

デンマーク海外研修（2017年5月25日～6月3日）で学んだこと

初等部体育教師 森井 宏之

私は25年前にオレロップ国民高等体操学校（現オレロップ体育アカデミー）に留学しており、今回、卒業25周年の同窓会に出席し、研修ができる機会を頂いた。今回の目的は研修で得たことを今後の初等部の生活や授業に活かすことにあった。まず、デンマークで何をしたいのか、何を学びたいのかを考え、次に実現するために、計画表を作成し、できるものとできないものに絞っていった。現地に行って臨機応変に動くことも考慮し、計画表ははっきりしているものだけを記入し、あとはデンマークで直接友人たちに相談しながら、できることを行った。小学校体育授業の指導体験、体育施設見学、学校と公園遊具調べ、ホームステイなどができ、今後の初等部生活に活かせることを考えた。

のか調べる。

I. はじめに

デンマークでしたいこと、学びたいことを挙げて、具体的に実践できる計画案を立てた。以下は実際に実現できたもの。

<自由学園の紹介>

- ・2015年に体操会でオレロップエリートチームと初等部生たちが合同発表したのでその取り組みをデンマークの人達に紹介する。
- ・デンマークの人たちに自由学園を知ってもらえるように自由学園初等部のパンフレットを配る。

<デンマークの小学校>

- ・デンマークの小学校を見学する（2校）。
- ・デンマークの小学校で初等部の体育でしているオリジナル準備体操と体操会でした体操の授業をする。
- ・デンマークの子どもたちがはまっている遊びや伝承遊びがあるかどうか調べる。
- ・デンマークの小学生にアンケート調査をする。
- ・デンマークでの体操が学校生活にはどのように生かされているかを調べる。
- ・デンマークでの環境教育の実践がどのようなものか、分かる範囲で見学する。

<市の体育センター見学>

- ・スベンボー市の体育館の見学

<教材・教具>

- ・良い教材、教具を見つけてくる。

<体力測定>

- ・日本の体力測定のようなものが、デンマークにある

<生涯体育>

- ・体操を楽しむ姿を学ぶ。
- ・体操以外のスポーツの取り組み

<デンマークと自由学園の交流の可能性>

- ・デンマークとの今後の交流の可能性を見つけ出す。
- ・デンマークの自然環境と生活を体験し、自由学園の自然環境と生活を考える。
- ・デンマーク語を覚えてくる。
- ・自由学園全体（生活団～学部～教師まで）でできる体操の模索をする。いずれデンマークや他の国の人みんなで体操し、言葉の壁を乗り越えるようなもの。

<パルクール（フランス発祥のスポーツ）>

- ・オレロップ体育アカデミーのパルクール施設を見学する。
- ・初等部でのパルクールの可能性、教材として取り入れることができるのか？デンマークの小学生でしていることはあるのか？などを調べる。

<オレロップ体育アカデミーの体操発表・施設見学>

- ・エリートチーム体操演技発表見学
- ・体育施設見学

II. 日程

5月25日（木）：成田国際空港→コペンハーゲン
空港（カストラップ空港）15：30着（現地時間）→ボーディングボード（ホームステイ）

- 26日(金): ボーディングボード→フュン島
ジュールリーアム小学校18:30着
同窓会参加 ジュールリーアム小学校宿泊
- 27日(土): オレロップ国民高等体操学校卒業生会
オレロップ体操アカデミー体操発表・施設見学
日本人知人宅に宿泊し、ボーリング体育学校の先生に話を聞く
- 28日(日): スベンボー市の体育館見学
日本人知人宅に宿泊
- 29日(月): スベンボー市～シルケボー市へ移動
ホームステイ
- 30日(火): ハメゴム小学校・デュブケア小学校の
2校で体育授業実践と見学 ホームステイ
- 31日(水): シルケボー市～コペンハーゲン市へ
移動
- 6月1日(木): コペンハーゲン市⇄グリーベ市へ
移動 デンマークの友人宅訪問
- 2日(金): コペンハーゲン中央駅→
コペンハーゲン
空港15:45発(現地時間)
- 3日(土): 成田国際空港9:30着(日本時間)

Ⅲ. デンマークの小学校での体育指導特別授業体験

5月30日(火) オレロップ国民高等体操学校時代の友人の勤めている Hammerum(ハメゴム)小学校で特別に体育授業をさせてもらった。対象学年は9歳の第3学年(日本の4年生)で、40名のクラスであった。この学校では体育の授業は行われていなかった。目的は自由学園初等部で行っているオリジナル準備体操や体操会で行った「1. 2. 3年体操」の指導を行うことで、自分自身の指導スキルを高めると同時に、いつかデンマークの子供たちと初等部の子供たちが一緒に体操をする機会があった時に、どのように進めたらよいか少しでも参考になればと思ったこと(オレロップ体操エリートチームと初等部の子供たちは2015年に特別授業をし、一緒に体操会で合同発表をしたが、デンマークの小学生にはさらに細かい指導が必要と感じた為)。また、簡単なアンケート調査を行い、デンマークの小学生の様子を少しでも理解すること。別の小学校 Dybkær(デュブケア)小学校の学童で体を

使った文化交流として日本の伝承遊び、「だるまさんが転んだ」を行った。



ハメゴム小学校



体育授業の様子

デュブケア小学校の学童教室



「だるまさんが転んだ」をすぐ理解し、楽しく遊ぶ(左)
折り紙を折るとみんな興味をもって集まる(右)

<今後の可能性>

オリジナル準備体操や1. 2. 3年体操は体育の授業を行っていない割に、上手によく体を動かし、授業を楽しんでいた(映像あり)。また、「だるまさんが転ん

だ」はよくルールを理解し、日本の子供たち同様に楽しんで取り組む姿が見られた。デンマークの子供たち

も、日本の子供たちも同じところで盛り上がり、言葉や文化は違っても基本的な部分は同じように感じた。もし、デンマークの小学生と初等部生が合同での授業を行う機会があったら、どのように進めたらよいか、いくつかの可能性を見出すことができ、お互いの文化交流にもつながることを確信した。体育以外でも初等部とデンマークの小学生たちの交流が期待できる。今後、国際交流活動が実現できるようにチャンスがあればさらに取り組んでいきたい。今回、簡単なアンケート調査を行い、どのようなことに興味があるのか、将来の夢などを調査した。アンケート調査を実施するにあたり、1つ大きな事実が分かった。それはデンマークの子供たちは字を書くことがあまり得意ではないことであった。読むことや聞くことはできるが、書くことは教育であまり重点が置かれておらず、10歳でもデンマーク語が書けない人がいた。ICT（情報通信技術）教育が進んでいるようで、タブレットの使用で字を書かなくても済んでしまうからだろうか。アンケート調査は学校の先生にお願いをして後日、友人が日本に送ってくれることになり、無事に送られてきた。このアンケート調査を初等部の子供たちにも行い、デンマークの子供たちとの共通点、違いなどを調べてみたい。

IV. スベンボー市の体育館施設見学

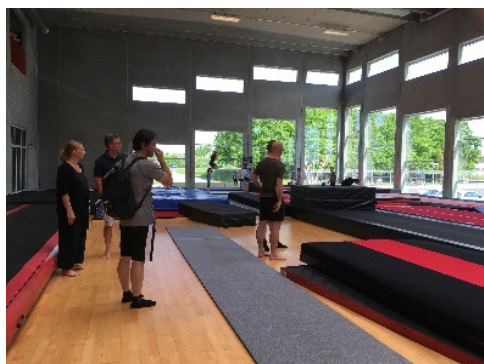
5月28日（日）市の体育館はどのような施設かオレロップ体育アカデミーに近いスベンボー市の体育館を見学した。この体育館の館長が留学時代の友人で見学の申し入れを快諾してくれた。この日は日曜日で一般開放していた。毎週日曜日は一般開放しており、日本円で約700円支払うと1日利用できる。スベンボー市には体操チームがあるが、この日は別の都市で体操の発表会があり、残念ながら練習風景は見られなかった。技を習得するために、器具や施設の配置関係に工夫が多く見られた。とにかく広い体育館であった。隣接の建物にはプールが完備されていた。



体育館入り口（左側）とプール施設（右側）



マットの高さが調整でき、斜面にすることもできる



タンブリングホール



どの器具にもタイヤが付いて移動がしやすい



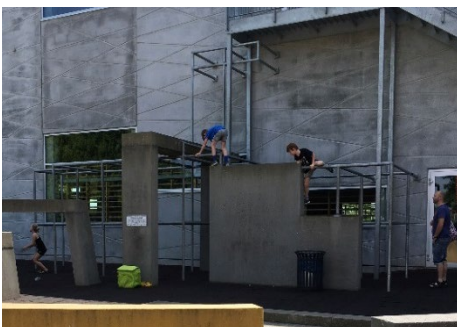
ローラーが回転するので、バック転や
ハンドスプリングが1人で練習できる



ボルダリング施設は体育館廊下にあった



子供用体育施設



体育館屋外にパークール施設 クッション性の地面

が埋め込まれている

毎週日曜日に、これだけの施設が一般に開放されていることが素晴らしい。効率的な技の練習のために器具が工夫されており、その出し入れのしやすさも負担なく、安全に配慮したものが多かった。

V. 公園遊具と学校遊具

デンマークの学校遊具と公園遊具にはどのようなものがあるか調べてみた。公園にも学校にもユニークな遊具や遊び道具があり、少し危険と思われるものでも、自己責任として置いてあるように感じた。今回の遊具調べて初等部でもできそうなものや今後あったらいいと思うようなものを見つけてくることができた。

<公園遊具>



クロスしているシーソー



木製メガホン 中で声を出すと大きく聞こえる

<学校遊具>



ベンチが木琴になっている



六角形で向き合う
タイヤブランコ

VI. 研修を終えて

今回の研修で学んだことをどのように活かしていくか、今後の可能性を自分なりに考えた。

<体育の授業では>

・市の体育館にあったハンドスプリング、バック転の補助具を大きなバランスボールに替えて行う。・パルクール施設は鉄パイプなどの組み合わせで遊具のようにも活用できる。子どもの時にバランス感覚を養い、体幹を自然と鍛える取り組みができる。・モニターでの技の確認システムは費用が少し掛かるが、少し内容を工夫すればできる可能性がある。・跳び箱やマットなどの器具の出し入れは、やはりデンマークのようにキャスターが付いていると出し入れがしやすいので、台車をこれまでと同じように手作りして増やし、器具を乗せて置くようにする。・トランポリンは空中感覚を養う物に優れているが、学校体育としての取り組みは安全面と取り組める人数が少ないことで効率が悪いので難しい。

<国際コミュニケーション>

・体育の授業をさせてもらった中でデンマークの小学生は日本の子供たちと同じような反応をしていたので、特に体を動かすことでコミュニケーションが取りやすい。もし、初等部の子供たちと体育の授業でコミュニケーションを取る機会があったら、だるまさんが転んだや10秒チャンピオン(初等部の子供たちが授業前に行っていること)の導入から体操などの授業交流もできそうである。・子供は言葉が通じなくても言葉の壁を越えて遊べる。・体育以外にもデンマークの小学校と情報交換や文化交流などの可能性は友人を通してお願いをすれば出来そうである。

<デンマークの国のサポート>

・国のサポートが国民に直結しているように感じた。お金を掛けてほしいところにお金を掛けている。・教育費、医療費、福祉のサポートなどが充実、将来の心配なくお金を使うことができる。そのため、経済は上手く回っているようだ。・労働時間、残業手当、休日日の保証・デンマークでは長期休暇が保証されている。良い仕事をするには気持ちにゆとりがないといけない。仕事の時間も大切だが、偏りすぎるとよくない。余暇の時間も大切に、生活環境を整えることが重要。特に教師は色々な経験が教育の幅を広げることになるから、余暇は大事な時間となる。

<自己責任と危険予知>

・公園、学校遊具には日本には無い遊具が多かったが、日本では危険だと思うような物でも設置されていた。自己責任の意識の高さが見られた(昔の日本では問題にならないものではないかと感じた)。また、各家庭には地面に埋められたトランポリンも多く見られ、遊具として子供たちが遊んでいた。一時、骨折する子どもたちが多かったとの話を聞いた。危険を排除する安全性か、危険を感じる安全性か、初等部はどのように考えて行くか課題を感じた。

<環境>

・デンマークは風力発電が多く、自転車大国。自転車が普及することで環境にもやさしく、健康維持にも役立ちそうであるが、実際にコペンハーゲンでの自転車通勤ラッシュを目の当たりにすると、自転車専用道路がしっかりと整備されていない日本では難しい。・今回の時期は夜10時くらいまで陽が沈まなかったため、1日の時間がとても長く感じた。友人宅では外が明るい分、外出もしやすく余暇の時間を確保し、家族で過ごす時間を大切にしているようであった。自然環境は異なるが、基本的な考え方を学ぶことで、日本でも出来ることがあると感じた。

VII. おわりに

今回、20年前とは違った視点からデンマークを見ることができたのは大きな収穫であった。その理由として友人宅にお世話になり、デンマークの家庭の様子がおへたこと。また、友人たちも私自身も生活環境が大きく変わったことである。友人と話す内容は仕事や子供、それぞれの生活環境についての内容が多く、私と同じように小学校の教師になった友人や警察官、高校教師、大工、市の体育館館長、軍人などさまざまな立場の友人の話が聞けたことであった。友人たちの協力で、貴重な体験をすることが出来た。この時期にデンマークに来られたのは本当によいタイミングであった。

今回の研修に至るまで、たくさんの方のご協力があったことに感謝し、それに報いる為にはこの研修で得た事を必ず次につなげて行くことだと、改めて感じた。

