

日本体操学会会報 Vol.17/2021.6

ごあいさつ

日本体操学会会長 後藤 洋子

初夏の候、会員の皆さまにおかれましては益々ご清祥のこととお喜び申し上げます。新型コロナウイルス感染症（COVID-19）がなかなか収束しません。それどころか変異株の脅威も被さってきて、先が見えない状態です。東京オリンピック・パラリンピックの開催も心配の種が尽きません。

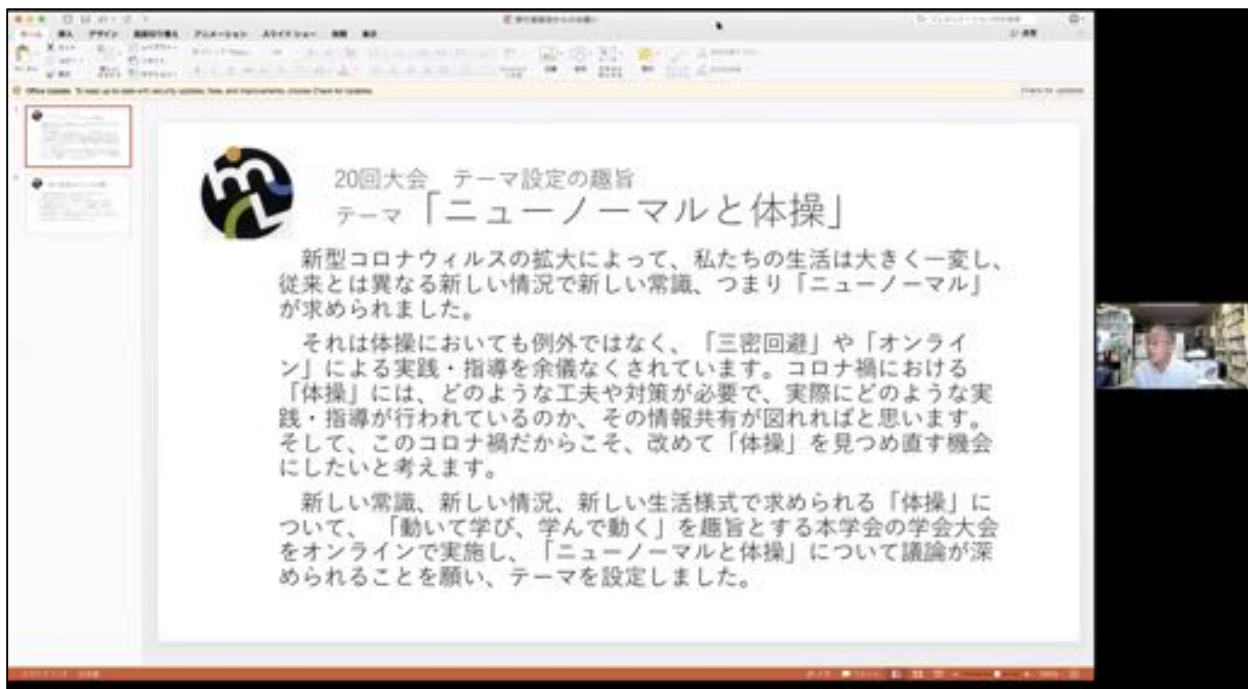
このような中、令和3年3月13日には新しい学会大会の形態としてオンライン会議ツール（Zoom）による第20回大会が開催されました。その中で、このような状況だからこそ「いつでも」「どこでも」できる体操の指導・研究に携わる本学会は社会への情報発信が必要ではないかということが再確認されました。

今年度も本学会会員を継続いただき、さらなる体操の普及発展にお力添えいただければ幸いです。どうぞよろしくお願いいたします。

日本体操学会第20回学会大会報告

第20回学会大会が、Webにて開催されました。

- 開催日 2021年3月13日（土）：基調講演、ワークショップ、インパクトプレゼンテーション
オンデマンドによる研究/実践発表 3月12日（金）～3月21日（日）
- テーマ ニューノーマルと体操
- 学会大会の内容（日本体操学会 HP 参照）<https://taisou.jp/convention/info>



20回大会 テーマ設定の趣旨
テーマ「ニューノーマルと体操」

新型コロナウイルスの拡大によって、私たちの生活は大きく一変し、従来とは異なる新しい状況で新しい常識、つまり「ニューノーマル」が求められました。

それは体操においても例外ではなく、「三密回避」や「オンライン」による実践・指導を余儀なくされています。コロナ禍における「体操」には、どのような工夫や対策が必要で、実際にどのような実践・指導が行われているのか、その情報共有が図られればと思います。そして、このコロナ禍だからこそ、改めて「体操」を見つめ直す機会にしたいと考えます。

新しい常識、新しい状況、新しい生活様式で求められる「体操」について、「動いて学び、学んで動く」を趣旨とする本学会の学会大会をオンラインで実施し、「ニューノーマルと体操」について議論が深められることを願い、テーマを設定しました。

挨拶・オープニングイベント

後藤洋子学会会長より開会の挨拶があった。その後、オープニングイベントとして、鈴木慶子大会実行委員より、日本体操協会が発信している「The Taiso」の日本体育大学・新潟大学・駿河台大学・筑波大学の学生によるコラボ映像、「昆虫太極拳」の映像紹介があった。開会にふさわしい、笑顔あふれるオープニングイベントであった。



ワークショップ

ワークショップは、「姿勢と呼吸 ～対話・感覚・経験～」をテーマに、トータルフィットネスコーディネーターの中尾和子氏により行われた。コロナ禍のこのような時代だからこそ、自分のからだに目を向けることが大切であり、①からだに意識を向ける、②平衡・均等・対称、③力を抜く、以上3つを複合的に行うことであると述べられた。このことを椅子に座った状態で、からだをマッピングしながら少しの動きで姿勢を整えていく方法を実演いただき実践した。筋肉ではなく骨・関節を意識して、呼吸も合わせていくと、からだは伸びやかになることを実感できたワークショップであった。



基調講演

基調講演は、国士舘大学の細越淳二氏による「子どもの体・動きとこれからの『体づくり運動』を考える」というテーマで行われた。先ず初めに、コロナ禍における子どもたちの生活・運動・体力変化の実態と学校体育活動時の配慮についてお話があった。続いて、子ども達の体の動きの今日的課題から「しっかり（思いっきり・ダイナミック）」動ける体や動きをゴールイメージとする「体づくり運動」とそのための「小さじ一杯」の工夫を取り入れた授業づくり（場の設定・仲間との協同・課題設定・指導法）の提案について学校現場での授業実践を例に紹介されていた。参加者との画面越しでの手遊びや双方向のやりとりといったさまざまな「小さじ一杯」の工夫が織り交ぜられた講演であった。



分科会活動：キッズ、学校体育、中・高齢者

<キッズ分科会>

キッズ分科会では、「コロナ禍でのキッズ向け体操」、「イメージから広がる動き、思わず動き出してしまう体操」、「キッズ分科会体操データベース」の3つのテーマで活動がおこなわれた。「コロナ禍でのキッズ向け体操」では、早川ひろみ氏により、縄を使用した幼稚園5歳児



の活動について報告があった。「イメージから広がる動き、思わず動き出してしまいう体操」については、しかのてつや氏の楽曲「ふわふわくも」、「ポップコーン」、「ヘリコプター」をテーマに、分科会メンバーによる親子体操の活動案が動画にて紹介された。また、「キッズ分科会体操データベース」について紹介があり、今後のコンテンツ充実に向けて提案がなされた。いずれも、活動場面を画像や動画にて紹介した発表であったため、実際の子どもや親子の活動する際の様子がよく分かり、活発な議論がなされていた。

＜学校体育分科会＞

2名の先生からの小・中学校現場での実践報告があった。一つ目は奈良教育大学宮尾夏姫氏による小学校「体づくり運動（多様な動きをつくる運動：ラダーを使ったリズムステップと縄跳び運動）」の授業概要と成果報告、ICTの活用提案があった。二つ目は駿河台大学鈴木慶子氏による中学校「体づくり運動（運動の計画を立てる）」の授業概要と授業内で取り入れた運動計画づくりワークの紹介があった。各実践報告については参加者から多くの質問があり、活発な議論がなされていた。



＜中・高齢者分科会＞

中・高齢者分科会のテーマは、「コロナ禍以降に求められる中高齢者の体操プログラム」で、京都先端科学大学吉中康子氏の進行で実施された。

まず、理学療法士の立場から求める体操のミニ講演と鼎談の動画(16分)を視聴した。理学療法士の方たちは、ハイリスクアプローチ（個別）が中心であったが、コロナ禍でポピュレーションアプローチに移行してきている。また、内容が単調でつまらないなど自宅では継続できない人が多いことから、体操専門家とのコラボで新たな方法を希望していることが報告された。

次に、自己紹介とコロナ禍での教室や活動状況の紹介があった。実施できない時期もあったが、YouTubeなどで動画を配信して自宅での体操を促したり、公園で実施したり、人数を絞って開催したりと工夫をして活動を続けている様子がわかった。

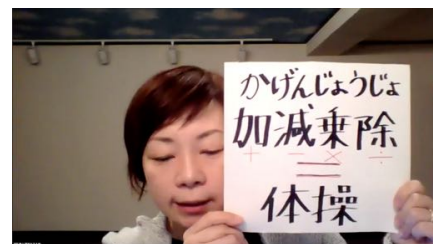
今後の分科会の活動として以下の提案があった。

- ・ 偶数月の23日に定期的な分科会を開催し、多様な体操の紹介
- ・ 日本だけでなく、世界中の体操を集めて、集団や個人で心身状況に合わせて利用できるカテゴリー化したデータベースづくり
- ・ 体操のリーフレットや動画づくり
- ・ 分科会の運営委員会を組織する



インパクトプレゼンテーション

オンデマンド方式にて公開されている公募研究・研究発表・実践報告について、インパクトプレゼンテーションがおこなわれた。各発表者がオンライン開催ならではの「インパクト」のあるプレゼンテーションをおこなっていた。



閉会式 情報交換会

閉会挨拶：副会長である吉中康子氏と長谷川聖修氏から挨拶があった。

<情報交換会>

日本体育大学小柳将吾氏の進行で、体操メドレー（ラジオ体操・手軽な体操・The Taiso）の紹介があり、一緒に楽しく動いた。

ラジオ体操は、ラジオ体操連盟の藤元直美氏から連盟の活動やラジオ体操だよりの紹介があった。さらに、決まったやり方だけでなく身体・体調・状況に合わせた動き方が勧められ、日本体育大学の三宅良輔氏が作成したハッスルラジオ体操の動画と共に動いた。手軽な体操は、昨秋の体操研究集会で紹介されたティッシュペーパー・レジ袋・トイレットペーパーを使って自宅で楽しく動ける体操を、日本 G ボール協会の沖田祐蔵氏・鈴木幸光氏が実演した。「The Taiso」は、日本体操協会が作成した動画を用いて、ショートバージョンの解説と一連の動きが紹介された。



また、来年度の体操研究集会についてアイデア募集の案内があり、HP の「お問い合わせ」にて意見を募集することが告知された。

オンデマンド研究発表・実践報告

今回の体操学会はオンライン開催であることから研究発表・実践報告はオンデマンドによる資料、動画投稿で3月12日～21日に公開、発表者への質問感想のコメントは学会HP上で受け付け、発表者が回答するスタイルで実施された。

令和2年度日本体操学会理事会／総会報告

令和2年度日本体操学会総会が、9月12日（土）にZoomを活用して開催された。

第20回大会は、当初東京オリンピック・パラリンピックが開催されるため、2020年度に開催しない予定であったが、Webを活用して2021年3月に開催することが決定し、準備を進めていくことが決まった。

編集：日本体操学会広報委員会 檜皮 貴子、砂田 真弓、鞠子 佳香、古屋朝映子、鈴木 慶子