

# 『自分の技づくり』から運動へのこだわりを

—〇〇になって器械あそび—

今村昌禎

## 1 はじめに

研究テーマ「自立に向かう子どもたち～自分たちで決める場を大切に～」において、体育の授業や日々の生活の中で、運動に対して自立していると考えられる子どもの姿として3点あげられる。

①運動へのこだわり ②友だちとのかかわり ③生活への広がり

どれも大切な点であるが、今回は『運動へのこだわり』を特に押さえていきながら、自立に向かう子どもを目指していきたいと思う。

そこで、次のような子ども像を掲げて実践していくことにした。

めざす子ども像

自らの動きを創りながら運動に取り組むことにより、運動にこだわりをもって楽しむことができる子ども。

## 2 実践の概要 —〇〇になって器械あそび— (第1学年：11・12月実施)

### (1) 単元について

器械・器具を使つての運動は、自分の力に合った動きに挑戦し、できるようになることを楽しむ運動である。そこに、模倣の運動の何かになりきって動くことを楽しむ要素を付け加えて、自らの動きを創る楽しさと成功した喜びを味わうことができると期待できる。

本学級の児童は、とても体を動かすことが好きで、固定遊具や鉄棒、平均台を使つての運動に意欲的に取り組んできている。それぞれの運動において、自分に合った動きに挑戦し成功した喜びと、自分の動きを創り出す楽しさを少しずつ味わってきている。

### (2) 指導目標

① 自分に合った動きに挑戦したり、自分の技(動き)を楽しく創り出したりすることができるようにする。

② 約束を守り、安全に気をつけて、準備・後かたづけ、場づくりや運動ができるようにする。

### (3) 本単元までの取り組み

① 模倣の運動→『さふぁりらんどへいこう』6時間(4, 5月)

考える材料として、学習カード・効果音・場づくり・集めた動物の絵本などを利用させながら、自分で動きを考え出したり友達の良い動きをまねたりする。

〔決める場〕◇ なりたい動物を選ぶ。

◇ 自分たちで少し話を作り、動きを創って表現する。

② 器械・器具を使つての運動

ア 『ゆうぐ名人になろう』2時間+休憩時間(5月～2年)

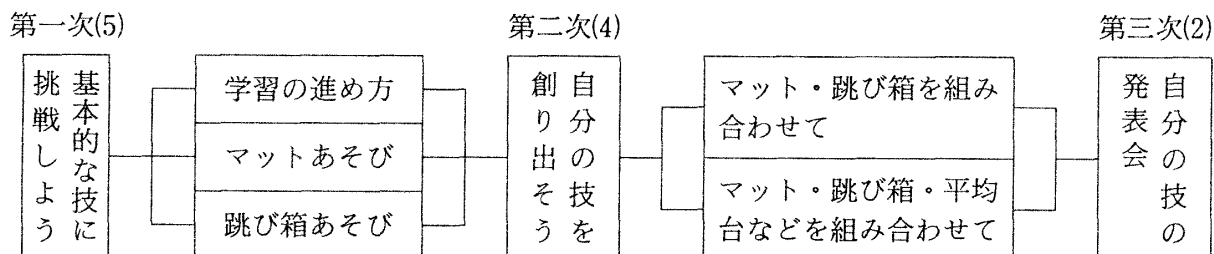
のぼり棒(とまる・のぼる)、うんてい、ジャングルジム、てつぼうを簡単に授業で取り組んだ後、学習カードを配り、常にチャレンジしていく。名人になって友達に教えようというものである。

イ 『てつぼうとへいきんだいとなかよしに』5時間(10, 11月)

鉄棒と平均台を使つての運動。いくつか技を紹介した後、自分たちで新しい技を創り出す。

この時にも、少し「○○になって」という言葉がけをしていく。

#### (4) 指導内容と計画 (11時間)



### 3 実践でのこだわり —低学年における体育学習者づくり—

#### (1) 器械・器具を使つての運動に模倣の運動の考えをドッキング

— こだわり —

器械・器具を使つての運動は、中・高学年での器械運動を想定して、教師が考えた動きや既製の動きをどんどん練習する授業に陥りやすい。確かに基礎基本の動きを身につけたように思われがちであるが、いろいろな動きに対応できる『からだづくり』はできていないように思う。それに、動きは教師から与えられるものであるという考えを子どもたちがイメージしてしまう。

そこで、模倣の運動の『○○になりきって動く(動物を先生に)』という考えを少し生かしながら、器械・器具を使つての運動に取り組んでいくことにより、「動きは自分で創り出すもの」という考えが定着するようにしていきたい。(器械・器具=マット、跳び箱、平均台)

【具体的な手だて】

#### ① 国語科「ものの名まえ」の授業の利用

マット・跳び箱・平均台では、どのような動きがあるか考えて、動きごとに『動物先生』を分ける。

表1 授業で出てきた器械遊びの動きと『動物先生』

動 き	動物の名前
はねる(ピョンピョン)	うさぎ, バッタ, カンガルー, さる, カエル
はう(ニョロニョロ)	へび, とかげ, ミミズ, カメレオン, ヤモリ
あるく(ノッシノッシ)	ぞう, ワニ, キリン, サイ, ゴリラ, カニ
とびかかる(ウォー, タッター)	トラ, ライオン, チータ, いのしし
ついてくる(ゾロゾロ)	犬, ねこ, あり, アヒル
すばやい・はしる(ダー, サッサッサ)	チータ, うま, トラ, ライオン, しか, ヒョウ
およぐ(スイスイ)	カメ, ひらめ, ペンギン, きんぎょ, クジラ
のぼる	さる, リス, とかげ, ねこ, チンパンジー
くるくるまわる	ラッコ, ハリネズミ, 犬, ダンゴ虫, リス

#### ② 自分の技づくりの『動物先生』を決める(第二次~第三次: 4回)

ア 次の時間に自分の技を創るのに、どの『動物先生』のイメージなのか、所定のカードに記入する。

イ 授業の始まる前に、自分のグループの黒板に張り付け、グループの人に知ってもらおう。

ウ グループの人から、動物先生のカードをもとに、アドバイスをもらう。

## (2) 基礎基本はしっかりと

— こだわり —

自分の技を創り出そうと思っても、その基本となる動きが子どもたちに定着していないと、子どもたちにとって、楽しいものが逆に苦痛となってしまう。イメージばかり先行して動けないと満足感も得られない。そこで、単元の前半場面では、基礎基本となるような動き・ポイントを楽しめるように活動の中に入れていく。

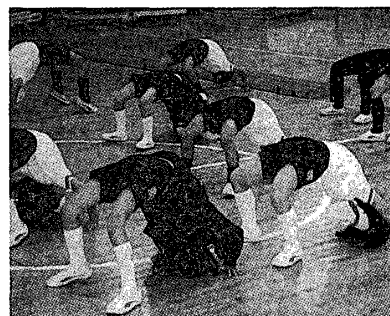
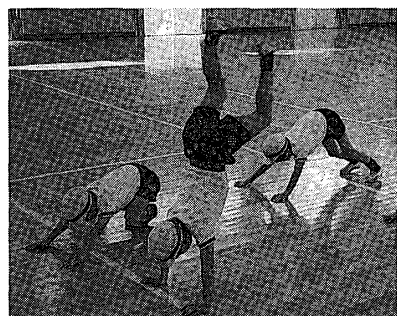
### 【具体的な手だて】

#### ① 腕支持の基礎感覚を養う準備運動（第一次～第三次：全時）

ア カエルの足打ち

イ アンテナからジャンプ

ウ ブリッジ



#### ② 動物あるき（第一次）

ア 犬（両手・両足をマットについて歩く，ひざはつかない，顔を前に向ける）

イ キリン（腰を犬よりも高くする）

ウ ラクダ（右手と右足，左手と左足を一緒に出す）

エ あざらし（両手で上体を持ち上げ，足を使わずに前に進む）

オ クモ（体を上に向けて，両手両足で歩く）

カ ウサギ（耳を作り，はねるようにして前方に両手の平をつく〔両足は浮いている〕。両手を突き放し，元の姿勢に戻る）

キ シャクトリムシ（両手を前について体を伸ばし，両足をはねるように引き付ける）

#### ③ ゆりかご（第一次）

ア あごを引き，ひざを抱えて座る→ひざと胸が離れないように後ろに転がる→かかとおしりから離れないようにして起き上がる

イ あごを引き，ひざを抱えて座る→ひざと胸が離れないように後ろに転がる→起き上がるとき，手を前に伸ばして立ち上がる

#### (3) 楽しもう自分たちが考えた場で

— こだわり —

運動をする場を工夫していかないと，なかなか基本を身につけたり，いろいろな技を生み出したりしにくい。基本を身につける場は，教師の方で考えを打ち出していくが，子どもたちが自分の技を生み出す場は，子どもたち自身で考え出すようにする。技づくりと場づくりの両方の楽しさを味わうことができる。

### 【具体的な手だて】

#### ① 段階的に場づくりに挑戦させていく。

（基本的な場づくりを経験→グループごとに考えをまとめて場づくり）

第一次 マットあそび・跳び箱あそび

- ◇ 基本的な動きやいろいろな技が創り出しやすいような場を教師が示す。
- 第二次 マット・跳び箱を組み合わせて
- ◇ 最初、第一次と同様に教師が示す。(第1時)
  - ◇ それ以降は、グループごとに考えをまとめて場づくりをする。(第2～4時)
    - ・ 特に安全面については、教師がアドバイスを送る。

表2 子どもたちが考えた場① (第二次第2時「マット・跳び箱を組み合わせて」)

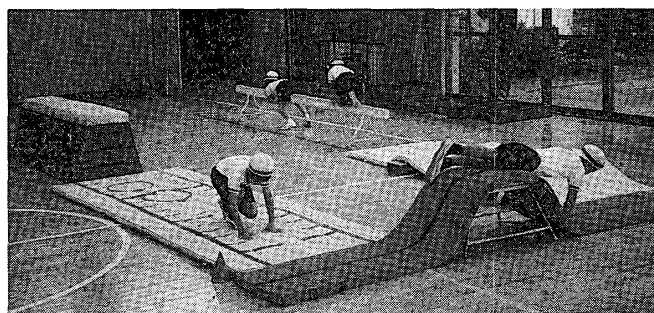
	あかG	あおG	みどりG	きいろG	
場 づ く り					準備物
					ロングマット8枚 <b>L</b>
					ハーフマット4枚 <b>H</b>
					跳び箱8台
					踏み切り板8枚
ミニマット2枚 <b>M</b>					
踏み切り板調整板, ケンステップ24枚					
並ぶ位置 ~~~~~					

表3 子どもたちが考えた場② (第三次第2時「自分の技の発表会をしよう」)

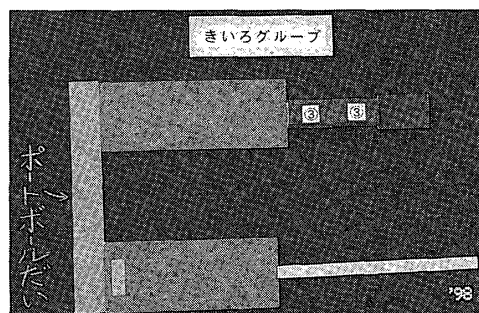
	あかG	あおG	みどりG	きいろG	
場 づ く り					準備物
					ロングマット8枚 <b>L</b>
					ハーフマット4枚 <b>H</b>
					跳び箱8台
					踏み切り板8枚
ミニマット2枚 <b>M</b>					
平均台4台					
踏み切り板調整板, ケンステップ24枚					
ポートボール台1台					
並ぶ位置 ~~~~~					

- ② グループごとの場を考えやすいように、黒板に着く「器械の模型」を利用する。  
 カラーボードを使って、マット・跳び箱・平均台など磁石で黒板につけられる簡単な模型をグループの数作り、場を考えるのに利用する。

子どもたちが考えた場



器械の模型



#### (4) 友だちの動きも自分の動きづくりのヒントに←友だちタイム

こだわり

自分の考えというものは、やはり幅が狭いもの。友だちの動きもヒントにすることにより、動きに幅を持たせることになり、友だちの良さを認めることにもなる。

#### 【具体的な手だて】

授業中の練習の内容や仕方によって、いろいろなタイムを定義づけて、授業の流れに沿ってそれぞれに合ったタイムをこなしていく。

- ① 自分タイム＝自分の技を創るように練習する
  - ② 友達タイム＝友達の技を見たり真似をしたりして、自分の技の幅を広げるように練習する
  - ③ 先生タイム＝先生が紹介した技を練習する
- (5) 身近な素材を使って親近感を

こだわり

器械・器具というと、マット・跳び箱・平均台などと学校にあるもので、これらを使った運動は、学校でだけするものと考えがちである。でも、よく考えてみると、身近なところにそれと似たような運動を引き出してくれるものはある。クッション・枕・座布団などを工夫して使用することにより、動きに変化を持たせると共に、器械・器具を使つての運動を身近な運動として受けとめられるようにしていきたい。

#### (6) 準備と片付けを自分たちの手で～下準備がいる～

こだわり

運動量やいろいろな動きを保障していこうと思うと、たくさんの器械・器具が必要である。だが、運んだりセッティングしたりするのに、1年生の力には限界がある。そこで、『準備』と『下準備』に分けて子どもたちと取り組んでいきたい。

『下準備』は、グループの一部の者があたり、授業中に準備しやすいように器械・器具を体育館の端にセッティングしたり、一部の器械・器具を所定の位置にセッティングしたりしておく。

『準備』は、体育館の端にセッティングされた器械・器具をグループのみんなで所定の位置にセッティングする。

#### 【具体的な手だて】

- ① 下準備を事前に生活班の「準備名人」8名と教師とで、体育館の端に必要な器械・器具をセッティングする。
- ② 事前に黒板に掲示してある「器械の模型」を見ながら、各グループ全員で授業中に準備する。
- ③ 片付けは、各グループ全員で下準備する前の状態にする。但し、時間的に無理な場合は、下

準備の状態に全員でいったん戻し、生活班の「片付け名人」8名と教師で最終的な片付けを行う。

(7) 考える材料としての学習カードの利用

こだわり

『学習の見通しとねらいを確認する・自己価値能力を育てる・運動が上手になるための手助けとなる・子どもの考えが分かる』という4点を低学年のうちから大切にしていきたい。1年生にとってあまり難しいものにならない程度におさえ、「考えて運動する」という習慣を身につけるスタートにしたい。

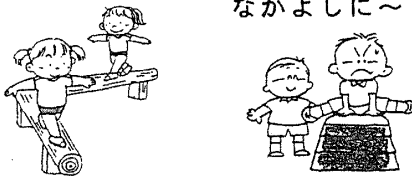
【具体的な手だて】次のような内容のカードを子どもに渡し、利用させる。

- ① 学習のめあて→「なかよしになるコツ」と名付けて、めあてを確認する。
  - ◇ 「じぶんタイム・ともだちタイム・先生タイム」についても確認する。
- ② 学習の計画→授業のめあて、内容、時間
- ③ ふりかえり→2時間ごとにめあてに応じた5つの点についてふりかえる。(自己評価)
- ④ マット・跳び箱の運び方・置き方の約束
- ⑤ マット・跳び箱の場づくりの例
- ⑥ 「動物先生」一覧表→動きに応じた「動物先生」を記入する。(国語科で活用)
- ⑦ 自分の技創りの「動物先生」のカードを貼るところ
- ⑧ 学習の総合感想→単元終了時に記入する。

学習カード①・②・③

〇〇になって  
きかいあそび

～マット・とびばこ・へいきんだいと  
なかよしに～



～なかよしになるコツ～

1. いろいろなわざをたのしもう。
2. じぶんのわざをつくらう。  
～ともだちのわざもヒントにしよう～
3. じゅんぴ-かたづけ名人にならう。

じぶんタイム=じぶんのかんがえたわざのれんしゅうをする。  
ともだちタイム=ともだちのわざをみたり、まねをしたりする。  
せんせいタイム=せんせいのしょうかいしたわざをれんしゅうする。

名		
ま		
え		

がくしゅうのけいかく (ごんごうせむ(けい)しゅう)

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
なかよしになる コツをしろう。	マットと なかよしに なろう。	とびばこと なかよしに なろう。	とびばこと とびばこと なかよしに なろう。	とびばこと とびばこと なかよしに なろう。	とびばこと とびばこと なかよしに なろう。	とびばこと とびばこと なかよしに なろう。	とびばこと とびばこと なかよしに なろう。	とびばこと とびばこと なかよしに なろう。	とびばこと とびばこと なかよしに なろう。	とびばこと とびばこと なかよしに なろう。
マットのじゅん び-かたづけの しかたをしる。	じぶんのわざを つくる。	じぶんのわざを つくる。	じぶんのわざを つくる。	じぶんのわざを つくる。	じぶんのわざを つくる。	じぶんのわざを つくる。	じぶんのわざを つくる。	じぶんのわざを つくる。	じぶんのわざを つくる。	じぶんのわざを つくる。
どうぶつあるき をしろう。	じぶんのわざを つくる。	じぶんのわざを つくる。	じぶんのわざを つくる。	じぶんのわざを つくる。	じぶんのわざを つくる。	じぶんのわざを つくる。	じぶんのわざを つくる。	じぶんのわざを つくる。	じぶんのわざを つくる。	じぶんのわざを つくる。

ふりかえり (ごんごうせむ(けい)しゅう)

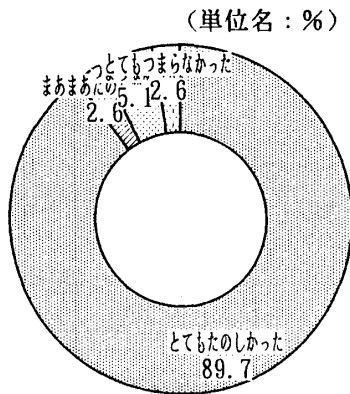
ふりかえること	2・3	4・5	6・7	8・9	10・11
たのしくできたか。	◎○△	◎○△	◎○△	◎○△	◎○△
なかよくできたか。	◎○△	◎○△	◎○△	◎○△	◎○△
いろいろなわざができる ようにがんばれたか。	◎○△	◎○△	◎○△	◎○△	◎○△
じぶんのわざをつくる ようにがんばれたか。	◎○△	◎○△	◎○△	◎○△	◎○△
じぶんのわざをつくる ようにがんばれたか。	◎○△	◎○△	◎○△	◎○△	◎○△
じぶんのわざをつくる ようにがんばれたか。	◎○△	◎○△	◎○△	◎○△	◎○△

#### 4 実践のふりかえり

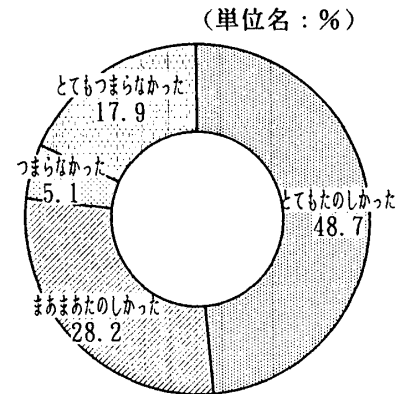
子どもたちの学習活動の様子や授業後のふりかえりの記述内容をもとにして、実践の全体をふりかえっていきたい。

##### (1) 授業終了後の子どもたちの反応

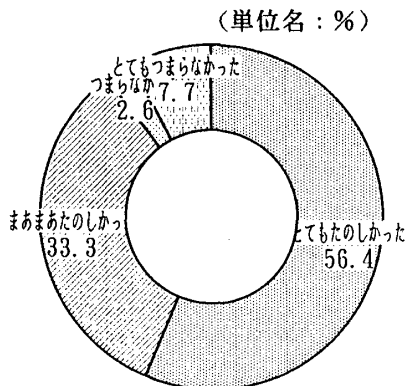
① 『OOになってきかいあそび』は、やってみてどうでしたか？



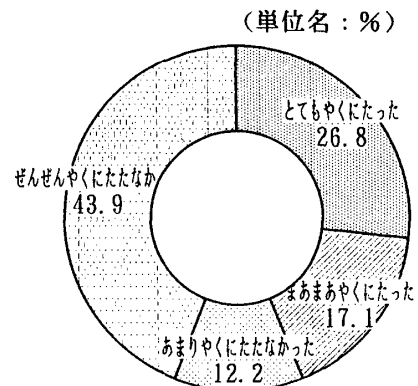
④ 『じぶんたちでかんがえるばづくり』は、やってみてどうでしたか？



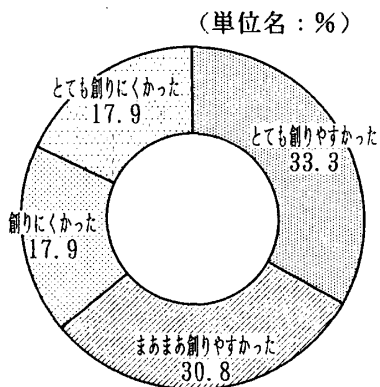
② 『じぶんのわざづくり』は、やってみてどうでしたか？



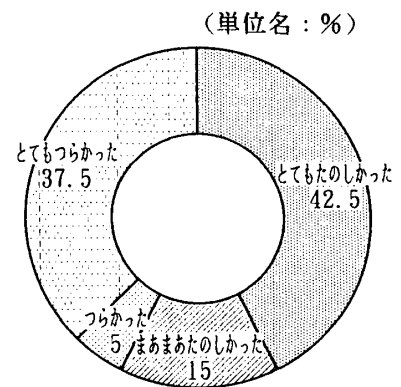
⑤ 『クッション・ざぶとん』などをつかってみて、どうでしたか？



③ 『どうぶつ先生』の力をかりてわざをつくるのは、どうでしたか？



⑥ 『じゅんぴ・かたづけ』は、やってみてどうでしたか？



## (2) ふりかえり（考察）

### ① 自分の技づくり→運動へのこだわり（＝楽しさ）？

ア 『自分の技づくり』に楽しさを感じた子どもたちが、約90%を占めている。教師から基本の動きということで、与えられたものにも確かに興味をもって取り組んではいた。上手になっていくことにも喜びを感じていた。しかし、限界を感じた。やはり、所せんと与えられたものである。変化がない。『創り出す＝オリジナル』の喜びを味わわせることにより、運動へのこだわりがスタートするよう思われる。『創り出す』ことに喜びを感じている子は、他の単元の授業や生活の中でも、その力を発揮していた。リズムなわとびでの新しいステップの技づくり；遠足へ行った場所の階段・壁やフェンスを利用してのあそびなどに結び付いていた。

ただ、いろいろな基本の技をやりこなせないと『創り出す』材料が足りなくなるので、逆に悩むばかりのようであった。基本の技の基盤の上に『創り出す』喜びがあるのだから、この点を見落としてはいけない。

イ 『自分の技づくり』をしやすいするために、『動物先生の力を借りて』という模倣の運動の要素を導入して取り組んだ。この考えで『創りやすかった』と感じた子どもたちが、約64%であった。独特の動きをもつ動物のイメージがすんなり子どもたちに入り込んで、いろいろな動きができたようである。

逆に『創りにくかった』と感じた子どもたちは、考える技を動物先生に例えなくても、スムーズに浮かんでいたようである。さらに、動物先生をカードに書いたり、黒板に張ったりする手間を面倒に感じていたことも関与していたように思われる。

### ② 自分が考えた運動をする場づくり→運動へのこだわり（＝楽しさ）？

ア 第二次の途中から、グループごとに場を考え、自分の技づくりに取り組んだ訳だが、約77%の子どもたちは、楽しく取り組んでいた。マットや跳び箱のつなぎ方はもちろんのこと、でこぼこマット、マットの山道、滑り平均台などユニークな発想で場をつくっていた。

ただ、考えた場が、決して技を創り出すのに有効なものばかりではなかった。むしろ、動きを制限してしまう場もあったので、安全面も含めて、教師のアドバイスが必要であった。

イ 子どもたちの中には、自分の技づくりより、場づくりに関心がいきすぎて、本来のねらいを見失いそうな子どもが出てしまった。技づくりの有効性も含めて、運動をする場を子どもが考えていくことには、もう少し教師からの働きかけを増やしていくことの必要性を感じた。

## 5 終わりに

用具の工夫・準備・自分の技づくり・場づくり、そして片付けと、子どもたちが受け身ではなく、運動にこだわりをもって主体的に取り組めるように実践してきた。低学年から真の『体育学習者』づくりをしていかないと、中・高学年での更なる発展は望めない。陸上種目の三段跳びに例えると、ホップを上手に行うと、後のステップ・ジャンプがスムーズに行くことと同じではないだろうか。

### <参考文献>

- ・根本正雄編／城北教育サークル著「子供の関心・意欲を育てる体育の場づくり集：小学1年」  
(明治図書)
- ・根本正雄編／佐藤真健・相坂 俊著「評価に役立つ体育学習ノート集：小学1年」  
(明治図書)