

# 運動の楽しさの変容を追究した体育学習

## 跳び箱遊び・跳び箱運動を通してー

体育科教育研究会議

研修員 内田 和之（川崎市立西中原中学校） 篠崎 敏行（川崎市立有馬中学校）  
浜田 浩一（川崎市立西御幸小学校） 杉本 真智子（川崎市立王禅寺小学校）

研修指導主事 前島 和樹

## 主題設定の理由

体育・保健体育科の今日的な問題として、「運動に興味をもち活発に運動をする者とそうでない者との二極化（以下略）『文部省中学校学習指導要領 保健体育科編 1999年』」が指摘されている。学校生活から考えてみても、サッカーや野球・スイミングといったスポーツクラブに所属している子どもや中学校の運動部に所属している子など、積極的に運動をしている子どもと、逆にテレビゲームなど室内での遊びに没頭し運動に対して消極的な子どもが見られる。この二極化を回避するためには、運動の苦手な子どもや運動経験の少ない子どもなど、だれもが運動の楽しさを感じることでできる体育学習を推進していかなくてはならない。

そこで、本研究会議では、小学校、中学校9年間に及ぶ体育学習の中で、子どもたちはどのような時に楽しさを感じるのか、そしてそれは、発達段階によってどのように変容するのか、ということに焦点をあて、学習のねらいや学習過程を工夫していくことから研究を始めることとした。

体育学習は、多領域があり、領域によって子どもたちの好き・嫌いの意識がだいぶ違う。そこで、発達段階とともに「嫌い」と感じる傾向が強い器械運動、その中でも、できないといった技のできればがはっきりとわかり、小さな伸びも認められるという点で、跳び箱遊び・跳び箱運動（以下、跳び箱運動という）に的を絞り、楽しさの変容を追究していくことを主題に設定した。子どもたちが運動の楽しさを経験し、学ぶ意欲を高め、学習の学び方を修得し、運動の必要性を理解することができればと考え、研究を進めた。

## 研究の内容

### 1. 研究の意義

市内の小学校低学年・中学年・高学年・中学校1・2・3年生の子どもたち約200人「跳び箱運動は好きか、嫌いか」「その理由は」といったアンケートをとった結果、年齢とともに跳び箱運動を嫌いとする傾向にあるという結果がみられた。「嫌いとする」主な理由は、「跳べないから」「新しい技がなかなかできないから」「個人スポーツはつまらないから」「けがをするから」「こわいから」である。反対に「好き」な理由は、「跳べるようになると楽しいから」「跳べると次の技に挑戦したくなるから」「跳び越すとき気持ちがいいから」「段を変えたり跳びこし方を変えたりしていろいろな楽しみ方があるから」などである。子どもたちの消極的な思いを解決し、誰もが楽しめるような跳び箱運動にするために、アンケート結果から、跳び箱運動で感じる楽しさについて分析し、考察してみた。すると、子どもたちが感じる楽しさには4つの共通点があることがわかった。

#### 楽しさの分析4つの視点

特性にふれた楽しさを味わったとき

跳び箱という障害を跳び越したとき

できる跳び越し方がよりきれいにできたり、今までできなかった技ができるようになったりしたとき。

友達と豊かなかわりをもつ楽しさを味わったとき

友達と一緒に跳び越したり、調子を合わせて跳び越したりしたとき

友達と補助し合ったり、教え合ったりして活動したとき

主体的な学習ができた楽しさを味わったとき

自分に合った場を選んだり、場を工夫したりしたとき

自分に合った課題をもち、場を工夫したり資料を活用したりして学習できたとき

自分なりの学習計画をたて、課題解決に向かってがんばったとき

友達や教員に賞賛されたり認められたりしたとき

この4つの点を取り入れた体育学習を行うことで、器械運動（跳び箱運動）の楽しさを感じることができると考え授業実践を行った。

## 検証授業

### 1. A小学校1年生の実践より

#### (1) テーマにせまるために

事前アンケート(26名実施)では、20名の子どもが跳び箱を「好き」と答えている。その理由としては、幼稚園でやっていて「跳べるから好き。」「おもしろかったから好き。」といったものや「高いところが好き」などであった。このようにして、跳び越すといった跳び箱のもつ特性にふれているものもあった。また、「嫌い」と答えている子どもは4名いる。理由は「落ちるのが怖い」「高くして落ちそうだから」といったもので高さに対して恐怖心があることが分かった。

このような実態をふまえて、今回の跳び箱運動遊びでは、友達と一緒に遊べるいろいろな楽しい場を用意したり、恐怖心を取り除くためにセーフティマットなどを用意して安全に楽しめる場を用意したりした。また、跳び越したいと願っている子どもには、跳び越す場も用意した。

学習過程としては、3時間目までを学習の仕方やいろいろなやさしい場を体験して「めあて見つけ」の時間とした。その後は、自分たちで遊び方を考えたり場を工夫したりするようにした。

#### (2) 学習のねらいと道すじ

##### 学習のねらい

跳び箱を使って、またぎ乗り、またぎ降りや跳び上がり・跳び下り、横跳びなどの動きで楽しむ。

- ・友達とかかわり合いながら活動して楽しむ。
- ・活動を工夫して楽しむ。

##### 学習の道すじ

	1	～	3	4	～	6
0	1. 体ほぐしの運動をする。→					
	・大根の引っこ抜き遊び		・平均台横跳び		・壁上り逆立ち	
	跳び箱を使って、自分の体をいろいろ動かして楽しもう					
	2. 学習の仕方や場の遊び方を知る。→					
	・場の準備をする。					
	3. 学習カードから自分のやりたい跳び箱遊びをする。			3. 学習カードや友達の考えた遊び方から自分のやりたい跳び箱遊びをする。		
	〔例〕			〔例〕		
	・跳び箱に跳び乗ろう。			・跳び箱を高くして跳び乗ろう。		
	・跳び箱をつなげてどんじゃんをしたいな。			・横跳びをしたいな。		
45	4. 学習のまとめをする。→					

#### (3) 子どもたちの変容について

学習を終えて再度アンケートを実施してみると「好き」22名、「ふつう」3名、「嫌い」1名という結果になった。なかでも事前アンケートで「嫌い」と答えていた子どもたちは、跳び箱をつなげてみんなで遊べるどんじゃん(跳び箱を4台つなげて両側から腕支持で前に進んでいく場)の場で十分遊んでから、1対1の競争の場へと移り、その後、友達の励ましや教員の支援により、跳び越す場で活動をして跳べるようになった。また、跳び越したいと思っている子どもたちは、跳び越す場で一生懸命活動をしていた。このような子どもたちに対しては、跳び越すためのポイントを支援していったことで、さらに跳び箱が好きになっていったようである。学級全体の様子を見ていくと、跳び箱遊びということで学習の始めのころは、どんじゃんの場や跳び箱に両足でのり跳び降りる場等、友達と一緒に遊べる、競争できるという場で十分に遊びを楽しんでいた。その後、自分たちで少し難しい場にしたり遊び方を工夫したりして楽しんでいた。単元の最後の時間になると跳び箱を跳び越したいという思いをもつ子どもが多くなって、どんじゃんや1対1の競争の場で活動する子どもがいなくなり意欲的に学習に取り組んでいた。友達とのかかわりでは、友達と一緒に活動したり、競争のルールを決めたり、互いに励まし合ったりする様子が見られた。

### 2. B小学校5年生の実践より

#### (1) テーマにせまるために

学習前のアンケートでは、約80%の子どもたちが跳び箱運動を「好き」と答えており、その主な理由は、「跳べるようになると楽しいから」「跳べたら、次の技に挑戦したくなるから」「跳び越すとき気持ちがいいから」

「段数を変えたり、跳び越す技を変えたりしているいろいろな楽しみ方があるから」など、跳び箱運動のもつ特性にふれた楽しみ方が多かった。これは、中学校での楽しみ方により近づいたものであると思われる。逆に「嫌い」な子どもの理由は、「けがをしたことがある」「跳べないから」「跳べる技が少ないから」などである。そんな中で、技ができるできないといった、技を追究する克服的な特性ばかり追って学習を組み立てていくと、運動経験の低い子どもたちや跳び箱運動が「嫌い」と言っていた子どもたちは、ますます跳び箱運動が嫌いになってしまう。だれもが楽しさを感じる跳び箱運動を目指して、克服的な要素の強い跳び箱運動だけではなく、「できる技をもっときれいに跳ぼう」「できる技で友達と一緒に跳び箱を跳び越そう」といった、今もっている力でも楽しめるように、安全な場・簡単にできるような場などを工夫し、活動できるようにした。そのために、自分のめあてを見つける時間を2時間確保した。2時間で、まだめあて見つけのできない子は、次の時間も使えるよう、柔軟にめあて見つけの時間を保障した。克服的な楽しさを味わうか、達成的な楽しさを追究するか、友達と一緒に達成感を味わうか、ということは個に応じてさまざまであるので、毎時間ごとの学習計画は一人一人が計画し、主体的に学習に望めるようにした。主体的に学習を進めるにあたっては、子どもたちが技のポイントや練習するための工夫した場が書かれている技のポイントカードを活用したり、跳び箱の技のポイントがわかるCD-ROMをパソコンで見たりしながら学習を進めた。毎時間の学習計画や自己評価は、学習カードに記入し、次時の学習意欲へとつながっていくようにした。

## (2) 学習のねらいと道すじ

### 学習のねらい

今できる技をより上手にできるようにしたり、友達と動きを合わせたりして楽しむ。また、自分に合っためあてをもち、もう少しでできそうな技に挑戦して楽しむ。

- ・友達と見合い教え合い、互いに高まりながら運動して楽しむ。
- ・めあての達成に向けて資料を活用したり、友達と教え合ったり一緒に活動したりしながら、できる楽しさや取り組む楽しさを味わう。

### 学習の道すじ

	1	2	3	～	8
0	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px;">           学習のねらいや流れ・学習の進め方について理解し、自分に合っためあてを見つけよう。         </div> <p>1. 学習の進め方を知り、見通しをもつ。 学習の道すじ・学習の進め方・カードの使い方・場づくり・約束などの確認。</p> <p>2. 皆で協力して場づくりをする</p> <p>3. できる技を確認し、自分のめあてを決める。 自分の力に合っためあてをみつける</p> <p>4. 次時のめあてを決め学習計画をたて、学習カードに記録する。</p>		<div style="border: 1px solid black; padding: 5px;">           今できる技をより上手にしたり、もうすこしでできそうな技に挑戦したりして楽しもう。         </div> <p>1. めあてや学習計画を確認し、活動する。 自分の学習計画に沿って、場を選び、めあてに向かって挑戦する。それぞれの場で見合ったり教え合ったり協力し合ったりして学習することを理解する。 跳ぶ順番を守ったり、安全に注意したりしながら楽しく学習する。子どもたちの学習状況を観察し、楽しさが広がるよう支援する。子どもたちの取り組む技によって工夫した場を設ける。</p> <p>2. 学習を振り返る。 できばえを自己評価し、次時のめあてを決め、次時の学習計画を立てる。</p>		
45					

## (3) 子どもたちの変容について

学習を進めていくと、子どもたちは「自分に合った技を選んで自分で立てた学習計画で学習ができて楽しい」「できなかった技ができるようになって楽しい」「友達と一緒に気持ちを合わせて十字跳びして楽しかった」「先生や友達にほめられてうれしかった」などの感想をもった。このことから、高学年の子どもたちの感じる楽しさを分析してみると、一つは特性にふれた楽しさを感じたとき、二つ目に友達と一緒に活動したとき、三つ目として自分に合っためあてをもち、その解決方法を見つけたり工夫したりしたとき、そして四つ目として友達や教員に認められ、自己存在感を味わったとき、となると思われる。

今回は友達と一緒に活動する楽しさの一つとして集団跳び箱を取り入れた。これは、友達との人間関係を豊かに経験し、集団で課題に取り組んだり、達成したりして友達と楽しく活動するという点で有効であった。子どもたちは友達と呼吸を合わせて同じリズムで跳び越したりすることで、今までは個の運動としてとらえていた跳び箱運動の概念を崩し、友達と一緒に跳び越すという別の楽しさを味わうことができた。

検証授業では、特に3人の子どもたちの活動を抽出し、「どのようなときに楽しさを感じるのか」を観察していた。跳び箱の学習に入る前の時点で跳び箱運動を「跳べないから嫌い」と答えていた子どもは、5段のたての

跳び箱で開脚跳びに取り組んでいた。この子は、友達や教員の支援で跳び箱の前の方に手をつくように気を付け、見事に跳べるようになったのである。参観の教員と一緒に活動していた友達にも賞賛され、その時間の最後にはみんなの前で発表した。そのときの表情は本当にうれしさと喜びで一杯であった。そして、跳び箱の授業後には、「跳び箱は好き」と変容していった。また、事前調査で「跳び箱はふつう」と答えていた運動能力の高い子どもは、頭はね跳びに挑戦していた。体育館のステージの上に設定した工夫した場でずっと練習していたこの子は、担任の補助のもと、ふつうの跳び箱で挑戦した。何度か補助を頼っていたが、友達の「すごい」という声に自信をつけ、一人で跳び越すことができた。この子どもは、「新しい技ができてうれしい」「友達が『すごい』と言ってくれたのがうれしい」などの感想をもち、学習を終えてからの調査で「跳び箱運動は好き」に変容していった。これらの結果から、高学年の子どもたちの感じる楽しさを分析してみると、自分の課題を解決していくという特性にふれた楽しさ、そして一緒に活動している友達の言葉かけや助言によって認められたり賞賛されたりした喜び、これらを感じたときに楽しさを味わっていた。

子どもたち一人一人の学習のめあてを把握し、保障するという点、そして子どもたち一人一人の小さな伸びも見逃すことなく認めていくという点、子どもたちの思いの変容を見取ると言う点、これらの点では、学習カードが果たした役割は大きい。

### 3. C中学校1年生 D中学校3年生の実践より

#### (1) テーマにせまるために

学習前の実態調査により、器械運動の中から跳び箱を選択した生徒は1年生が60%、3年生が58%であった。選択をした生徒に「どんなときに楽しさを感じますか。」というアンケートをしたところ、1年生では「技ができる嬉しい」「跳び越すことができるから」「友達と一緒に助け合い、教え合うと楽しい」という答えが返ってきた。3年生では、「達成感が得られる」「いろいろな技ができたとき」「友達と練習したとき」「踏み切りの感触がたまらない」などの答えが返ってきた。

だれもが楽しさを感じる跳び箱運動を目指して実態調査から 学び方において、目標や課題をしっかりと確認させ個人の活動に見通しをもたせる。授業展開と自分にあった課題を設定し解決しているかといった観点を明確にしてあげることで、「個人技能」の習得ができるよう工夫してみた。また、習得した技能を生かして自分のことから友達の課題や練習に互いが協力することで楽しみ方を味わう工夫を考えた。友達とのかかわりについて、「仲間が設定した課題」を知ることにより相手のよさを認め、その認め合う姿から自分の役割や存在感を感じることができるように「小学校からの集団跳び箱（十字跳び・連続跳び）」などを導入し生徒たちの変容をねらった。学習ノートについて、個人の課題を自己評価する欄（項目）を設けて技能の高まりや、授業への取り組む姿勢などを評価していくようにした。また、授業の中で生徒同士の振り返り（アドバイス）も取り入れ、毎時間の確認をしながら生徒の意欲を高めていくよう努めた。

#### (2) 学習のねらいと道すじ

##### 学習のねらい

ねらい1・・・今できる技をより上手にし、条件を変えてもよりよくできるようにして楽しむ。

ねらい2・・・新しい技を身につけるために、いろいろな練習の仕方を工夫してよりよくできるようにして楽しむ。

##### 学習の道すじ

		学 習 内 容
は じ め	1	《学習》 自分の能力や適性に応じて器械運動を選択する。 《学習》 器械運動の特性を知る。 ・単元の特性を理解し、単元の計画を知る。
	2	学習の進め方を理解する。 ・学習カードの記入の仕方を確認する。
	3	・評価の方法を確認する。 ・自分の技能を確認し、課題を設定する。

4            1 4	<p>ねらい1 今できる技をより上手にできるようにし、条件をかえても、よりよくできるようにして楽しむ。 学習の準備を行う。 ・ 体ほぐしの運動を行う。 ・ ねらいを確認する。 ・ 自分の目標と課題の確認をする。 技のポイントを把握する。 今できる（単技）をよりよくする。 今できる技をつないで、連続技としてよりよくしていく。 自分の課題に応じて、練習を工夫して行う。</p> <p>ねらい2 新しい技を身につけるために、いろいろな練習の仕方を工夫して、よりよくできるようにして楽しむ。 学習の練習を行う。 技のポイントを把握する。 今できる技をつないで、連続技としてよりよくしていく。 自分の課題に応じて、練習を工夫して行う。</p>
ま と め 1 5	<p>単元のまとめと反省 ・ 取り組みや個人的技能の変容をまとめ、評価する。 ・ 学習全体をふりかえり、学習カードにまとめをする。</p>

### (3) 子どもたちの変容について

中学校での跳び箱運動を行う中で生徒たちは、やはり跳び箱運動の特性にふれ、まず、跳び越えることができたときに楽しさを感じている。そして、授業後半になるとよりきれいに、ダイナミックに技が（自分の課題が達成）できるようになるとより一層楽しくなってくるということがわかった。授業の中では、技のポイントをおさえるために、資料の活用やビデオを使って自分の技のできばえを確認したり恐怖心のある生徒には、安全性を考え補助や場の工夫の確認を行ったりして授業を展開した。そうすることにより、技ができる、できないというだけでなく、できる技をより美しくするためには、どのような練習（工夫）をしたり、計画を立てたりしたらよいかなど主体的に考え、実践し、友達や教員に評価されることに喜びを得る場面もみられた。また、今回、個の学習を中心にとらえられてきた器械運動の授業展開の中で、友達とのかかわりをもつ楽しさを検証してみたいと思い、小学校で実践された集団跳び箱を準備運動（体ほぐし）として、取り入れてみた。生徒たちは、始め「なんでこんなことをするのかな」という思いがあったが、徐々に集団で一つの跳び箱を交互に跳んでいく中で、友達と息を合わせてスタートするタイミングをはかったり、前の友達を気遣ったりしながら、みんなで一つのことに取り組む楽しさを実感できた。今後の授業の中でも、はじめの段階や準備運動の中で集団での活動を積極的に取り入れ、友達と豊かなかかわりをもつ楽しさも味合わせていきたいと考える。

## 研究のまとめ

### 主体的な学習により跳び箱の特性にふれて楽しむ

小学校1年生の検証授業では、跳び箱遊びを初めて行うという子どもも少なくない。そこで、まず、教員側でいろいろ遊べるやさしい場、楽しい場を用意した。単元の始めのころは、友達と一緒に活動できる場、跳び箱をまたぎ腕支持して前に進んでいく場（どんじんの場）や跳び箱に両足でのり、跳び下りる場などで楽しんでいった。単元が進むにつれて、跳び越したいと、気持ちが強くなってきた子どもが増えたり、どんじんの場で中央の2台の跳び箱を1段高くして難しくしたりして活動も広がっていった。

小学校5年生や中学1年生の検証授業では、自分に合った技を見つけ上手にしたり、できるようにしたりする姿が見られた。技を上手に、あるいは、できるようにするために技のポイントが書いてある資料やコンピュータソフトを見たり、場を工夫したりしていた。また、小学校の高学年や中学生になると自分の追究する課題がはっきりしているため自分自身で学習計画を立てて主体的に取り組んでいる姿も見られた。

子どもたちが、それぞれの学年に応じた主体的な学習を展開するにあたって、そこには、教員の支援がとても重要になってくる。学習カードから子どもたちの気持ちを汲み取ったり、学習の様子からどのようなことで悩んでいるのか見取ったりして、適切なアドバイスや言葉かけを行うことは、一人一人の主体的な学習を支えていく上で、大きな力となっていた。このように検証授業では、主体的な学習から跳び箱運動本来の特性にふれていき子どもたちは、跳び箱の学習を楽しんでいた。

## 友達と豊かにかかわり賞賛されて楽しむ

小学校1年生では、どんじんの場においてみんなで楽しんだり、跳び箱に両足で乗ってどこまでとべるかと友達と競争をしたりしてかかわっていた。このような姿からもわかるように友達と一緒に活動すること自体に楽しさを見つけていた。

小学校5年生や中学校1年生では、技ができるようになったり、上手になったりするためのかかわりが多く見られた。「きれいにできたね」「よく頑張ったね」といった声をかけることで友達の意欲を高めたり、「足がきれいにそろって跳んでいたよ」「もう少し、手を前につくと跳べるよ」といったためあてを深めたりするかかわりも見られた。このような友達とのかかわりを通して跳び箱運動が好きになり楽しんでいった。

友達とのかかわりを発達段階で見えていくと、低学年では、友達と一緒に活動することを楽しみを見つけている。これがだんだん年齢を重ねていくと自分の課題に対してのかかわりが生まれてくる。友達によって意欲が高まり、アドバイスされることは、自分の課題解決の一つの手段ともなってくる。すなわちかかわりも広まり、深まっていった。また、かかわりの一つの手だてとして小学校5年生では、集団跳び箱を実践した。集団跳び箱は、友達と技を決めて練習することで見合い教え合いのかかわりが生まれてくる。やさしい技でも友達と呼吸を合わせて同じリズムで表現することは、大きな挑戦課題と思われる。中学校における集団跳び箱は、体ほぐしの運動の一つとして扱ったが、1台の跳び箱を縦と横からリズムカルに跳んでいくことで、仲間を意識するとともに自分の体の気付きにもつながっていた。

評価という点においても教員や友達から「よくできたね」「うまく跳べたね」といった言葉かけをしてもらっては、子どもたちの喜びへとつながり次の活動への意欲がでてくる。このように自分のためあてにあったことを評価されると子どもたちの活動も積極的になってくることが分かった。

## 子どもたちが味わう楽しさの変容（跳び箱の学習を通して）

今年度の検証授業をもとにして、子どもたちが味わう楽しさの変容をアンケートの楽しさの分析4視点（1p参照）をもとに観点別にてらし合わせながらまとめてみた。

	小学校低学年	小学校中学年	小学校高学年	中学校
関心・意欲・態度	・自分がやってみようという気持ちで活動したとき ・友達と一緒に活動したとき	・自分がやってみようという気持ちで活動したとき ・友達と一緒に活動したり見合ったりしたとき	・自分がやってみようという気持ちで一生懸命練習したとき ・友達と見合い協力して活動できたとき	・自分の課題をもち、その課題に向かって一生懸命取り組んだとき ・友達の良さを認め合い、協力しながら活動できたとき
思考・判断	・自分がやりたい遊びを選んで活動したとき	・自分がやりたい遊びや技を選んで活動したとき	・自分にあった課題をもち、課題解決の仕方が分かったとき ・友達と教え合ったり、認め合ったりしたとき	・友達と教え合ったり、評価し合ったりしたとき ・自分に合った課題を見つけ、課題解決の仕方が分かったとき
技能	・今までできなかった動きや跳び越し方ができたとき	・今までできなかった動きや跳び越し方ができたとき	・今までできなかった跳び越し方ができたり、上手になったりしたとき	・今までできなかった跳び越し方ができたり、よりダイナミックになったとき
知識・理解				・資料を活用し、技のポイントを理解できたとき

## ・今後の課題

器械運動に集団での活動を取り入れることでより一層、人とのかかわりを意識した学習活動がみられるのではないのか、また、友達とのかかわりからより楽しさが生まれてくることは分かったが、「相互評価」とどのように関係付けたいのか、さらに楽しさの4視点が他の領域でも同じなのかという点が、今後の課題として考えられる。

最後に、本研究を進めるにあたり、ご指導、ご助言をいただいた先生方、また、検証授業の会場をご提供いただいた西中原中学校、有馬中学校、西御幸小学校、王禅寺小学校の校長先生をはじめ先生方に感謝申し上げます。

### 【指導助言者】

川崎市立夢見ヶ崎小学校長（平成13年度川崎市立小学校体育研究会長）

海老澤 亨

川崎市立井田中学校長（平成13年度川崎市立中学校教育研究会保健体育科部会長）

高野 俊昭

川崎市教育委員会学校教育部指導主事

渡邊 壽久