・研究系専門誌を通じた運動プログラム作成・公開事例

教育・研究系専門誌である「体育科教育（大修館書店）」の2020年11月号において、「ボールゲームの動きの向上を目指すコーディネーショントレーニング」をテーマに、コロナ渦における体育授業での実践を試案して、プログラム及び実践法を作成・紹介した。合わせて、オンラインでの視聴を可能とする動画を作成し、スマートフォンなどで読み取りを行うためのQRコード（二次元バーコード）を添付した（図5を参照）。

“ボールゲーム領域”は、子どもたちからの人気が高い一方で、ひと対ひとの接触場面が主要局面とされる対人・ゴール型ゲームが中心を占めるため、新型コロナウイルス感染予防の観点から、コロナ渦での体育授業において、実施時期を見合わせるなど、その取り扱いに大きな制限がかけられている（体育科教育,2020）。

こうした状況のなかで、3密を回避しつつも、ボールを用いた“一人でできるコーディネーション運動”は、非常に有効であり、体育授業の内外においても、様々な場面において活用できるものと考えられる。

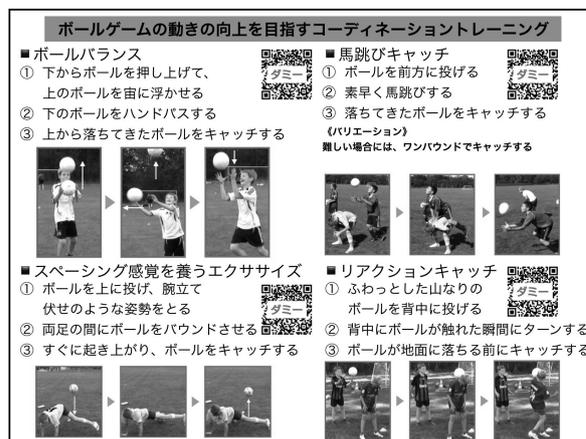


図5：体育科教育 2020年11月号（pp.20～pp.23）
運動プログラムイメージ

2.4 教科書（書籍）を通じた運動プログラム作成・公開事例

2020年9月1日に発刊された教科書「動画でわかるサッカーコーディネーショントレーニングバイブル」（大修館書店/pp.80～pp.157）において、幼児・児童向けのコーディネーション運動プログラムを多数紹介した。合わせて、オンラインでの視聴を可能とする動画を作成し、スマートフォンなどで読み取りを行うためのQRコード（二次元バーコード）を添付した（図6を参照）。

pp.80～pp.102で紹介したプログラム事例は、サッカー選手だけでなく、すべてのスポーツ種目におけるパフォーマンス向上に資するジェネラルな内容で構成されており、運動神経系が著しく発達する幼児・児童期において必須となる項目である。そのため、サッカー種目に限らず、育成年代におけるトレーニングから学校の体育授業に至るまで、あらゆるケースで応用・実践が期待される。

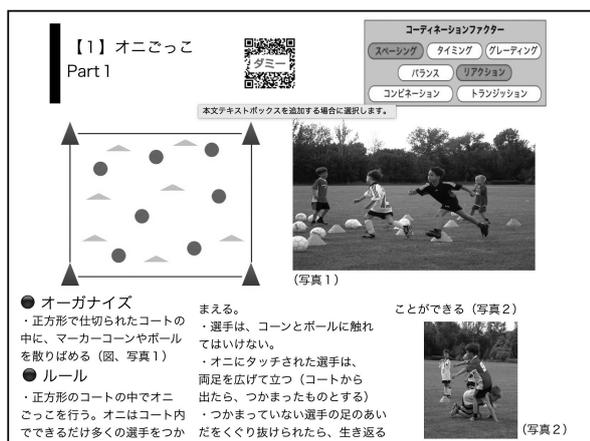


図6：書籍「動画でわかるサッカーコーディネーショントレーニングバイブル」運動プログラムイメージ

2.5 教員研修会を交えたコーディネーション運動の普及・実践事例

福奏プロジェクト・チーム2（コーディネーション班）では、福岡県大野城市立大野北小学校において、2019年4月から、「コーディネーショントレーニングの実践法」をテーマに、定期的な教員研修会を継続的に実施するとともに、体育授業へのコーディネーション運動の導入・実践をはじめ、朝の会における1分間のコーディネーション運動実践を行い、その効果を科学的な見地から検証を行うなど、共同研究を実施している。

コロナ渦においても、オンラインプログラムの活用に加え、2020年8月・9月に計3回の教員研修会(2020年8月・9月)を対面で実施している。これにより、教員自らにより、体育授業をはじめとする授業内外のすきま時間等において、コーディネーション運動の実践が行われている。そればかりでなく、早朝の授業開始前の時間帯や、昼休み中において、子どもたちが自発的にコーディネーション運動に取り組む光景が日常的に観察されるなど、継続実践の効果が着実に見えはじめている。

3. まとめ及び今後の課題

本稿では、教育現場におけるコーディネーション運動プログラムの普及・実践を目的として作成したQRコード等を用いて、スマートフォンをはじめとした携帯型端末によるオンライン視聴型実践の事例を取り上げ、withコロナ時代における、学校体育をはじめとする教育現場への貢献の可能性について言及した。

福奏プロジェクト・チーム2（コーディネーショントレーニング班）においても、当初は、DVDメディアを用いたコーディネーション運動普及のための情報発信を行ってきた。しかしながら、福岡市内の小・中学校への配布が、1校で1部ずつのみであり、結果として情報が十分に行き渡らなかったため、認知度も低い状態であった。

近年近年のスマートフォンの個人保有率（普及率）が右肩上がりであることに加え、DVDよりも低コストで大多数の人へ向けての一斉情報発信が可能であることなどから、本稿における普及・実践事例でも述べたように、運動プログラムをオンラインで視聴できる仕組みの構築は急務であろう。

尚、オンラインにおける運動プログラムの情報共有と並行して、福岡県大野城市立大野北小学校で教員を対象に継続実践しているように、コーディネーション運動の実践方法を学ぶ研修機会を設けることが必須であるのは言うまでもない。

しかしながら、研修会等の実施に関しては、今後の新型コロナウイルスの感染状況を慎重に見極めながら、場合によっては、運動プログラムの情報発信と同様に、ライブ配信型のオンラインツールであるZoom(ズーム)等を駆使した情報共有の方法を検討する必要があるだろう。

以上を今後の課題として、本論のまとめとした。

4. 引用・参考文献

- 1) 福岡市教育委員会, 泉原嘉郎(2018). 福岡市体力向上マニュアル.福岡市教育委員会.
- 2) 福岡市教育委員会, 泉原嘉郎(2018). DVD福岡市体力向上マニュアル～コーディネーショントレーニング編～. 福岡市教育委員会.
- 3) 西日本新聞特集・子ども新聞（2020）. 西日本新聞社.pp7.
- 4) 泉原嘉郎（2020）. 一人のできるコーディネーションエクササイズ. JFAテクニカルニュースVo.99.（公財）日本サッカー協会.
- 5) 特集・いまボールゲームで何をする？（2020）. 体育科教育2020年11月号,pp.9. 大修館書店
- 6) 泉原嘉郎(2020). ボールゲームの動きの向上を目指すコーディネーショントレーニング. 体育科教育2020年11月号. 大修館書店
- 7) 泉原嘉郎（2020）. 動画でわかるサッカーコーディネーショントレーニングバイブル. 大修館書店.

※本研究で報告した実践事例の一部（『西日本子ども新聞の事例』及び『大野北小学校における実践例』）は、研究ブランディング事業（福奏プロジェクト・チームⅡ/コーディネーショントレーニング班）における取り組みの一環で行ったものである。関係者の皆様へ、この場をお借りして深く御礼申し上げます。