

# 児童の運動量・運動感覚・運動の習慣化の向上を図る 体育授業の改善

—内発的動機づけに支えられた「伝統的な遊び」の活用を通して—

研究構想図

長期研修員

小林俊介

## 「運動能力向上」へ向かう

### 習慣化

#### 「準備運動」

主運動の運動構造との類縁性に着目した「伝統的な遊び」を活用

児童

- 身体を思い切り動かして遊ぶ
- その遊びが一層楽しくなるための動きの工夫をする中で、主運動につながる運動感覚を味わう

教師

- 遊びそのものを楽しめるようにする
- 児童が味わっている運動感覚に共感する

#### 「教師の言葉掛け」

主運動につながる運動感覚がイメージできる言葉掛け

児童

- 「これってさっきやった〇〇遊びみたいだね」
- 「〇〇遊びみたいだったらできそう、できるかも…」

- 主運動を行う際に、児童自身が「伝統的な遊び」で味わった運動感覚に気付くような言葉掛け(働き掛け)をする

教師



内発的動機づけ

#### 「雰囲気づくり」

児童

- 動いたりジェスチャーを交えての話合い
- 「楽しいね」
- 「休み時間にもやりたいな」

教師

- 各児童が自己発揮する雰囲気づくり
- 運動しながら、必要に応じて話し合ったり、説明を聞いたりできるような状況をつくる

安心して授業に臨める環境づくり

### 児童の運動能力向上を図る体育授業の改善

#### 指導方法

動きのイメージが児童になぜ分かってもらえないの…

#### 批判的思考によるアプローチ

自分(教師)が子供のときからやっているとおりにしているけど、これでよいのかな？ 児童にとってはどのような意味があるのかな？

#### 体育座り

下を向く感じだなあ。この姿勢が本当に正しいのかな？

#### 準備体操

#### 【国】や【県】の課題

- 運動する子供と、そうでない子供の二極化
- 運動が習慣化しないことを含む生活習慣の乱れ

#### 児童の実態

- 体育や運動が好きな児童と嫌いな児童
- 休み時間や放課後に遊ぶ児童と遊ばない児童

## 準備運動

第2学年  
「鉄棒を使った運動遊び」



## 教師の言葉掛け 雰囲気づくり



その後、逆上がりができた。そして、「頭の上でボールを蹴る感じ」と言っていた。この感覚は「靴飛ばし」のときに工夫を重ねて得たものなのだろう。

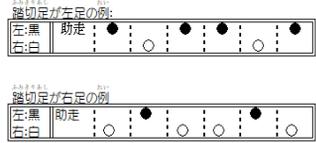
## 習慣化へ向かう



クラスの友達とルールを変えながら工夫して「明日天気になあれ（靴飛ばし）」を楽しんでいた。

第3学年  
「幅跳び」

### 2段ホップジャンプ



ある児童の運動感覚に他の児童が触れられる状況をつくるための言葉掛けをした。これは児童が、「幅跳び」の踏切までのリズム感を習得するために有効だった。

約8割の児童が記録更新！



友達と休み時間に「ケンケンパーヘビジャンケン」をして楽しく遊んでいた。

第6学年  
「ソフトボール」



## 動きを入れて 課題解決 分かりやすく



自分や仲間の考えをスタンディングで動きを交えて伝え合った。



昼休みにバドミントンのやり方を教えながら、低学年の友達と一緒に楽しく遊んでいた。

## 成果

体育授業で内発的に動機づけられた「伝統的な遊び」を活用したことは、児童が運動量・運動感覚・運動の習慣化を向上させるのに有効だった。

## 課題

本研究で紹介したものの以外の単元で活用できる「伝統的な遊び」の教材化を図ることを今後の課題としたい。

## 提言

与える意味での運動を「教える」指導法ではなく、児童一人一人の内にある運動感覚を生かす指導を心掛ける。そのためには、児童の内に多様な運動感覚が生まれる経験を大切にすることが必要である。