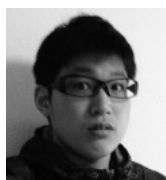


■WAVE/“遊び”は“学び”の宝庫	菅野 静二… 3
■アクセス ナウ! /教育再生のカギを握る“社会的親”	杉本 厚夫… 4
■実践報告 / 6年生・鉄棒運動 (『水島宏一の器械運動アプリ』を使った授業) ・iPadアプリで子どもの動きが激変する!	吉田 知寛… 6
■実践報告 / 3年生・フラッグフットボール	鈴木 智博… 10
■こんなときは? 教えて! 体育指導のくふうとアイデア	花房真澄男… 14
■連載 / 外野席から (第34回) ・ソチオリンピックの浅田真央選手に乾杯	岡崎 満義… 16
■羅針盤 (第62回) 特集: 体育への提言	
①体育の授業づくり	白旗 和也… 18
②体育と運動の特性	細越 淳二… 20
③体育と学校経営	前川 憲正… 22
④体育と学級経営	小坂 浩士… 23
■ジャンピングロープ特集 / 川崎市 ・体力向上を目指して、元気アップ大作戦!!	佐藤 勝… 24

## ◆◆◆ 著者紹介 ◆◆◆



吉田先生◆3年目の教員です。今年初めての卒業生を送り出しました。縁あって、今回の『こどもと体育』に、器械運動アプリを使った実践報告を掲載することになりました。少しでも先生方の参考になればと思います。



細越先生◆新年度、体育授業と学級経営の観点から、先生方がどのような学級開き・体育授業開きをされたのかが気になります。こういった情報やアイデアの交流ができる場の必要性を感じるようになってきました。



鈴木先生◆8個のメダルを獲得したソチオリンピック。開催期間中の盛り上がりを見て、あらためてスポーツのよさを実感しました。6月にはサッカーW杯があります。子どもたちに運動のすばらしさを伝えようと思っています。



前川先生◆大阪市立の小学校教員を務めたのち、市教育センター所員を経て、小学校教頭・校長を歴任し今に至ります。また、現在は小学校教育研究会体育部長として大阪市の小学校体育科教育のさらなる充実を目指しています。



花房先生◆どうすれば時間をかけずに体育の授業の準備ができるのか日々考えて続けてきました。日常で出来る体育の授業でなければ意味がありません。今年の9月18日、松原小は効率化をキーワードに体育科の研究発表を行います。



小坂先生◆「わかる・できる・かわる」体育授業に向けて、発問と学習過程の工夫を取り入れたハードル走の実践研究を行ってきました。今後も、子どもたちのために「体育科のチカラ」の可能性を追い求めていきたいです。



白旗先生◆大学2年目になり、大学内外に恐ろしいほど肩書きが増えました。中でも新設のSport Promotion Office Directorという役職は、私が初代なので前例がありません。せっかくなので、大変さを楽しみたいと思っています。



佐藤先生◆先輩の先生に誘われて始めたミニバスケットボールチームの指導も、30年になりました。今年も子どもたちと一緒に運動の楽しさをたくさん味わいたいと思います。どんなドラマが待っているか楽しみです。

**近**所に子どもたちの格好の遊び場と公園がある。こんな所で缶蹴りやSケンをして遊んだらどんなに楽しいだろうと思うのだが、土・日も休日も子どもの遊び声は聞こえてこない。一体、遊びが大好きだった子どもたちはどこへ行ってしまったのだろう。

子どもたちの7割以上は、サッカーや野球をはじめ、いろいろなお稽古事に通っているといわれている。それ以外の子どもの、スマホやコンピュータゲームに振り回されている。

積極的に集団遊びをさせようという親は非常に少なくなった。

「勉強なんかしていないで外に行って遊んできなさい！」などと子どもを叱る親を見ることはまずない。遊びの大切さは感じていても遊びの要素はお稽古事で十分まかなえると考えている。

しかし、遊びとお稽古事には大きな違いがある。

遊びは、それがどんな遊びであっても、子どもがやりたいからやるものである。やりたくない遊びは無理してやる必要がない。

一方、お稽古事はやりたくなくてもやらなければならないことがある。はじめは子どもがやりたいといっってやり始めたことでも、親の意思や先生の考えでやらされる場面が必ず生じる。

また、親は遊びよりお稽古や勉強のほうに価値があると思っている。「どうせ、そんなの遊びでしょう？」などと、遊びを軽視する言葉が親の口から聞かれることがよくある。

それでは「学び」という視点で考えるとどうか。

遊びにはお稽古事では考えられない「学び」が山のように含まれている。

# ”遊び”は”学び”の宝庫

昔、男の子は路地裏にたむろしてメンコやベーゴマに熱中していた。メンコに勝つためには相当な技術が必要である。その技術は子どもが自分自身の工夫と経験によって見つけ出してきた。足の開き方、腕の振り方、手首の使い方、メンコの曲げ方、ねらいどころ等々。風圧だとか、物理を全く勉強していない子どもが、自然科学の法則にピッタリあった技術を発見し、身に付けていく。

技術だけではない。友達と上手にかかわるために相手の気持ちを理解することも遊びから学んだ。ただ一方的に強いだけではダメだし、負けたときの悔しさは技術を高める原動力にもなった。もちろんさまざまな体力も遊びの中で鍛えられた。

遊びは「学びの宝庫」である。遊びによる学びは、子どものやりたいという意欲や主体性で成り立っている。この意欲や主体性こそ、「学び」の土台になっていたのである。学ぶ意欲の低下が問題になっている今日、子どもたちの主体性や学ぶ意欲を取り戻すためにもスマホやテレビゲームでは得られない遊びの文化をどう継承するかが大きな課題である。子どもの頃、路地裏や集団でたくさんの遊びを体験してきた団塊の世代がほぼ定年退職を迎えた今こそ、子どもと高齢者との交流を通して遊びの文化の継承を図っていく必要がある。



早稲田大学大学院教職研究科講師  
菅野 静二

菅野 静二

すがの・せいじ 1946年、東京生まれ。1992年、小笠原母島小・中学校校長をはじめ14年にわたり公立幼稚園・小学校・中学校の学校経営に携わる。その間、総合的な学習の時間のカリキュラム開発研究、文部科学省小中連携教育実践協力校として、「いのちの教育」カリキュラム開発研究等を行う。著書に『「いのち」の学び方』（編著：金子書房）がある。

# 教育再生のカギを握る “社会的親”



## ■「かくれんぼ」ができない子どもたちは、今

1990年代の半ばから「かくれんぼ」ができない子どもが増えてきた。隠れていても、見つかるように、物音を立てたり、鬼に向かって手を振ったりと、自分の居場所を知らせるのだ。そして見つかったら、「あーあ、よかった」と出てくる。これでは「かくれんぼ」にはならない。また、独りで隠れずに、何人かで一緒に隠れる。だから、まとまって見つかるので、「かくれんぼ」はすぐに終わってしまう。

どうしてこのようになるのだろうか。それは、隠れていて誰も見つけてくれなかったら独りぼっちになってしまうという孤独感から、隠れられないのである。これは、子どもの現実世界が孤独感に対する恐怖で満ち溢れている裏返しである。当時のいじめの特徴は、1人の子を無視し（シカトし）、孤立させることであった。だから、いつも誰かに見ていてもらわないと不安なのである。

しかし、実際にいつも見られているのは煩わしい。そこで、彼らが救いを求めたのが携帯電話である。これなら、実際に見られているわけではなく、しかも必ず誰かが見つけてくれる。ただし、見つけてくれるのは、自分の携帯番号を教えた友人だけである。もし、誰からも電話がかかってこなかったら、逆に「かくれんぼ」で見つけてもらえないときと同じ孤独感を味わうのである。

では、どうすればよいか。誰でもいいから見つけてもらうために、彼らが飛びついたのがツイッター（Twitter）である。ここでは、顔の見えない不特定多数の人々（Someone）に向かって「つぶやく」（ツイートする）のである。それに誰かが反応することで、自分が見られていることを実感し、孤独から脱出しようとする。その特徴は誰かに語りかけるのではなく、あくまでコミュニ

ケーションのベクトルは自分自身であることだ。これだと、他者に発信して無視されるという孤独感を味わうことは回避できる。

そう、「かくれんぼ」ができない子どもたちは今、ツイッターという世界で隠れながらも見つけてくれることを待つ「かくれんぼ」を始めている。

## ■「この指とまれ」ができない子どもたちは、今

例えば、「かくれんぼ」をしようと思って仲間を集めるときは、皆さんならどうするだろうか。「かくれんぼするものこの指とまれ」と遊び仲間を募集するのではないだろうか。「この指とまれ」と言って、仲間を集めることができない子どもも、1990年代の半ばから現れてきた。なぜなら、その指に知らない子がとまったらどうしようと思うからである。つまり、遊びによって、新たな仲間をつくっていくことができないのだ。

「あの子、知らんから遊べへん」

「あほやなあ、遊んだら友達になるんやで」

こんな当たり前の会話は、今はもう聞かれない。今の子どもたちにとって、何をして遊ぶかではなく、誰と遊ぶかが最大の関心事となっている。つまり、遊びの活動内容という「事柄」ではなく、その活動を共にする仲間の「人柄」が重要なのだ。それ故に、常に仲間から嫌われないように、細心の注意を払わなければならない。逆に、そのことが子どもたちの生活を息苦しくしているのである。ベネッセが2004年に行った「第1回子ども生活実態基本調査報告書」によれば、「友だちといつも一緒にいたい」と思う反面、「仲間はずれにされないように話をあわせる」あるいは「友だちと話が合わない」と不安に感じる」となっており、固定化された小集団から、一度追い出されたら新しい集団に入ることができず、独りぼっちになってし

もうという不安から抜け出せないでいる。

このような子どもたちが、大人になって好んでいくところは「個室」のある居酒屋である。完全な個室でなくても、ボックスになっていたりと、すだれやカーテンで仕切ってあったりと、他のお客さんと目を合わすことがないような構造になっている。また、「隠れ屋」と称して、まるで子どもたちがつくる秘密基地のように、誰にも見られることのない個室を売りにしているところもある。この個室は、気の合った者どうしだけで飲食を楽しむ、知らない人と出会い、仲間になっていく場にはなっていない。

また、かつてカラオケはスナックで歌ったものだ。そこでは、自分たち以外の見知らぬ人が歌っている。たとえその人の歌が下手でも、聴いて拍手をするのが礼儀である。そして、それをきっかけに新しい仲間をつくることができた。しかし、現在ではカラオケは「カラオケ・ボックス」で歌い、自分たち以外の人と知り合うことはまずない。

さらに、彼らの日常生活でのコミュニケーションもスマートフォンのコミュニケーションアプリである「LINE（ライン）」によって、知り合いだけの閉じられたコミュニティを形成している。

そう、「この指とまれ」ができない子どもたちは今、相変わらず気の合った仲間だけの濃厚な関係の中で、気を遣いながら生きている。

## ■教育再生のカギ，“社会的親”

このように見てくると、子どもの頃の遊びの体験は、その後の生き方、とりわけ人間関係の形成に大きく影響を及ぼしているといえる。ただ残念なことに、子どもたちにはその体験を変えることも、自らつくり出すこともできない。それは、子どもたちは大人たちが与える環境を、ただ受け入れることしかできない存在だからである。つまり、大人の社会が変わらなると、子どもの社会は変わっていかないのである。

しかし、少しずつではあるが、現代の社会における人間関係に対して違和感をもつ大人が増えてきた。その萌芽を大阪マラソンに見ることができる。大阪マラソンでは、沿道から見ず知らずの人に声をかける。現代の都市社会では考えられない行動が、ごく自然に行われる。「足が痛いのは気のせいや」「ゴールの後には冷たいビールが待つ

ている」と大阪ならではのユーモアあふれる声援は、多くのランナーを感動させ、元気づける。それは、単に「がんばれ」と連呼するのではなく、ランナーの立場に立った「おもしろい」に満ちた言葉だからこそ人々を元気にさせるのだ。

この現象を見ていると、かつてあった大人たちに見守られながら、地域で子どもたちが遊んでいる日常が消えてしまったことに気が付く。そこでは、大人たちが子どもたちに気軽に声をかけ、親に代わって子どもを育てる“社会的親”が存在していた。しかし、現代では、近所の大人に叱られたことのある子は2割に満たず（日本総合研究所「地域の教育力に関する実態調査」2006年）、地域の大人たちは、子どもたちを見て見ぬふりする無関心を装っている。

昨年のNHK朝の連続テレビ小説で人気のあった「あまちゃん」は、東京では、地味で、暗くて、向上心も協調性も存在感も個性も華もない、ぱっとしない高校生の天野アキが、岩手の実家に帰り、海女を目指すことで、それにかかわる多くの地域の大人たちが、時として厳しく、時としてやさしく、時として見守りながら、大人に育てていく“社会的親”のドラマだといっても過言ではない。

この“社会的親”を巻き込んだ教育は、「放課後子ども教室」や「学校支援地域本部事業」などで、すでに始まっている。そのパイオニア的存在ともいえる千葉県の「秋津コミュニティ」では、地域の大人たちが学校と一緒に子育てをし、そこで育った子どもたちが大人になってまた帰ってくるというよい循環が出来上がっている。つまり、これは“社会的親”を育てる活動だといってもよい。

課題を抱えている学校が地域に呼びかけ、地域の大人たちが学校で清掃活動をしたり、花を植えたりして、“社会的親”がかかわることで課題を解決した学校は枚挙にいとまがない。大阪市立桜宮高校での体罰による生徒の自殺は、正課と課外の狭間で起こった不幸な事件だが、もし、そこに地域の大人たちがかかわってしてくれたら、未然に防げていたのではないかと思う。つまり、家庭における親や学校の先生とは違った地域の大人である“社会的親”が子どもたちの教育を再生するカギを握っているといえるだろう。

## iPadアプリで子どもの動きが激変する！

東京都千代田区立千代田小学校教諭 吉田 知寛

## はじめに

「水島宏一の器械運動アプリ」（光文書院）を活用して、第6学年の鉄棒運動の授業を行った。

小学校学習指導要領解説体育編、高学年の器械運動領域では技の例示の中で「技が安定してできる」、また「スムーズに下りる」といった言葉が使われている。

これらのことを意識して児童が学習できるように、オリエンテーションで次のことを伝えた。

「自分のできない技をできるようにすることはもちろんですが、できる技をより美しくできるようにするのも学習です」。

具体的には授業の中で「できる技を美しくする時間」を設け、その時間を中心に「器械運動アプリ」を活用して学習を進めることにした。

## 1. 教材研究

1時間の中で「できる技を美しくする時間」を設けるにあたり、鉄棒運動の授業を始める前に、

動きの中から美しい部分を見つけて書き出す！

という作業を行った。

「器械運動アプリ」では、水島先生が実際に技に取り組んでいる映像を見ることができる。映像を再生すると同じ動きが2回繰り返されるようになっている。1回目は通常のスピードで、2回目はスローモーションで映像が流れる。また、2回目はところどころで映像が止まり、ポイントが出てくるようになっている。

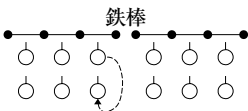
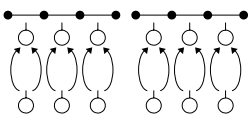
この動画を何回も見て、美しいと思う部分ができるだけ多く書き出していった。実際に、「後方片ひざかけ回転」で私が書き出した美しい部分を次に紹介する。

## 【後方片ひざかけ回転の動きの美しい部分】

- ①「つばめ」姿勢の状態になってから、太ももをかける。
- ②「つばめ」姿勢は頭からつま先まで一直線にする。
- ③太ももをかけたときに、脇を開きすぎないようにする。
- ④ひじを曲げず、真っすぐに伸ばす。
- ⑤太ももをかけたときに、背筋を曲げないようにする。
- ⑥後ろに倒れるときに、頭からつま先まで一直線にする。
- ⑦頭が真下にきたときも、背中を曲げずに、背筋を伸ばす。
- ⑧頭が上に上がるときも、背中を曲げずに、背筋を伸ばす。
- ⑨回っているときは、ずっと背筋を伸ばしたままにする。
- ⑩回っているときに、鉄棒にかけていないほうの足が開いたり曲がったりしないようにする。
- ⑪回り終わったら、静止する。
- ⑫ひじを曲げずに真っすぐに伸ばしたまま静止する。
- ⑬背筋を伸ばしたまま、太ももをかけた姿勢を保つ。
- ⑭脇を開きすぎないように、太ももをかけた姿勢を保つ。

この作業を「器械運動アプリ」で示されている「前回りおり」「さか上がり」「前方かかえこみ回り」「後方かかえこみ回り」「後方片ひざかけ回転」「片足踏み越しおり」のそれぞれの技についても、同様に行った。

## 2. 単元指導計画

1	2	3	4	5	6 (時)		
<ul style="list-style-type: none"> <li>○学習の流れの確認</li> <li>○準備運動の確認               <ul style="list-style-type: none"> <li>・手首足首</li> <li>・カエルの足打ち</li> <li>・登り棒でぶらさがり</li> <li>・登り棒をのぼる</li> <li>・うんてい</li> <li>・手押し車 など</li> </ul> </li> <li>○オリエンテーション</li> <li>○グループづくり</li> <li>○慣れの運動の確認</li> <li>○できる技の確認</li> </ul>	○「準備運動」と「めあての確認」						
	<p><b>慣れの運動</b></p> 		<p><b>鉄棒</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○指示された順にグループごとに「慣れの運動」に取り組み、技が終わったらグループの列の最後尾に並ぶ。</li> <li>・ダンゴ虫…3秒    ・ダンゴ虫…5秒    ・ブタのまるやきジャンケン</li> <li>・足抜き回り…前後    ・前回りおり…連続3回</li> </ul>				
	<p><b>できる技を美しく</b></p> 		<ul style="list-style-type: none"> <li>○グループごとに1人の児童が技に取り組み、他の子はアドバイスをする。</li> <li>○各班交代でアプリの映像を見に行く。</li> <li>・さか上がり    ・前方かかえこみ回り    ・後方かかえこみ回り</li> <li>・前方片ひざかけ回転    ・後方片ひざかけ回転</li> <li>・片足踏み越しおり    ・前回りおり    ・転向前おり</li> </ul>				
<p><b>できない技に挑戦</b></p> <p>(活動体系は上と同じ)</p>		<ul style="list-style-type: none"> <li>○グループごとに1人の児童が技に取り組み、他の子はアドバイスをする。</li> <li>○アプリの映像は自由に見に行く。</li> <li>・さか上がり    ・前方かかえこみ回り    ・後方かかえこみ回り</li> <li>・後方支持回転    ・前方支持回転    ・前方片ひざかけ回転</li> <li>・後方片ひざかけ回転    ・片足踏み越しおり</li> </ul>			<p><b>連続技に挑戦</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○自分のできる技を組み合わせ、連続技に挑戦する。</li> </ul>		
○「振り返り」と「整理運動」							

## 3. iPad活用場面

前述したように、「できる技を美しくする時間」を中心にiPadを活用した。ここでは、「活動の流れ」「支援」「アプリの効果」について報告する。

### 【できる技を美しくする時間の活動の流れ】

- ① 取り組む技を決める。
- ② 特に見てもらいたいところを友達に伝える。
  - ・例…後方片ひざかけ回転で、回っているときに背筋が伸びているかどうか見てもらう。
- ③ 技に取り組む。
- ④ 友達にアドバイスをもらう。
  - ・「器械運動アプリ」の映像を使って作成した学習カードを見ながらアドバイスをする。(学習カードの作り方は後述)
- ⑤ 順番がきたら、iPadの映像を見に行く。
  - ・iPadは1台しかないため、人だかりができないように、班ごとに見に行くようにした。
- ⑥ 映像や友達のアドバイスを参考に、再度技に取り組む。

### 【教師の支援】

- 映像を見るときに着目する部分を教える。
  - ・手首、ひじ、頭、肩、着地、など
- 児童が気づかないときは、ヒントを与える。
  - ・例…「(水島先生の着地が100点だとしたら)その着地は70点だね」
  - 「始まりの姿勢は、80点」。

## 【器械運動アプリによる効果①】

- 後方片ひざかけ回転



器械運動アプリ  
学習カード



- ・ひじ、背筋を真っすぐに伸ばして、回転できるようになった。なかには、1回転しかできなかったのが、連続で2～3回転もできるようになった児童がいた。

## 【器械運動アプリによる効果②】

○前回りおり



器械運動アプリ  
学習カード



・空中姿勢が変わり、着地位置も変化した  
(下の写真)。



## 4. 学習カードの作成方法

自分の取り組む技のイメージをつかむときや、友達の取り組む技を見てアドバイスをしてあげるときなどに使える学習カードを、アプリの映像を使って作成した。その作り方を紹介する。

①「器械運動アプリ」の映像を流す。

・1回目は通常のスPEED、2回目はスローモーションで映像が流れる。2回目はどこどこで映像が止まり、技のポイントが出てくる。

②技のポイントが出てきたところで、iPadの「スクリーンショット機能」を使い、iPadの画面のキャプチャを撮る。

※スクリーンショット機能…電源ボタンとホームボタンを同時に押すとiPadの画面のキャプチャ画像を撮ることができる。

③iPadで撮った画像をPCに取り込む。

④取り込んだ画像をもとに学習カードをPC上で作成し、印刷する。

※実際に授業で使用した学習カードを9ページに掲載しています。

## 5. 「器械運動アプリ」の可能性

「器械運動アプリ」では、次の技の映像を見ることができる。

○マット運動…前転、倒立前転、後転、側方倒立回転

○鉄棒運動…さか上がり、前方かかえこみ回り、後方かかえこみ回り、後方片ひざかけ回転、片足踏み越しおり

○とび箱運動…開脚とび、台上前転

このように、小学校学習指導要領解説体育編で例示されているすべての技が網羅されているわけではない。

特に例示技の中の発展技は示範できない教員も多い。示範できない場合、児童に発展技のイメージをもたせることは難しい。このようなときに、「器械運動アプリ」で水島先生が発展技に実際に技に取り組んでいる動画を児童に見せられると、児童は確かなイメージをもって発展技に取り組むことができるのではないかと思う。

今後「器械運動アプリ」で見ることのできる技が増えていくことを、大いに期待したい。

(よしだ・ともひろ)

# 鉄棒運動学習カード

① 前回りあり

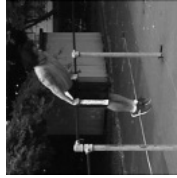


② さか上がり



☆ポイント：着地の位置

④ 後方かえこみ回り



⑤ 後方片ひざかけ回転



③ 前方かえこみ回り



⑥ 片足ふみこし回り





# チームで作戦を工夫し、チーム全員で 勝利する楽しさを求めて

新潟県新発田市立猿橋小学校教諭 鈴木 智博

## はじめに

ゲーム領域は、チームで勝敗を競うことが楽しい運動である。特にゴール型ゲームでは、コート内で攻守入り交じってボールを手や足で操作したり、空いている場所にすばやく動いたりして、仲間と協力して楽しむことができる。

しかし、これまでの実践を振り返ると、運動能力が高い児童が数人で局面を打開したり、1つのボールに対して全員で群がったりするなどチーム全員が得点する喜びを共有することができなかつたように思う。また、ゲームとのつながりのないボール操作の練習に時間を割いたり、単にゲームを繰り返すだけであつたりしていた。

このような反省から、本実践では「チームで作戦を工夫し、実行する」「ゲームに勝つ」ことをテーマに設定し、運動の楽しさを十分に味わわせたいと考えた。

ゲームの中で作戦が成功し、得点する喜びを実感させることによって「計画する」「協力する」「成功させる」「得点する」といったことを共有することができ、集団的達成感を味わうことができる。集団的達成感を体験することは、今後もボール運動に親しもうとする気持ちをはぐくむなどの効果が期待できると考えた。

## ■単元全体を通して

### 1. 場の工夫

(図1：単元計画表および図2：場の設定参照)  
学習の進展に応じて、コートの大きさを変えたり、コートを区切って得点ゾーンを設けたりする工夫を行った。

「やってみる」段階ではコートを半分に区切った。これは、成功体験を増やすだけでなく、たくさんのゲームを進めていく段階で、チームとして協力して動く必要性を実感させたいというねらいからである。

「ひろげる①②」段階では、得点ゾーンを設けてゲームを行った。「1点・2点ゾーン」→「0点・1点・2点ゾーン」→「0点・1点・2点・3点ゾーン」というように、得点ゾーンを増やしていった。そうすることによって、児童は勝ちたいという意識を持続することができたと思う。

### 2. めあてカードに動きのキーワードを提示

チームで決めた作戦にしたがって1人ひとりが動くことによって、個々の動きの技能も高まっていくであろうと考えた。

そこで、個々のめあてカードに「投げる」「走る」「捕る」動きについてのキーワードを掲示し、自分のめあてを立てる際に、キーワードの動きをどれか1つ具体的に書き入れるようにさせた。投げる・走る・捕る動きについて、具体的な動きを自分のめあてとして作戦の中で動こうとすることによって、作戦が必ずしも成功するとは限らないが、個々の技能の高まりが期待できると考えたからである(図3：めあてカード参照)。

### 3. マネージメント技術(図4：ルール参照)

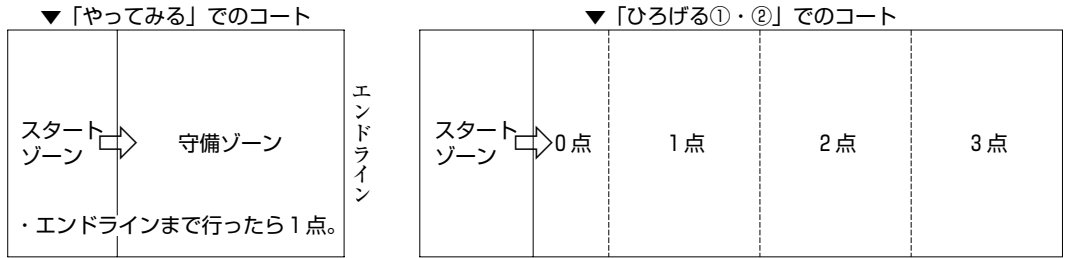
作戦タイム(ハドル)を30秒、攻撃時間を10秒にしたことにより、2・3回目の攻撃をするために、かけ足でスタートゾーンへ戻っていく姿が見られた。また、前後半のハーフタイムもそれぞれ1分という時間制限をしたために、1単位時間内で予定していたゲーム数を確実に実行することができた。この流れは本単元を通して行ったので、ゲーム数もたくさんすることができ、運動量を確保することができた。

得点審判(手旗をあげて得点を知らせる)は守備側のゲームをしていない児童がローテーションで行い、集中力が途切れないようにした。攻撃側のゲームをしていない児童は自チームへ積極的に応援している姿が見られた。

【図1】 単元計画表

	1	2	3	4	5	6	7	8	9
0 〜 45分	基礎感覚 づくり	・宝とりゲーム ・ランキャッチ				・ボール運びゲーム ・3対2のパスゲーム			
	オリエンテー ション ・追いかけ鬼 ・しっぽとり ・ランダム パスゲーム	やってみる：3対3 のゲームを楽しむ。 ①役割を決める。 ②試しのゲームを行う。 ・半分に区切ったコート を使用する。		ひろげる①：教師から提示された作戦で ゲームを楽しむ。 ①どの作戦にするか話し合う。 ②選んだ作戦を練習する。 ③ゲームで作戦を試す。 ・得点ゾーンを設けたコートを使用する。 (ひろげる②でも)			ひろげる②：◆自分たちが 考えた作戦や守り方でゲーム を楽しむ。 ①自分たちで作戦を考える。 ②考えた作戦を練習する。 ③ゲームを行う。		
	まとめる	○課題点を見つける。		○作戦を振り返る。			○作戦を振り返り、 修正をする。		

【図2】  
場の設定



【図3】 めあてカード

自分のめあてを作戦に生かしてゲームに勝とう！

日	何の	めあて	名前 ( )		かいた人の名前
			◎○△	◎○△	
11 日	投げる	相手がとりやすいように、フワッと投げる。	1回目	○	
			2回目	○	
12	走る	タグをとられないようにジグザグに走る。	1回目	◎	

「投げる」「走る」「とる」のうちのどれか1つを書く。

下のキーワードのこたばをどれか1つ使って自分のめあてを書く。

自己評価欄

友達の評価

投げる  
「フワッと」「前のほうへ」  
「ピッとした」

走る  
「キュッと」「ジグザグに」「ピタッと」  
「フラフラと」「ギューンと」

とる  
「しっかり向いて」「むねで」  
「急にもどって」

【図4】 フラッグフットボールのルール

ゲームの進行	<ul style="list-style-type: none"> <li>・攻撃チームは常にスタートゾーンから攻撃を開始する。</li> <li>・攻撃権利は3回とし、2チームで前後半を行い、終了時点での合計点がチーム得点となる。</li> <li>・作戦タイム（ハドル）は30秒。（フォーメーションセット完了も含む）</li> <li>・攻撃時間は10秒以内。（時間内に得点ゾーンに進入しないと0点となる）</li> <li>・前後半（計6回）の攻撃が終了したときに攻守交代となる。</li> </ul>
攻撃の終了	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ボールを持った人が守備チームにタグをとられたとき。</li> <li>・ボールを持った人がサイドラインを出てしまったとき。</li> <li>・ボールを持った人がボールを落球したとき。</li> <li>・パスが失敗したとき。（パスミスおよびキャッチミス、インターセプト）</li> </ul>
攻撃ルール	<ul style="list-style-type: none"> <li>・スタートゾーンでの前パスは3回の攻撃権のうち1回のみとする。（横パスは何回でもよい）</li> <li>・得点ゾーンでのパスはできない。</li> <li>・パスミスおよびキャッチミスは0点とする。</li> <li>・得点は「タグをとられた地点」「サイドラインを出た地点」「ボールを落球した地点」とする。</li> <li>・攻撃チームは一度得点ゾーンに進入したら、スタートゾーンに再び戻ることはできない。</li> <li>・タグをとられないように、手を使ったり、体を一回転させたりしてじゃまをしてはいけない。</li> </ul>
守備	<ul style="list-style-type: none"> <li>・攻撃チームの体に触れるような危険なプレーをしてはいけない。</li> <li>・スタートゾーンに進入してはいけない。</li> </ul>

## ■授業の実際（図1：単元計画表参照）

### 1. 毎時間のはじめは「基礎感覚づくり」

最初は、一定の区域で逃げたり追いかけたりするなどの個を重視した活動から、少しずつチームや仲間を意識して動く活動に展開していった。その際に、アウトナンバーを用いて、攻撃が有利になるようにして成功体験を多く実感させた。

特に、ボール運びゲームではパスも認めることとした。最初は、子どもたちは興味からパスを選択する児童が多かったが、成功する確率が低いことを感じたようで、徐々にラン中心の動きが多くなってきた。また、最初はランプレーを選択し、ボールが少なくなってきたらパスプレーをするなどチーム内でも作戦を考える場面も多く見られた。

### 2. 「やってみる」段階

フラッグフットボールのルールを覚えながら、3対3のゲームを行った。ゲーム結果は、3回の攻撃権があっても、どのチームも得点が0～1点となかなか点をとれなかった。

そこで振り返りを行い、児童の声を聞いたところ、「敵に囲まれてしまう」「走るところがない」「1人をかわしても、すぐに人がきてしまう」等の意見が出た。その課題を克服するための方法として「敵に囲まれたり、走るところを見つけたりするために作戦の必要性がある」ことを指導した。

### 3. 「ひろげる①」の段階（図5：3つの攻撃パターンおよび図6：作戦カード①参照）

#### ◇さまざまな作戦を提示する

3種類の作戦パターンを提示し、動きの習得を図った。しかし、作戦パターンを理解しても実際に動くことは難しい。まずはチーム内での練習を行った。ある程度動きを身につけたところで実際のゲームに入った。作戦を取り入れたことによって、「やってみる」より点が入るようになり、作戦の重要性を理解したようだ。また、兄弟チームの動きを見ることによって、より動き方の理解を高めたようでもあった。

#### ◇視点を意識させながら、作戦を実行する

教師からの与えられた作戦は、成功しても喜びの実感は少ない。自分たちの独自の作戦を成功させてこそ、本当の喜びが実感できる。しかし、例示された作戦でも、チームとしての独自の視点を

意識させれば、成功したときの喜びも高まるのではないかと考え、次の段階「ひろげる②」の自分たちでオリジナルの作戦を考えてゲームをする前にこのステップを位置づけた。

最初は、どのチームも確実性を重視してランプレーで作戦を立てていた。しかし、ゲームを重ねるにつれて守備がうまくなってくると、攻めに限界を感じてくるようになってきた。そこで、例えば、独自の視点の例として前パスの有効性を提案し、意識させたところ、徐々に前パスを取り入れるチームが増え、作戦のバリエーションも増えてきた。

ただ、遠くへ投げる前パスでは、正確に投げるパス技能と走りながら捕る技能の両方が必要であり、3年生児童には難しかったようだ。よって、下からの近距離パスを提案したことで、作戦の成功率も高まった。

### 4. 「ひろげる②」の段階（図7：作戦カード②参照）

これまで児童は、教師から提示されていた作戦で活動していたが、しだいに自分たちのオリジナル作戦で活動したいという意欲が高まってきた。「早く自分たちの考えた作戦でやってみたい」という声も聞こえるようになった。そこで、この段階では、自分たちで3つの作戦を考えて、ゲームの中で生かすようにした。自分たちが考えた作戦で成功したとき（高得点がとれた際は）、仲間と喜び合う姿が見受けられた。

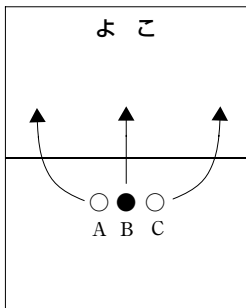
また、守備側でも自分たちで考えたフォーメーションを考えていた。「横一列」「三角形」「逆三角形」「縦一列」を使い分けていたり、ゾーンの前方・中間・後方と位置を変えたりするなど守備側の作戦にも高まりが見られた。

## ■結果・考察

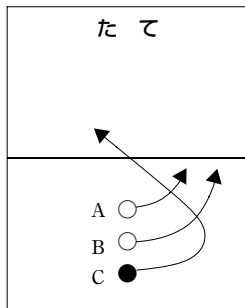
体育授業に対する楽しさ、技能、協力に関する取り組み方の変容を知るために診断的・総括的授業評価を行った結果、以下の変容が見られた。

- ・楽しく活動している様子が見受けられた。
- ・集団的達成感を味わうことができた。
- ・児童が精いっぱい運動することができた。
- ・さまざまな運動に対する意欲を高めることができた。

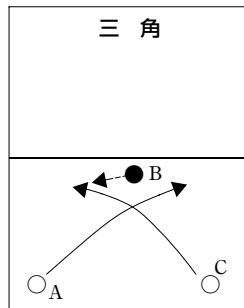
【図5】 提示した作戦（3つの攻撃パターン）



- ・得点をたくさんとりやすい。
- ・だまされやすい。(守備)



- ・タグをとられやすい。
- ・守りやすい。(守備)



- ・得点をたくさんとりやすい。
- ・だまされやすい。(守備)



よこ作戦▶



たて作戦▶

【図6】 作戦カード①（部分）と記入例

	1回目	2回目	3回目
こうげきパターン	よこラン	よこパス	よこラン
だれがボールを持つか	△△さん	△△さん	△△さん
パスはするか	×	○	×
パスはどのようにするか	×	前パス	×
パスはだれにするか	×	□□さん	×
チームはどのように動くか	近づく→はなれる	近づく→はなれる	近づく→はなれる

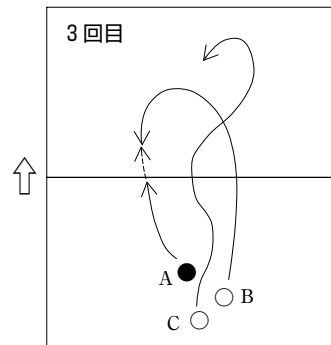
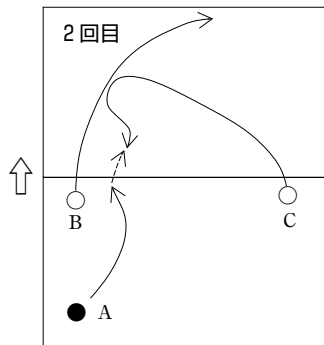
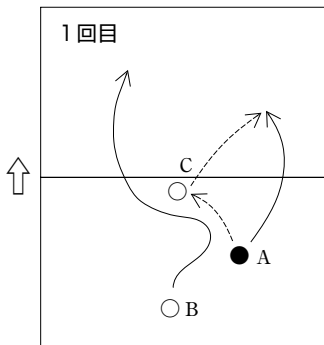
【図7】 作戦カード②と記入例

自分たちのチームの作戦を考えよう！

( 月 日)

メンバー

かき方 ●ボールを持っている人 ○ボールを持っていない人 —→走り方 -----→パス



	1回目	2回目	3回目
だれがボールを持つか	△△さん	△△さん	△△さん
パスはするか	○	○	○
パスはどのようにするか	前パス	手わたしパス	手わたしパス
パスはだれにするのか	□□さん	□□さん	□□さん

- ・教師の話聞くなどの望ましい学習態度を育成することができた。
- ・他チームの作戦を参考にしようとする態度を養うことは難しかった。

おわりに

今後、この実践を経験した児童たちは、ボール

運動を楽しむための土台となっていくのではないかと考える。作戦の必要性を実感することが、充実感を高め、楽しさを味わうことにつながるといえる。さまざまな運動の特性を大切にしつつ、楽しさを味わわせながら、技能を確実に高めていくことができる体育授業の方法を研修し、実践を重ねていきたい。(すずき・ともひろ)

# こんなときは？

## 教えて！体育指導の くふうとアイデア

回答者 東京都世田谷区立松原小学校主幹教諭  
花房 真澄男

体育の授業は校庭や体育館で行うため、活動の場所が広がり、教科の特性上、子どもたちの安全面も十分にケアしなければなりません。そのうえ、準備や場所の設定に時間がかかってしまい、十分な活動時間の確保ができずに授業が終わってしまいます。どうすれば、効率的かつ安全に授業ができるか、“体育の授業づくりの基本”を教えてください。(女性：教職員歴5年)

「体育の授業づくりの基本」には、集団行動、教師の指示、立ち位置等、さまざまなものがありますが、紙面の都合上、ここでは授業の準備について述べます。

体育の授業は、質問にもあるように他の教科より準備・片づけに時間がかかります。時間がかかればかかるほど、活動時間＝運動量にそれが反映されます。校庭で子どもが準備運動をしている間にラインを引いているなどの授業風景をよく見かけますが、これは準備時間節約の一例といえますが、授業を進めるうえで、決して好ましい姿とはいえません。

ここでは、体育の授業における効率化を目指して環境づくりに視点をおいて研究している本校での実践を紹介します。

### ■体育館

#### 【とび箱運動】

とび箱運動をするには、とび箱・マット・踏みきり板・調節箱の設置が必要です。どこの学校でも、マットが1か所に積み重ねられているように、体育館の四方に同じものをひとまとめに置いてあるのが通常です。とび箱運動をするために上記のものをワンセットまとめるには時間がかかります。

市販されている小学校用のとび箱は8段ですが、7, 8段はほぼ使うことはありません。写真①のようにキャスター付きの台の上には6段のと



◀写真①：キャスター付きの台の下部には踏みきり板と調節箱がセットされている。  
▼写真②：色別のとび箱を写真に撮り、体育館の壁に。



び箱とマット、台の下部には踏みきり板と調節箱がセットされていて、準備が容易です。体育館での置き場所も壁に写真を貼り、子どもたちが片づけやすいようにしてあります(写真②)。

さらに、本校の体育館にはとび箱を設置する場所にとび箱と同色の印をペイントしてあります。色別にとび箱を置けばよいので、設置は簡単です。授業研究会の5年生の授業では準備・片づけにそれぞれ2分、計4分で済みました。

#### 【タイマー】

体育館での授業ではバスケットボール、ポートボール等、計時する場面が多く見られます。以前は職員室から運んでいたタイマーを、写真③のように体育館壁面に埋め込み、いつでも使えるようにしました。低学年の鬼遊びなどのときでも簡単に使えるので、好評です。

### ■校庭

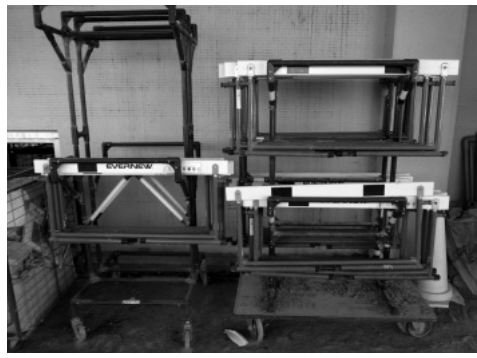
#### 【ハードル走】

ハードルは保管場所にスペースをとり、また、授業時校庭に設置するにもたいへん時間がかかります。ハードル間のインターバルを変えての設置となると、さらに時間がかかります。ハードル走の授業開始の時期になると、巻き尺で準備したり、色別テープ等で印を打ったりすることも多いのではないのでしょうか

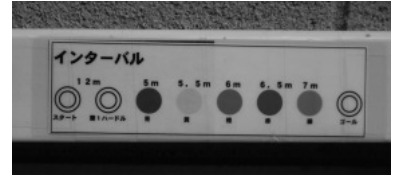
本校では、キャスター付きの運搬車の上にハードルが架けられるものを作成しました(写真④)。これは、1つの台にハードル(すべて脚部が折り



▲写真③：体育館の壁に設置のタイマー



▲写真④：ハードル20台運べる台車



▲写真⑤：ハードルのバーに貼られたインターバルの表示



▼写真⑥：各種コート別カラーポイント



▼写真⑦：ホームセンターなどで売られている墨つぼ



◀写真⑧：市販のマットレスを鉄棒の下に2枚敷いて。

たためのもの)が20台保有できます。ハードルを外に出すことで、体育倉庫の一部に陣取っていたハードル置き場が空きました。授業の際は校庭に運搬車を移動させて準備することができます。そして準備と片づけの時間を大幅に短縮できます。

校庭には色別でインターバル(5.0~7.0m)の印(道路で見かける測量用のプラスチック製のもの)が打ってあります。また、写真⑤のようにハードルのバーにはインターバルがわかる表示を貼っています。これで、校庭の印の色に合わせて置けば、同じインターバルでの走路ができます。ハードル走を行うすべての走路に打ってあるので、インターバルを容易に変えることもできます。

4年生のハードル走の授業ではハードルをとり越える試技数が増え、活動量もアップしました。

### 【各種ライン】

冒頭でも述べましたが、体育の授業の準備で時間がかかるもののひとつにライン引きがあります。本校では校庭にポートボール、ラインサッカー、サッカー用の各ラインが引きやすいように、ハードル走とは別の種類のポイントが色別で打ってあります(写真⑥)。赤⇒ラインサッカー、青⇒ポートボール、黄⇒サッカーのように授業の内容によってポイントの色を目指して引けば、それぞれのコートができます。

ラインを引く際、建設現場などで使われている墨つぼ(写真⑦)。糸の長さは20~30mある)を使うと、巻き尺などより容易で、かつ跡が残らずきれいに引けます。

### 【鉄棒運動】

鉄棒運動の授業では落下の危険性が潜んでいます。大きなけがにつながる場合もあるので、安全面に十分注意しなければなりません。

落下防止には、鉄棒の下にマットを敷くことが有効ですが、体育館で使用しているマットは落下の際ある程度の衝撃には耐えられますが、材質は比較的固く、頭部からの落下ではけがの防止につながるとは言いかねます。また、持ち運びにも意外と時間がかかります。1枚の値段も高く鉄棒の下全部に敷くとなるとかなりの予算を計上しなければなりません。

体育用品として売られているものではありませんが、寝具のマットレスがとても使いやすいのです。安価(1枚4千円程度)で、軽量かつ3つ折りにできるので持ち運びやすく、収納スペースも少なくてすみます。ただ、マットレス1枚では柔らかいものですので写真⑧のように2枚重ねたほうがよいでしょう。クッション性が高まり、落下の際のけがを防止します。

体育の授業ではありませんが、本校では、休み時間も子どもたちが自由に体育倉庫からマットレスを出し、鉄棒の技に取り組んでいます。

以上、効率よく授業を進める準備や場の設定について述べました。準備は担任がするものではありませんが、1人で準備するにはなかなかたいへんです。校内体制の中で環境を整備するのが重要といえるでしょう。  
(はなふさ・ますお)



# ソチオリンピックの 浅田真央選手に乾杯

ジャーナリスト 岡崎 満義

## 見る側にとってのスポーツのおもしろさ

女子フィギュアスケートはあまりに優雅で美しすぎて、スポーツというよりはクラシックバレエを見るような気分で見てきた。それでも演技が終われば必ず採点が発表され、順位が決まってくるから、やはり勝敗を争うスポーツなのだ、と自分を納得させる。何種類ものスピン、最高難度の3回転半のトリプルアクセルのほかにもループ、サルコウ、フリップなどこれまた何種類ものジャンプ、素人目にはスピードがありすぎて、何という種類のジャンプなのか、ほとんど識別できない。選手が転んだとき、ハッと目が覚めるような感じで、見直したりする。

1972年の札幌オリンピックで、アメリカ代表のジャネット・リン選手がスッテンコロリと転びながら、その愛くるしい笑顔は消えず、私たちに深い印象を残した。宿舎の部屋の壁に「Love&Peace」と落書きしたというエピソードとともにジャネット・リンの名前は今も覚えている。そのときの金メダリストの名前は忘れても、転倒したことでジャネット・リンの印象が多くの人たちの胸に刻まれたのである。オリンピックに出るほどの選手なら誰もが金メダルを狙い、最高のコンディションで演技し、自己ベストの記録を出そうと努めるだろう。その夢をかなえる者、夢かなわず、失意のうちにその場を去っていく者、勝者と敗者ははっきり分かれるのだが、見る側にとっては必ずしも勝者だけを見たいわけではない。

見る側の私にとっては、スポーツ（選手）はサイコロのような存在と言ったらいいだろうか。どの目が出るかわからないところがおもしろいのであり、どの目が出たときに感動するかはそのときになってみなければ予想できないのである。選手にとっては常に「1」でありたいに違いないが、見る側にとっては「5」でも「6」でも、時と場合によっては「1」よりも深い感動を与えられる

ことがあるのだ。それがスポーツというものだ。

そのことを実感させてくれたのが、ソチオリンピック・女子フィギュアの浅田真央選手だった。私は彼女が4年前のバンクーバーオリンピックで2位となり、悔し涙を流したのを見て、漢詩を一首作った。

寄花様溜冰浅田真央選手

フィギュアスケート

花様溜冰浅田真央選手に寄す

可憐少女太清幽

可憐の少女はなはだ清幽(清らかで静か)

高速旋回妙舞柔

高速の旋回 妙舞柔らかく

冰上跳身如翡翠

冰上に身を跳らせれば翡翠の如し

銀牌贏得涙難収

銀牌(銀メダル)を贏ち得ても涙収め難し

長年のライバル、キム・ヨナ選手に負けたことも残念だったかもしれないが、銀メダルなら十分ではないか、泣くことはないだろうと思ったのだが、当人にとっては「1」以外は考えられなかったのだろう。その悔しさをバネにして、ソチオリンピックまでの4年間、新しく佐藤信夫コーチの指導を受け、ジャンプの改造に取り組んだ。「結果的に跳べていても、フォームは崩れていた。ゼロからやり直したい」と決心して練習に打ち込んだ。レベル以上の成績を上げているアスリートが、フォーム改造で一段上の高みを目指すのは、至難の業である。例えば日本で優秀な成績を残したプロゴルファーが、アメリカツアーを経験して、フォーム改造を目指すことはままあるが、改造しきれなくて、アメリカ挑戦もままならず、日本に帰っても成績が上がらないというケースはいくつもある。一度出来上がったものを分解して、新しいものに作り直すのは容易なことではない。昔の方がそこ

そこよかった、改造に失敗したから、また昔に戻そうとしても、そうは問屋が卸さない。「昔」も崩れてしまうのである。年端もいかない少年少女の真っ白いキャンバスに、自由に絵を描くようなわけにはいかないのである。浅田選手は自己改造とも思える冒険をあえて自分に課して、ソチオリンピックに臨もうとしたのである。その間に最大のサポーター母・匡子さんを亡くしている。大きなショックだったであろう。アスリートの心技体の少なくとも心と技が大揺れに揺れた4年間であろう。ソチオリンピックの今度ばかりは、なんとか浅田選手に金メダルを獲ってほしい、と私も願った。

ところが、ところがである。2月8日の団体戦の女子ショートプログラムに出場した浅田選手は、冒頭のトリプルアクセルで転倒してしまった。そして2月19日の女子ショートプログラムでも、トリプルアクセルで転倒、その失敗を最後まで引きずって、すべてのジャンプでミスを重ねてしまった。こんなことがあっていいのか、悪夢のような時間だった。思いもよらない16位。信じられなかった。浅田選手の体に何か特別のことが起きたのだろうか。超一流のアスリートは練習に練習を重ねて、強靱な体を作っていく。心と技を支える体はどこまでも充実していなくてはならない。しかし、鍛えれば鍛えるほど、体は精巧なガラス細工のような精密機器と化し、かえってもろいものとなる。過敏すぎるほどに自然環境を感じ、観客の熱い感情に反応してしまう。壊れやすい心と体になるという一面もあるのだ。

### 浅田選手が見せたもの

浅田選手の転ぶ姿を茫然として見ながら、「オリンピックには魔物が棲む」という言葉を反芻していた。金メダルを逃すにしても、僅差、今度こそ金メダルと思っていたから、16位という順位に茫然とした。こんな無惨なことがあるのか。そしてフリーは翌日。24時間に崩れた心技体を取り戻せるのか。不安というより、ほとんど諦めに近い気持ちになった。スポーツは恐ろしい。どんなサイコロの目でも出てしまう。

そして当日。浅田選手はフリーの演技を完璧にこなした。ラフマニノフの「ピアノ協奏曲第2番」に乗って、トリプルアクセルを成功させると、その後のジャンプをすべて完璧に成功させた。全身

から発散するオーラのような迫力に、見る側の不安は雲散霧消した。心技体、強く柔らかい体の上に長年の練習で自分のものとした技が乗っている、その上に今、充実しきった心がヒョイと乗って、氷上を滑っている。浅田選手の心が軽やかに氷上を滑っている、というふうに見えた。

直後に私はベンをとってすぐ自分の気持ちをメモした。「人間の心と体はなんと愚かで、またなんと賢いのだろう。浅田真央のショートプログラムとフリーの演技のあまりの落差に唖った。目を見張った。たった1日でこれほど変身する心と体とは何だ。殺気みなぎる演技を見て、つくづく人間はかわいい、人間は恐ろしい、と思う」。

浅田選手のスケートを見て、2月28日に104歳で亡くなった詩人まどみちおさんの詩をなぜか読みたくなった。「リンゴ」という詩(『まどみちお少年詩集 まめつぶうた』(理論社)より)。

リンゴを ひとつ  
ここに おくと

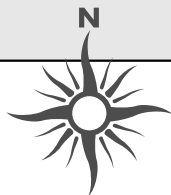
リンゴの  
この <sup>おお</sup>大きさは  
この リンゴだけで  
いっぱいだ

リンゴが ひとつ  
ここに ある  
ほかには  
なんにも ない

ああ ここで  
あることと  
ないことが  
まぶしいように  
ぴったりだ

この詩の「リンゴ」を「浅田真央」に置き換えて読むと、ショートプログラムで失敗した後、フリーで完璧な演技を見せた浅田選手の存在感が身に染みてわかるような気がするのである。スポーツを通して千変万化する人間の偉大な可能性を、浅田選手は見せてくれたのだ。





## ① 体育の授業づくり

## 技能と運動の楽しさを両立させる体育の学習を目指して

日本体育大学教授 白旗 和也

はじめに

ソチオリンピック・パラリンピックでは、多くの感動があった。なかでも、7回のオリンピック出場でとうとう個人のメダルを獲得したジャンプの葛西紀明選手が印象的だった。オリンピックに7回出場というだけで気が遠くなるが、加えてオリンピックでの自己ベストである。明らかにその飛行技術は進化しているという。TVでのインタビューにその理由を「好きだから」と語っていた。我々には計り知れない苦労があったことは想像に難くないが、その悲壮感は感じられない。むしろ「好きで、楽しい」ことが、にじみ出ている。

## 1. 技能の習得が先か、楽しさが先か

大学では模擬授業を通して、実践力を養うための授業がある。私にとって、最も「楽しい」授業である。その第1回に模擬授業をするグループが指導案の相談にやってきた。たまたま、バレーボール部の主力メンバーがそろっている、技能については全国でもトップレベルの学生たちである。12時間扱いの単元はずっと技術練習が続き、最後の2時間にゲームとテストが組まれていた。私は「君たちがもしバレーボールが苦手だったら、この学習に期待がもてそうかな」と聞き返した。「うまくならないと楽しめませんから」というのが、この単元計画を立てた言い分であった。そこで、彼らに「授業は時間が短い。その中でバレーボールの魅力伝えるには、まず、みんなにとって楽しい授業をつくり、そこからもっと楽しめるように工夫することだ」と伝えた。イメージがわからない彼らに、文部科学省のデジタル教材などを渡した。彼らにとってかなり衝撃的だったらしい。ホールディングあり、堂々と落球（ワンバウンド）ありなのだから。半信半疑で指導案を修正した彼らは、なかなかよい授業を披露してくれた。陸上部の学生が授業後に言った。「小学校から受けてきた体

育の授業の中で今日の授業がいちばん楽しかった」。彼は、バレーボールが得意ではなかったのだが、工夫した授業では何度もスパイクが打てたのである。

## 2. 学習指導要領における楽しさのとらえ方

現行の学習指導要領もそろそろ折り返し地点である。この学習指導要領が改訂されるにあたり、平成20年1月の中央教育審議会答申で、体育については「生涯にわたって運動に親しむ資質や能力の育成が十分に図られていない例も見られる」ことが課題として掲げられていた。このことは、はっきり言ってしまえば、体育の学習指導要領の内容をよく理解しないまま体育の授業を行っている教員も多いということである。

学習指導要領改訂当時は、どんな研修会や研究会でも受講者は改訂の趣旨、目標、内容といったことに気を配り、正しく理解するよう努めていた。今は、授業づくりが最大の関心事であろうが、「木を見て森を見ず」という状況にならないよう注意したい。体育科で目指すのは「生涯にわたって運動に親しむ資質や能力の基礎」であり、それは「豊かなスポーツライフ」につなげるためである。これは「運動と末永くよい関係を保っていけるようにする」とことと解釈したらよいだろう。そのためには運動の楽しさを児童が享受できることが大切であることは言うまでもない。

以前にも触れたことがあるが、図1は学習指導要領における(1)、つまり「技能」の内容である。一般的には、技能の内容はできるようになればよいと考えられるだろうが、体育・保健体育では、楽しさ（喜び）とできることをセットで示している。ここが体育のこだわりである。できさえすればよいのではなく、もっと運動をしたいという運動への主体的なエネルギーになっていくことを目指している。「できるようになったけど、もうし

【図1】学習指導要領の「技能」の内容

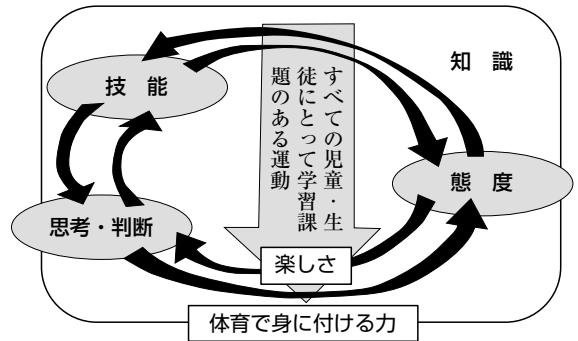
小学校 低学年	(1) 次の運動を楽しく行い、その動きができるようにする。
小学校 高学年	(1) 次の運動の楽しさや喜びに触れ、その技能を身に付けることができるようにする。
中学校 1, 2 学年	(1) 次の運動について、○○や○○の楽しさや喜びを味わい、○○を身に付けることができるようにする。
高等学校	(1) 次の運動について、○○や○○の楽しさや喜びを味わい、○○を高めることができるようにする。

たくない」のでは、豊かなスポーツライフを標榜するうえで、技能を習得した意味が薄いのである。現実に研究授業の後、できるようになったけれど「もうやりたくない」「これでもうやらなくてすむ」といった感想を聞いたことがある。教師も一生懸命取り組んでいるだけに残念である。どうしてそんなミスマッチになるのか。その大きな要因として、できるようになる過程に問題があるのではないかと思う。

ここで学習指導要領における「楽しさ」について確認しておきたい。低学年では「次の運動を楽しく行い」と示されているが、高学年では「次の運動の楽しさや喜びに触れ」と示されている。授業づくりの際に、このことを考慮しているだろうか。低学年は、活動そのものが楽しい状況をつくることを重視し、児童が楽しく運動していたら動きも身に付いたという授業づくりが求められる。それに対し、高学年では、楽しい運動であることは重要だが、それだけではなく、成就感・有能感を味わうことによる楽しさや喜びを示している。これらは運動の特性に十分触れたり、技能が高まったりすることはもとより、チームワークよくできたとか、自分に合った練習方法が見つかったなども該当するであろう。ある程度、児童が楽しさや喜びに意図的に近づいていけるような授業づくりが必要である。

図2は、体育の3つの指導内容のイメージを図示したものである。体育は運動を通して3つの指導内容を身に付けていく教科であるが、その運動の提示のしかたが1つの問題なのではないかと思う。すべての子どもが、課題性のある運動に取り組んでいるか否かが重要なのである。課題性があるということは、目標が明確で、それがどの子どもにとっても十分達成可能なものということである。少しがんばればできそうな運動であれば、意欲的に取り組もうとするが、とてもできそうな運動やあまりにも簡単な運動では意欲がわかないの

【図2】体育の指導内容



は当然のこと。この時点で楽しさ、もしくは楽しくできそうな期待から遠ざかってしまうと「取り組みたい課題」から「やらねばならない課題」に変化してしまう。もう1つの要因として学び方にも問題があるように感じている。教師からすると一斉に同じ練習をさせるほうが、効率的のように感じるかもしれないが、(3)思考・判断に示されているように、自ら選び、工夫する学習が楽しさを助長するとともに、生きる力の根底ともいえる「自立」に結びつく大切な要素である。つまり、体育の授業では自分に合った課題をもち、その解決に向けた取り組みを行い、その結果、「できる」ようになることを目指している。このような活動の結果、できるようになれば自分に自信がもてると同時に楽しさが膨らんでいき、もっとやりたい体育になるはずである。ただし、そのためには教師の支援が重要である。うまくできたときには肯定的な助言をしたり、つまづいていたら、その子に応じた矯正的助言をしたり、時には、課題の修正をしたりすることなどにより、子どもが自ら学びやすくすることで、楽しさや喜びに触れる機会が増えるだろう。

おわりに

体育という教科に対してアカウントビリティーが求められている。これは世界各国に共通の動きであるため、体育の指導内容である「技能」「態度」「思考・判断」がしっかり身に付く授業が求められることは避けて通れない。しかし、豊かなスポーツライフを目指す体育と考えると、教師は、運動への主体性確保の重要な要素である「運動することが楽しい」ことこそ保障しなければならない。このように考えると、体育の授業では何をどの程度身に付けるのかと同時に「どのように身に付けるか」が問われているといえるだろう。

(しらはた・かずや：体育科教育学)

## ② 体育と運動の特性

# 教材づくりから「よい体育授業」を考える

～運動の特性に十分触れさせるための授業のあり方と「見通し力」～

国士舘大学教授 細越 淳二

### ■「よい体育授業」について

「よい体育授業のイメージとは？」と問われたとき、私たちはどのように答えるだろうか。

高橋（1994）は、これを「目標が十分に達成され、学習成果が上がっている授業」であるとしている。これも踏まえて筆者は最近、現職教員との共同研究の場では、「『できた！やった！見てみて！』の音がたくさん聞こえる授業」が、よい授業像としてイメージできるのではないかと話している。そのような音がたくさん聞こえる授業では、子どもたちが意欲的に学習に参加し、課題意識をもって運動に取り組むなかで、達成感を味わい、仲間や教師ともその努力や喜びを分かち合う雰囲気醸成されていることが見通されるからである。

筆者が以前、かかわりをもった6年生の走り高とびの授業では、子どもたちは助走や踏みきり、空中動作といったいくつかの基本的な動きについて共通に学習し、そのうえで各自が課題を設定して学習の場を選択するという学習が展開されていた。子どもたちは、課題別に仲間と見合い教え合いながら互いの技能を高めていた。授業の後半には、自分の目標記録と実際の記録との差異を得点化し、その得点を合計するチーム対抗戦が行われた。クラスの間関係が、担任教師も含め極めて良好だったことも相まって、1人が跳ぶたびに「やった！」「よかったね！」と大きな歓声があがった。終盤は、最終跳躍者の周りに全員が集まって、大きな声援を送りながらその跳躍を見守った。残念ながらその子はバーを落としてしまったが、仲間たちは「ドンマイ」「よくやったよね」と声をかけていた。個人的な達成とともに、態度面や思考・判断の側面でも大きな成果が見られた授業であった。

よい授業の定義は多々考えられるとしても、子どもたちにとって意味のあるよい体育授業におい

ては、彼らはその運動の特性に十分に触れ（逆にいうと、運動の特性に十分に触れることを可能にする授業の準備がなされているということ）、また、そこで設定されている学習課題を達成しながら運動に親しんでいる姿を容易に想像することができよう。

### ■「何を」「どのように」学ぶのかを考える教材づくり

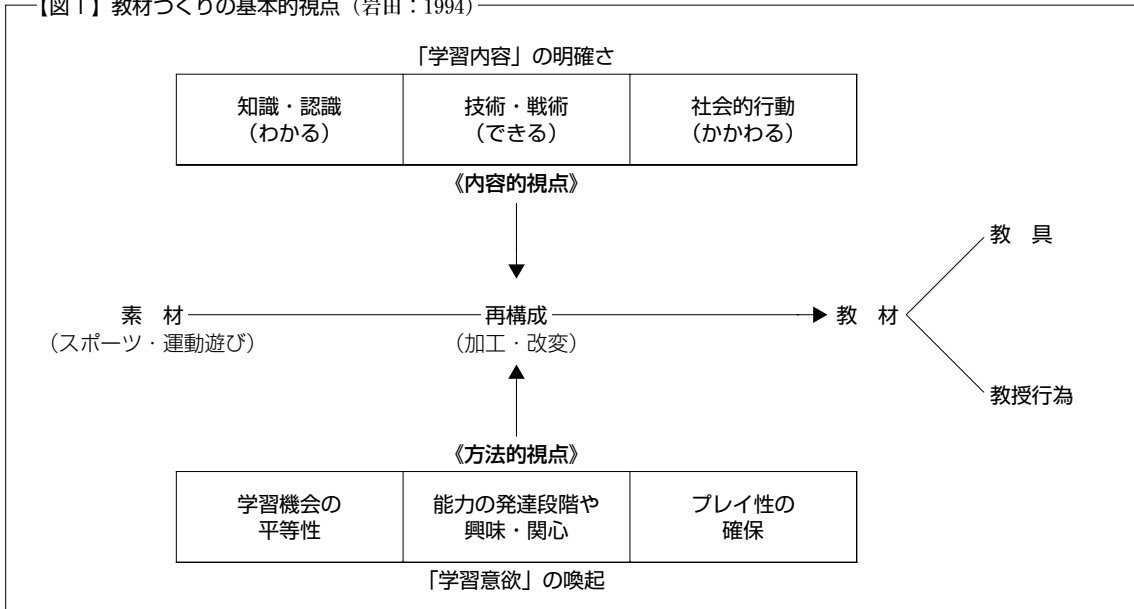
では、私たちがそのような授業の実現を目指すとき、どのようなことをポイントにすればよいのだろうか。

これから行う運動について、一般的な特性としてどのようなことがあげられるのか、また子どもから見た場合のその運動の特性は何か、どのような技能を身につけさせるのか、その過程でどのような教材や場が必要になるのか、子どもたちはどのようなかかわりをもちながら学習していくのか、課題解決にかかわって考えてほしいこと・気づいてほしいことは何なのか、達成したときに子どもたちはどのような表情をしてくれるのか等、さまざまな事柄が思い浮かぶところだが、ここでは特に、学習内容の明確化と教材づくりに焦点を絞って考えてみたい。

図1は、岩田（1994）による「体育の教材づくりの過程とその内容的視点・方法的視点」である。岩田は体育の教材づくりのプロセスを考える際、まず私たちが知っているスポーツや運動遊び等を、子どもたちが学ぶ内容を含む「素材」としてとらえた。その素材を、中核的な（明確な）学習内容に関する視点＝「内容的視点」と、子どもたちの学習意欲をいかに喚起するかにかかわる学習方法の視点＝「方法的視点」の2つの視点から再構成して「素材を教材化する」というのである。

学習指導案に、学習する運動に対する一般的な

【図1】教材づくりの基本的視点 (岩田：1994)



特性と、学習者から見た特性とに分けて記述されることがあるが、上記の教材づくりの考え方は、素材に含まれる一般的特性について検討した後、子どもたちに習得させたい学習内容を抽出し、子どもたちが意欲的に取り組むことのできる手立てを講じて組織化する過程を意味していると捉えることができよう。

「内容的視点」には、「知識・認識」(わかることにかかわる学習内容)、「技術・戦術」(できることにかかわる学習内容)、「社会的行動」(かかわることについての学習内容)が含まれる。これは学習指導要領で内容として示されている「技能」「態度」「思考・判断」に対応する項目だといえる。そして中核的な学習内容をどのように学ぶのかにかかわる「方法的視点」が示されている。この「方法的視点」には、一部の子もだけが活動し達成するのではなく、すべからく全員の子もたちに達成の機会を保障する「学習機会の平等性」、子どもたちの能力や興味・関心の発達段階に適した課題設定の重要性を示した「能力の発達段階や興味・関心」、挑戦的な課題設定による「プレイ性の確保」が含まれる。

この図では、「何を」「どのように」学ぶのかという視点をもって教材づくりを行い、授業場面では課題達成に必要な教具の用意や適切な教師行動によって子どもたちの学びを促進させることが意図されている。筆者の経験からいっても、このような視点から授業をとらえて教材づくり・授業実

践を行うことには、意図的・目的的な授業という面から見て大きな意義があると考えている。

### ■授業の「見通し力」をもつこと

子どもたちが運動の特性やよさに十分に触れながら、学習成果を高めていく体育授業を実現させるために私たちが求められていることは、実は授業の(子どもの成長の)「見通し力」なのではないだろうか。

岩田(2012)が、「授業のイメージーション」が重要であるといったように、私たちが授業づくり・教材づくりの過程の中で子どもの成長や変容に対する「見通し力」を十分に身につけることができるかどうか、またそれにズレが生じたときには、効果的な「マッチング」ができるかどうか、これらの実践上の指導力が、今まさに求められているのではないだろうか。それには経験や知識等、さまざまな要素が求められるが、それらを効果的に共有していけるようなネットワークや教員間コミュニティのあり方等についても、今後の課題として、引き続き先生方と検討していきたい。

(ほそこえ・じゅんじ：体育科教育学)

### 【引用参考文献】

- ・高橋健夫(編)『体育の授業を創る』：1994：大修館書店：pp.10-15
- ・岩田靖「教材づくりの意義と方法」：高橋健夫編『体育の授業を創る』：1994：大修館書店：pp.26-34
- ・岩田靖『体育の教材を創る』：2012：大修館書店：pp.15-37

### ③ 体育と学校経営

## 「生きる力」をはぐくむ体育の教育的意義の重要性

大阪市小学校教育研究会体育部長／大阪府大阪市立大江小学校校長 前川 憲正

#### ■体育という教科に求められること

まず初めに確認しておきたいのは、「体育は子どもに何を身につけさせる教科か？」ということです。というのは、「体育で身につける力＝体力や運動能力」と考えている教師が少なからずあるようだからです。

体育は身体運動を通して行う学習ですから、動きや技の上達、ひいては体力や運動能力の向上を目指すのは当然のことです。しかし、体育で身につけたい力はそれだけではありません。「小学校学習指導要領解説体育編」では、体育科の各学年で指導する内容は「技能、態度、思考・判断」の3つで示されています。私たち大阪市小学校教育研究会体育部では、多様な動きや技がよりよく「できる」（技能）、運動への取り組み方や学び方、友達とのかかわり方が「身につく」（態度）、運動のポイントや技のコツが「わかる」、作戦や練習方法等を「工夫する」、身につけた知識や技を「活用する」（思考・判断）というような総合的な力を「体育科の学力」と捉えています。言い換えれば、体育科は、「生きる力」を構成する「確かな学力」「豊かな心」「健やかな体」のすべてを総合的にはぐくむことができる唯一の教科でもあるのです。

一方、今の子どもにかかわる問題として、「知識や技能を活用する力（思考力・判断力・表現力等）に弱さが見られる」「望ましい人間関係の構築や、相手への自分の気持ちの伝達が不器用」「きまりや約束を守ろうとする規範意識が希薄」「体力・運動能力が低下傾向、かつ基本的な生活習慣や運動習慣が身につけていない」などが指摘されています。これらは、まさしく「生きる力」に直結する課題であり、これらを解決していくうえでも、思考・判断、社会的態度、言語や身体による表現、課題への取り組み方、体力・身体能力等を総合的に育成する体育科が果たす役割は非常に大きいといえます。

#### ■学校現場の指導者に求められること

日々の体育授業を通して、こうした「体育科の学力」を着実にはぐくんでいくためには、子ども自らが適切な課題をもち、それを解決するために友達と助け合ったり教え合ったりしながら、運動のしかたや練習方法を工夫して、主体的に課題を探究していく学習場面を意図的・計画的に設定することが必要となります。ただ子どもの「主体性」に任せるだけでなく、そこに指導者の「指導性」を効果的に絡めていくことが大切です。まずは、このような学習が成立するための前提として、準備や集合、後片づけのしかた、話し方・聞き方、安全確認など、最低限の学習規律を確立しておくことが不可欠です。そのうえで、指導者の役割として、子ども1人ひとりの実態を的確に把握しそれに応じた弾力的な指導計画や教材づくりの工夫、子ども自らが自分たちの学習の場や用具の使い方を工夫できるような学習場面の設定、子どもの課題探究を活発にし思考を促すような発問と助言、子どもの恐怖心を取り除く励ましやアドバイス等の言葉かけ、子どもの意欲を高める称賛と全体へのよい動きの紹介などが求められます。子どもの「生きる力」につながる「体育科の学力」を確実にはぐくむためには、指導者は教育者であるとともに、時には演出家、心理士、コーディネーターなど複眼的な役割が必要となってくるのです。

今、小学校における体育の教育的意義はますます大きくなっています。学校全体としてその教育的意義をあらためて共通理解するとともに、1人ひとりの教師が日々の体育授業を大切にしていくことが、結果として子どもの「生きる力」をはぐくむ学校経営につながっていきます。全国各地の小学校で、運動する心地よさ、自ら学ぶ喜び、友達と学ぶ楽しさを十分に味わい、「生きる力」にあふれる子どもたちの歓声が毎日聞こえてくることを願ってやみません。（まえかわ・のりまさ）

4 体育と学級経営

仲間とかかわり，よりよい学級集団づくりへ向けて

埼玉県さいたま市立大東小学校教諭 小坂 浩士

■今求められる体育授業と子どもの思い

「4人に1人」。これは文部科学省の調査で明らかになった，中学校女子における1週間の体育授業以外の総運動時間が「0分間」の人数です。この数字は，体育科の目標達成への課題をあらためて浮き彫りにすると同時に，「体育授業」の子どもたちに果たすべき役割が，より一層大きなものになってきていることを強調する結果となりました。また，同調査において，体育授業が楽しくなる条件（中学女子）として，「できなかったことができるようになる」，「コツやポイントがわかる」と並んで「友達に認めてもらえる・友達と協力する」ことが上位項目にあげられていることから，子どもたちは，集団の中で「かかわり」ながら，「自分が受け入れられ，認めてもらえる」といった「よりよい学級集団」を強く求めていることがうかがえます。

■よい体育授業と学習集団

それでは，よりよい学級集団づくりに向けた「よい体育授業」と，そのよい体育授業がもたらす「学習集団への効果」とはどのようなものなのでしょうか。

よい体育授業に関しては諸説ありますが，今回の「学級づくり」の観点に絞れば，大きく以下の4点が考えられます。

- ①学習規律の確立
- ②肯定的で温かい雰囲気
- ③運動の行い方，コツやポイント，課題解決方法等の共通理解
- ④チームや集団で課題解決する学習過程の工夫

以上のポイントを大切にすることにより，児童は共通のルールのもとに，信頼関係（ルールとリレーションの2つのR）を生み出し，明確な「かかわり」手だてのもと，チームや集団で課題を解決し達成する経験を積み，児童相互の肯定的な雰

囲気のなかで，仲間と「かかわる」よさを実感することができます。体育授業の成果が学級集団への成果とリンクする研究報告があるように，結果として，より賢く温かい学習集団へと成長し，ひいては魅力的な学級づくりにつながっていくと考えられます。

■魅力的な学級づくりに向けた「体育科のチカラ」

以下に示す児童の感想文は，個の運動の集団化を図り，チームで課題解決を目指した40mハードル走の学習を終えてのものです。

- ・ぼくは，ハードル走でチームのみんなからアドバイスをもらって1.9秒もタイムが伸びた。そして6年生になって，体育の授業を通して，初めてたくさんの友達ができた。
- ・今までは，チームでやっても自分のことしか考えられなかったけれど，体育の授業を通して，チームの大切さや集団でやる楽しさを知ることができた。動きのコツやポイントをチームの友達に伝えると，ぼくも友達も，どちらもハッピーになれる。

これらの感想からも，「仲間とのよりよいかかわりを求める子どもの思い」と，「体育科が学級集団にもたらすプラスの力」の大きさがひしひしと伝わってきます。

よく「よい学級経営のもと，よい体育授業が展開される」という言葉を耳にします。もちろんそのとおりだと感じる一方で，私は，「よい体育授業を通して，魅力的な学級づくりを目指す」ところが体育科の真髄であると強く感じます。

新年度を迎え学級開きから約2か月。子どもも教師も活力あふれる学級，そして学校づくりを目指すために年間105（90）時間の「体育科のチカラ」を最大限に活用してみませんか。

（こさか・こうじ）

# 体力向上を目指して、元気アップ大作戦!!

—ジャンピングロープを使った「キラキラタイム」の取り組み—

神奈川県川崎市立西梶ヶ谷小学校校長 **佐藤 勝**

## ■はじめに

社会環境の変化に伴い、子どもたちの日常生活における身体活動量は不足し、体力低下が問題になっています。また、夜型の生活が増え、健康・生活習慣に関する課題も数多く報告されています。このような状況に対処するため、川崎市では平成18年度から小学校全校で「子どもキラキラタイム」の実践教育を推進してきました。

ここでは、本校の「ジャンピングロープを使ったキラキラタイム」の取り組みを紹介します。

## ■本校のキラキラタイムの取り組み

### (1)これまでの取り組みについて

本校では、子どもたちの「体力や健康」は「生きる力」の基盤であると考え、それをもとに次のことについて取り組んできました。

- ・ 体育学習の改善と充実
- ・ 校庭遊具の有効活用
- ・ 遊び用具の貸し出し
- ・ 休み時間の外遊びの奨励
- ・ スポーツ委員会によるドッジボール大会

本校の子どもたちも高学年になるにしたがって、運動をたくさんしている子とあまり運動していない子の二極化がみられます。また、休み時間の校庭を見るといつもたくさん子どもたちが遊んでいます。積極的に校庭に出て遊ぼうとしない子どもたちも目立ちます。遊びもサッカーやドッジボールなどのボール遊びが中心です。

体育学習をさらに充実させるために、子どもの実態に応じたカリキュラムの見直しや教材教具の充実化などを図ってきましたが、大きな成果を得ることはなかなか難しい状況でした。

また、昨年度実施した体力テストの結果でも、ほとんどの種目で全国平均を下回っていました。

そこで、後期（10月）より、キラキラタイムの活動を見直してみようということになりました。

内容や取り組み方を検討し、子どもたちに運動することを促し、教師も一緒になって運動を楽しめる環境づくりを行っていくことにしました。

### (2)後期からの取り組みと成果

子どもたちがより意欲的に運動に取り組めるように、スポーツ委員会の児童と一緒に「キラキラタイム」の活動について意見を出し合いました。

「6年生の地区別運動会の種目にもあるし、クラスみんなで取り組めて楽しめる長なわとびはどうか」「寒い冬にはマラソンがいちばん」「短なわとびは体力がつきそう」「短なわとびは技ができるようになるよ」「なわとび大会ができたならキラキラタイムも盛り上がると思う」等々、多くのアイデアが子どもたちから出されました。

子どもたちから出された意見をもとに、新しいキラキラタイムの活動の内容は、次に紹介する、くるくるマラソン（持久走）、長なわとび、短なわとびの3種目に決まりました。そして、楽しく運動に取り組みながら、体力向上を実感できることを目指し、毎週木曜日の朝にスポーツ委員会が主体となって取り組むことになりました。

#### ◆くるくるマラソン（持久走）の取り組み

低、中、高学年別にコースを設定し、音楽をかけながら、低学年は3分間、中学年は4分間、高学年は5分間の持久走を行います。

走った距離を記録し、意欲を高めたり、達成感が味わえるようにしたりしました。

#### ◆長なわとびの取り組み

校庭に全校の子どもたちが集まり、クラスごとに長なわとびに挑戦します。

3年生以上は、5分間で何回跳べるかに挑戦します。記録へのチャレンジのしかたは、毎回、練習したあとに挑戦するようにしました。低学年は

【キラキラタイムをやってみての感想文から】

- ジャンピングロープとジャンピングボードを使って練習したら二重とびができるようになった。とてもうれしい。(5年生)
- なわとびはとても上達し、二重とび、かけ足二重など、名前さえ知らないようなわざもできるようになりました。もっと体力をつけるためにがんばって取り組みます。(5年生)
- なわとびのキラキラタイムでは、私はそれまでに二重とびができませんでした。だけ

- ど、キラキラタイムでなわとびをする機会があり、友達にもコツを教わり、1回だけでできるようになりました。もっと挑戦してみたいです。(6年生)
- キラキラタイムが始まったときは、二重とびが1〜2回しかできなかった。なわとびは練習時間が前よりもふえたので、毎回練習していると10回以上もとべるようになり、本番でもたくさんとべるようになったのでよかった。(5年生)

写真上：ジャンピングロープを使ってなわとび／写真下：手製のジャンピングボードを使って



学級の実態に応じて、「大波小波」「郵便屋さん」などのなわとび遊びに取り組みでもよいことになりました。

◆短なわとびの取り組み

①なわとび集会

最初に、全校集会の時に短なわとび大会のお知らせを行いました。次に、その集会の中で、スポーツ委員会の子どもたちが実際に二重とびやあやとびなどの技をみんなの前で跳んで見せて、技の名前(種類)や練習のしかたなどを紹介したりしました。下に示す「集会のプログラム」もスポーツ委員会が作成し、事前に用意しました。

短時間の集会でしたが、運動の動機づけのひとつになったようです。

なわとび集会プログラム ○月○日

1. はじめの言葉(〇〇さん)
2. 跳びやすい短なわの紹介
3. 自分に合ったなわの長さや調整のしかた
4. なわとびカードの使い方
5. 技の紹介
6. ジャンピングボードの使い方

②毎週木曜日は「朝のキラキラタイム」

11月から12月の毎週木曜日の朝は、短なわとびの技の練習や持久とびに挑戦しました。

全校一斉のなわとびタイムは子どもたちの関心も高く、開始時間前にほとんどの子どもたちが集まり、思い思いに練習を開始していました。朝のキラキラタイムだけでなく、休み時間にも積極的に取り組んでいる子が目立つようになりました。

また、跳びやすい光文書院のジャンピングロープを新しく購入した子どもも多く、ジャンピングボード(手製のもの)を使って二重とびやハヤブ

サとびなどの難しい技に挑戦して遊んでいる子どもたちもたくさん見受けられました。

冬休み前のキラキラタイムでは、冬休みにも自分の力に応じて継続してなわとびをしようと、スポーツ委員会の子どもたちが呼びかけました。

③なわとび発表大会

キラキラタイムの中で短なわとび発表大会を実施しました。それぞれ得意なとび方で3分間の持久とびに挑戦しました。

とび終えたあとはカードに記録し、教室に戻って取り組みのしかたや練習の成果について話し合いをもちました。その中で、多くの子どもが、冬休み中にもジャンピングロープなどを使って練習に取り組んだ様子が明らかになりました。

■おわりに

子どもたちの体力は、数か月運動したからといってすぐに向上するものではありません。また、体力テストの種目を繰り返して練習すれば数値的には高くなると思いますが、それは本来目指すこととは少し違うと思います。

また、体力の問題は、日常の学校生活はもちろん、家庭での生活のしかたにも大きく影響されています。したがって、学校だけでなく、家庭との連携が不可欠であるといえます。小学校段階の日常的な運動遊びは、体力向上や生活習慣病予防のための基盤であるということを大人が認識しなければなりません。そして何よりも子ども自身が、運動する楽しさや心地よさを感じなければ、日常の生活の中に根ざしていくことにはなりません。

今年度は、運動する楽しさをより多く味わえるように体育学習や学校生活を充実させ、家庭との連携をますます深め、取り組んでいきたいと考えています。(さとう・まさる)

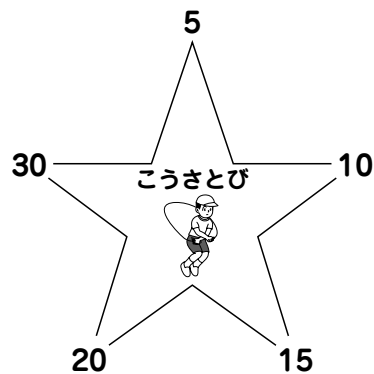
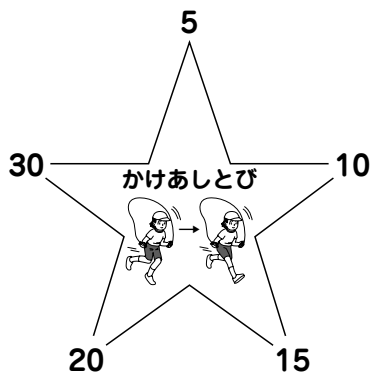
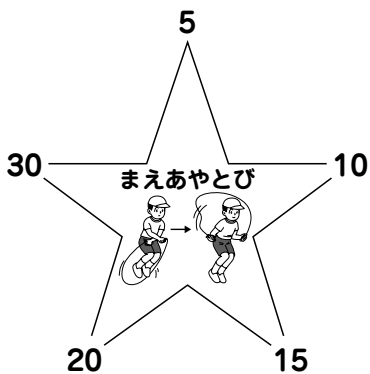
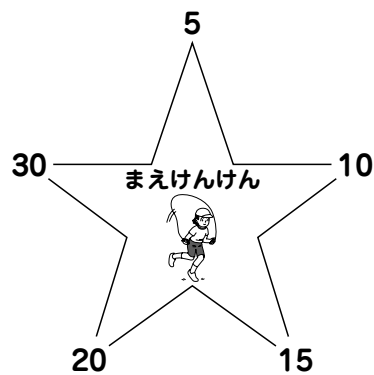
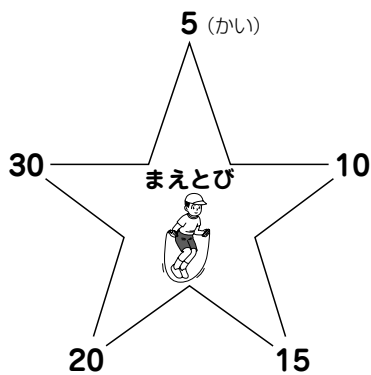
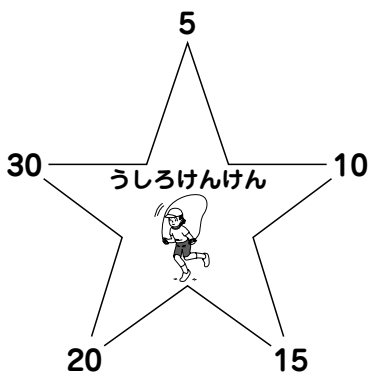
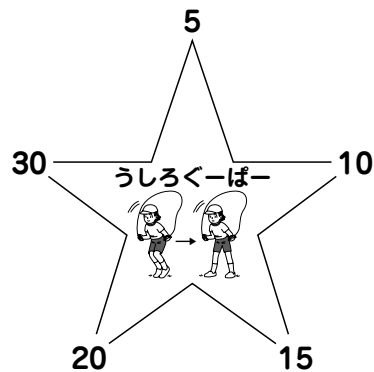
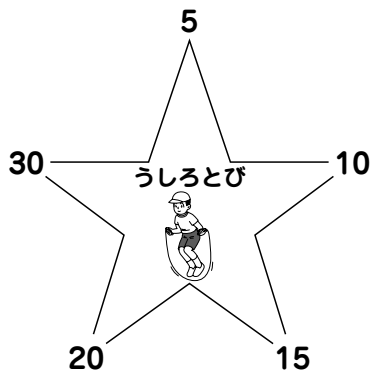
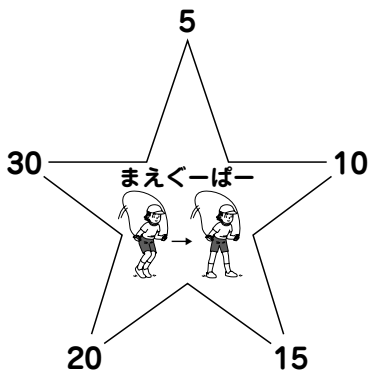
※キラキラタイムで実際に使用されたカードの1つを次ページに掲載しています。コピーしてお使いください。



きらきらびんこかーど

# ★たんなわ キラキラビンゴカード★

ねん くみ なまえ ( )



**めざせ! なわとびめいじん!**

本実践で使用!

2014



こつぶん

# ジャンピングロープ

## ジャンピングロープ Pro II

ロープがよじれにくい

ローリング式  
グリップ



とび心地 プロ気分!



切らずに調節OK!

専用  
ロープストッパーつき!

ラバーグリップ

にぎりやすく  
すべりにくい!

Pro II・Neo IIとも

しなやかさ  
ゆれにくさ  
じょうぶさ

UPの

### 三層構造ロープ

ポリウレタン

ポリエステル芯

PVC(塩化ビニル)

ロープの長さ  
最大2.5m

身長・熟練度に合わせて  
調節自在です。

専用  
ロープストッパーつき!

切らずに調節OK!

## ジャンピングロープ Neo II

かるくてとびやすい!

グリーン

イエロー

長く使って安心!

硬質プラ製グリップ

#### 【学納価】

○ジャンピングロープPro II…各色共 520円  
○ジャンピングロープNeo II…各色共 390円  
詳しくは弊社特約店におたずねください。