

年長児のスキークの取り組みについて（2）

— 北海道文教大学附属幼稚園年長組のスキーク授業の展開 —

平岡 英樹・小田 進一・小西 悦子・山本 里美子・村中 大御

はじめに

昔からスキーが「冬の文化」として育ってきた北海道であるが、昨今中学校でのスキーク授業がなくなってきたこと、札幌市は『雪』に関する学習活動の推進として、スキーク学習モデル校事業を行ってきたことは、昨年の「年長児のスキークの取り組みについて」で述べた。

その状況に手をさしのべたのが「財団法人 札幌スキーク連盟」である。2005年度モデル校に全日本スキーク連盟（SAJ）公認指導員を派遣し、スキーク授業の支援活動を行い、翌2006年度からは札幌スキーク連盟教育本部事業として本格的に取り組む現在にいたる。

札幌市立中学校のスキーク授業実施校は次のとおりである。（登山 2007）

全市 99 校中

年 度	1999	2000	2001	2002	2003	2004	2005
実施校	89	88	82	54	43	38	33

と最大3割程度にまで減少したが、札幌スキーク連盟の活動も波に乗り、2012年度は90%近く実施予定だそう。なお、札幌市立の小学校では時間数は減っているものの100%実施している。

上記資料でもわかるように、全ての札幌市立小学校ではスキーク授業を取り入れているため、小学校入学前にスキーを経験しておきたいという親の希望は多い。また、中学校のスキーク授業が復活することにより「スキー人口」の底辺が拡充され、今後スキー人口全体が増えることへの期待は大きい。

5～6歳児は、神経機能が著しく発達する時期でもあるので、その時期に、バランス能力や様々な動きに対しての適応能力を身に付ける上で、スキーク技術の向上が「バランス力・適応力」の獲得に繋がるのであれば重要な取り組みと言える。

スキーク学習（体験）2010・2011年度の実践を比較検討することにより、2012年度へ向けて新たな課題や指導法、指導内容の改善を図る。

1 スキーク学習の内容

1) インストラクターと班編制

インストラクター：SAJ（全日本スキーク連盟）公認準指導員・指導員

アシスタント：附属幼稚園教諭

：附属幼稚園保護者ボランティア（リフト同乗者）

班	事前アンケート	実際の技術
	技術レベル	技術レベル
A (上級) 班	ハの字でスムーズなターン可能	ハの字でゆっくりターン可能
B (中級) 班	ハの字でゆっくりターン	ハの字でまっすぐ滑り降りる
C (初級) 班	ハの字でまっすぐ滑る	ごくゆるい斜面をまっすぐ滑る (ハの字をキープできない)
D・E (初歩) 班	未経験	未経験, 平地滑走

グループ分けは例年通り保護者からの申告によるが、やはり保護者の認識と実際のこどもの技術に差がある。

考えられることは、保護者自身が「スキー技術」をあまり理解していないことと、自分のこどもがどれくらい滑ることができるのを見る・理解する機会が少ないことがあげられる。したがって、スキー場初日には、実際の技量を見極めてグループ間での入れ替えを行った。

また、例年通り講師の数に応じて、できるだけ少人数でグループ編成ができるよう配慮し、加えて技術の習熟度により、グループ間の移動を積極的に行った。



ごくゆるやかな斜面を階段登行で登りまっすぐ滑る
(初歩)

2) スキー学習の内容

2010 年度

場所	回	学 習 内 容
園 庭	①	スキーウェア・スキー靴の着脱. スキー靴での歩行(ストック未使用・使用).
	②	片方・両方スキーを着けての歩行・滑走・スケーティング (ストック未使用・使用).
Fu's スノーエリア	③	KIDS ゲレンデで、歩行・方向転換、平地滑走. 転び方・立ち方の練習.
	④	階段登行, 斜面での移動, まっすぐ滑る, 停止. Aグループはゲレンデを滑る.
	⑤	A班はリフトを使って滑走, それ以外は KIDS ゲレンデで滑走.
	⑥	A班はリフトを使って滑走, それ以外は KIDS ゲレンデで滑走.
	⑦	A・B班はリフトを使って滑走, それ以外は KIDS ゲレンデで滑走.
	⑧	全員リフトを使ってゲレンデを滑走.

2011 年度

場所	回	学 習 内 容
園 庭	①	スキーウェア・スキー靴の着脱. スキー靴での歩行 (整地→不整地). ストックの持ち方・ストックを使用し歩行.
	②	片方・両方のスキーを着けての歩行 (ストック未使用・使用).
Fu's スノーエリア	③	KIDS ゲレンデでストックを使用して歩行・平地滑走.
	④	KIDS ゲレンデでストックを使用して歩行練習, 上手くできたグループは ごくゆるい斜面を登り真っ直ぐ滑る.
	⑤	A 班はリフトを使って滑走, その他は KIDS ゲレンデで平地・斜面滑走.
	⑥	A・B 班はリフトを使って滑走, その他は KIDS ゲレンデで平地・斜面滑走.
	⑦	インフルエンザによる休園.
	⑧	全員リフトを使ってゲレンデを滑走.

2 2011 年度のスキー学習

1) スキー学習の実際

i 園庭での練習 (1・2 回目)

スキーウェアを着ての体操, 加えてスキー靴を履いての体操, スキーを着けての動きと普段とは違う状況での動きには経験者とそうでない子どもでは差があることは理解していることだが, 特に初心者の初歩的技術, 歩く・滑る (平地)・立ち上がるなどの技術練習にもう少し時間をかける必要がある. 練習はしているのだが, 実際にゲレンデに出ると子ども達はかなり戸惑っているようだ.

ii スキー場での体験 (3 回目～)

ほぼ全員が「早くゲレンデで滑りたい」「早くリフトに乗って, 上から滑りたい」という意欲の向上を目的とした早い段階でスキー場へ連れてきた効果が今回も見られた. しかし, 園庭で練習したことがほんの少し傾斜があるだけでうまくいかず苦勞する子どもも多かったが, 転ぶこと自体も楽しんでいるようで, 雪遊び感覚で取り組めたのはよかったと思う. ただ, 楽しんでいる反面, 転ぶと自力では起き上がれない子どもが多く, 転んだ後の起き上がり方をもっと平地でトレーニングしておく必要があると感じた. また, 斜面に立っていることができない, プルークスタンス (ハの字) を維持できないなど, 昨年と同じ状況が多く見られたので, ゲレンデへ出る前の練習内容を再考する必要がある.

iii グループ編成による指導

初歩・初級グループは 3～5 人でひとグループを編成したが, 可能な限り少ない人数で編成できるようにしたい. 理想はマンツーマンだが, インストラクターの人数によって変動がある.

A グループ (経験者) は 5 回目からリフト利用

となったが, 可能であれば 3 回目からリフトを使用し滑走させたい.



スピードに慣れ, プルークスタンスからパラレルスタンスに近づいた滑り

特に経験のある子どもたちは、長い距離を何度も滑り降りることがスキルアップにつながることは明確である。

Bグループは6回目からリフト利用、可能であれば4回目か5回目からリフトを利用したい。

7回目はインフルエンザのため休園になったことは非常に残念である。

8回目はC・Dグループが1本だけリフトを利用したが、それまでできなかったターンがゲレンデを滑り降りたとたんにできるようになる子どもがいたり、KIDSゲレンデではなかなか上手くできなかったターンが、ゲレンデを滑り降りるうちにスムーズにできるようになる子どももいた。やはり広いゲレンデでごくゆるい斜面の長い距離を滑り降りることが1番のスキルアップにつながることを改めて実感した。

リフトに乗ること自体を楽しむ姿も見られ、景色を見たり友人や先生を見つけては手を振ったり、声をかける姿は「楽しさ」の現れであろう。

2) インストラクターの指摘

今回のスキー学習でのインストラクターからの指摘は、昨年同様の内容となった。これらは現代の子どもたちに共通した問題点と考える必要があり、今後は以下のことを前提にした指導方法・学習内容を考えていかなければならない。

- ・斜面に立ってられない
- ・スキー板をずらすことができない
- ・ブルークスタンス(ハの字)を維持できない
- ・転ぶと自力で立つことができない



恐怖心からお尻が引け、バランスを取るために腕が前に出る

3) 学習日誌

2010年度からスキー場での各回・各グループの学習内容、または個人の習熟度などを記入し、次回のインストラクターへ引き継いでいる。その結果、インストラクターが変わっても、引き継いだ内容によって学習内容を検討する事ができるので、子ども達にとっても繋がった流れで学習に取り組むことができる。

4) 保護者有志のボランティア

FU'Sスノーエリアは、幼稚園児の場合子どもだけでリフトに乗車することは許可されていないので、子ども1人と大人1人でリフトに乗車しなければならないことは承知したことが、保護者には昨年度もたくさんのボランティア（リフト同乗者）としてご協力いただいた。

早い回では、リフトに乗る子どもが少なく、せっかく来ていただいた保護者が余ってしまうこともあった。また最終日は10名ほどの保護者ボランティアと14名の保護者ギャラリーが来てくださり、スキー学習への期待の大きさが伺えた。

5) 2011年スキー学習の評価

- ①初めてスキーを経験した子ども達は、何もできない状態から、一つ一つできるようになったことを実感でき、最終的にリフトで上がって自分の力で滑り降りてきたことが大きな自信となるだろう。
- ②ウェア・スキー靴・スキーの着脱がままならなかったことが、すべて自分で身支度ができるようになった。
- ③登ること、転倒後に起き上がることなど自分で何とかしようという気持ちが表れていた。
- ④何より小学校でのスキー授業の際に、全て自分で準備ができたこと、リフトを利用しゲレンデを滑り降りたことが何よりの自信となるだろう。
- ⑤幼稚園でのスキー学習が、家庭でもスキーを楽しむきっかけになればと考える。



階段登行の練習

6) 次年度への課題

①保育との繋がり

保育の中で、雪遊びやスキーに対して（安全や周囲への気配り等）もっと期待感を抱くような、話しや動機付けが必要であることは昨年も述べたが、実際の動き（ハの字、Vの字）は雪上へ出てからの練習となっているので、通常の保育の中で、特に脚の形、脚の動きを意識させるような身体の動きを取り入ることを考えていきたい。

②現在の学習の枠組みの見直し

現在の午前中1時間程度だけではなく「昼食を持参して・午後も滑ってほしい」という要望に関しては、様々な問題点があるためすぐには現実とは行かないが、今後検討していきたい。

③日常的な体力作りとの関連

昨年度インストラクターから出された「スキー板をずらすことができない」「プルークスタンス（ハの字）を維持できない」という指摘は今回も同様となったが、「カービングスキーの形状」によるプルークスタンスの維持ができない、スキー板をずらすことができないとうことを踏まえて、それらの技術の習得を目指すカリキュラム、指導法等を考える必要がある。

また冬の外遊び、雪遊びの経験が少ないことによる「斜面に立ってられない」「転ぶと自力で立つことができない」に関しても同様といえる。

④学習内容の検討

今後は、他の幼稚園の実践やスキー学習の頻度、内容等を調査し、引き続き③の様な子ども達に対して、どのような内容が短時間での上達につながるのかという、学習内容、指導方法の検討も必要と考える。

⑤リフトの利用について

経験者は、技術を追求するより長い距離を滑ることがスキルアップに繋がると考え、Aグループは2010年度は4回目から、2011年度は5回目からリフトを利用したが、結果としては効果が出ている



比較的バランスの良い姿勢（手の位置）

ので、2012年度はAグループは3回目から、Bグループは4回目か5回目からリフトを利用したい。

⑥マニュアルの作成について

未経験者の場合、最初の印象で「辛い」「楽しくない」「できない」などという印象を持つとその後の技術の習得もスムーズにいかない。

そのような結果にならないように、マニュアルを作成し、①回目・②回目（園庭）の練習の際、幼稚園の教諭だけでも指導が可能な状況を整えていきたい。また統一した指導内容を他の

インストラクターにも周知することによって、全体の統一性を図りたい。

3 2011年度のスキー学習への保護者の意識

今回は保護者へのアンケートは実施出来なかったが、先に述べたようにボランティアや見学の状況を見ると、様々な部分でスキー学習への期待は大きいと考えられる。

楽しく滑ることはもちろん、技術の向上、ルール・マナーの遵守など精神的な部分も含めての変化も期待するだろう。

スキー学習の内容、こども達の状況・変化など現場で我々が実感していることを、幼稚園を通して報告する事により、保護者にも感じていただきたいと思う。

4 2012年度スキー学習 保育のねらい・内容・留意点

2011年度へ向けて「スキー学習を保育の一部と考え、体力・技術的な一面だけではなく、精神的部分・人間性などの育成も考慮する必要がある」それらを「スキー学習の内容の1つ」という意識を持ち取り組む、というねらいを立てたが、実際に始まると附属幼稚園の教師もインストラクターも考えている余裕が無く、技術の習得がメインとなっていたので、2012年度は文書化する等事前に周知する必要があると考える。

5 おわりに

今回も全日本スキー連盟指導員の有志のボランティアのご協力を得て、全員がリフトを使用し何とか滑走できるようになるという目標は達成できたものの、プロセスに関してはまだまだ改良の余地はある。

スキー学習がこどもの育ちや保育にどの様に影響するのか、また、こどもの育ちや保育における影響を考えた上での指導法やカリキュラムの検討が課題である。

文献

登山一成, 2007, 「学校体育スキー授業の支援事業について」『シュプール 35』: 45-46

The Progress of Tackling the Difficulties of Providing Skiing Classes for the Eldest Infants (2nd Report):

Skiing Class with the Eldest Infants Class of Hokkaido Bunkyo University's Affiliated Kindergarten

HIRAOKA Hideki, ODA Shinichi, KONISHI Etsuko, YAMAMOTO Rimiko
and MURANAKA Daigo

Abstract: 8 skiing classes were provided for the kindergarten's 5-year-olds from January to February in 2011, as had also been provided in 2010. As in 2010, the majority of the children had no skiing experience, and could not slide forward on their skis or maintain the plough stance (a stance with knees coming together which looks like an inverted 'V'), both of which were also major issues in 2010. By the end of the final lesson, all of the children were able to ride the ski lift and ski down a slope without assistance. By comparing and analyzing the progression and contents of the lessons provided in 2010 and 2011, it is possible to provide skiing classes for 2012 that will provide a more efficacious learning experience for the students, and have contents more easily understood by the kindergarten teachers.