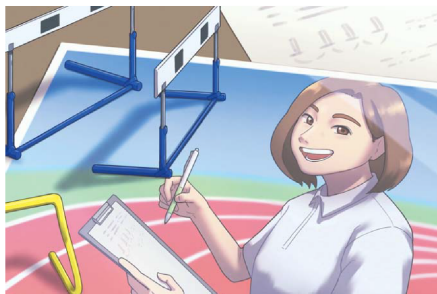


ハードル走は好きですか？



杉本和那美准教授

走」についての研究です。みなさんは学校の授業で、ハードル走に挑戦したことがありますか？挑戦したことがある人は、ハードル走に対してどのような感想を持ったでしょう。



学校の先生からは、何を指導して良いのか、どのような良いのかわからないと言った声をイラスト・弘前大学大学院地域共創科学研究科 赤沼しおり

件があります。さらに、設定に合わせて走るリズムや跳び方も変えなければいけません。このように、ハードル走はさまざまな条件や技術を伴う複雑な種目なのです。そしてこの複雑さは、研究自体も困難にしています。そのため、子どものハードル走に関する研究は少なく、適切な設定条件や技術の習得段階などが

不明確なままであるため、これらを解明していくことが重要となっています。運動を科学で解き明かす杉本先生は、科学的な視点から、子どもたちが行うハードル走について分析をしています。では、どのように

分析をしているのでしょうか。まずは、子どもたちがハードル走をしている様子を撮影します。そこから、身体の動きを分かりやすく可視化したり、腕や脚の角度を数値化したりします。これが、科学的に分析することの大きな

特徴です。これにより、習熟過程や上手な身体の動かし方を明らかにしています。そして杉本先生は、それを教育現場で活用させたいと考えています。そうすることにより、学校の先生も教えやすくなり、子どもたちも取り組みやすくなります。

研究室では、学生それぞれが、運動やスポーツに関する研究をし

学校でも指導難しく

探究心旺盛な小中高生の皆さんに向けて、弘前大学の先生たちのユニークな研究を紹介するこの連載。今回は「子どものハードル走」について、多くの子どもは上手な跳び方が分らない「怖い」と感じたり、学校の先生も指導の難しさに悩んでいる種目なのです。

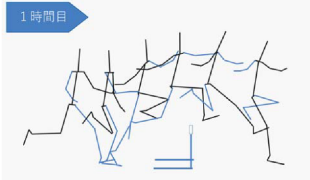
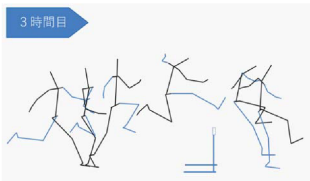
耳にすることもあり、適切な指導が難しい種目です。また、子どもたちが苦手意識を持ちやすい種目でもあります。その原因は、ハードル走ならではの複雑さにあります。ハードル走は、ハードルの高さやハードル間の距離を設定しますが、その設定には年齢や体格など、多くの条



((32))



小学生ハードル走の連続写真とスティックピクチャー



第32回の先生杉本和那美准教授【教育学部／保健体育講座】記事のバックナンバーは左の二次元コードからどうぞ。次回の掲載は7月29日です。お楽しみに。(担当：弘前大学研究・イノベーション推進機構、ライター：人文社会科学部4年 鹿内日愛)



※この画像は、当該ページに限り陸奥新報の記事利用を許諾したものです。

転載ならびにこのページへのリンクは固くお断りします。 令和6年7月1日 陸奥新報掲載