

意欲的に運動に取り組む児童の育成

-運動する『時間・空間・仲間』の三つの『間』に着目した体づくり運動の指導の工夫を通して-

特別研修員 体育 山田 哲也 (小学校教諭)

児童の実態

- 新体力テストの結果が毎年低下している
- 遊びは室内ゲームやインターネットが多く、運動に消極的で携わる機会が減少

社会の現状

- 運動する子・しない子の二極化
- 遊ぶ「時間」「空間」「仲間」の減少

目指す児童像：運動を楽しむ雰囲気自らつくり出そうとする児童 運動の三つの『間』に着目した体づくり運動



【時間】
短時間でできる



【空間】
少しのスペースで
できる



【仲間】
友達や家族と一緒に
できる

手立て① 運動遊びを体験させるための工夫

ボール転がし ストレッチ

段ボールでGO!

ゆりかご ストレッチ

スライディング

スライディング

スパイダーマン

ゴムとび

ペットボトルを落とすな!

児童が、興味をもつような運動を取り上げ、名称を付ける

様々な動きを通して運動経験を積む

手立て② 動きを工夫する視点を提示し、「やりたい動きができた」という達成感を感じられるような活動の設定

5 10月12日	◎運動の行い方 時間：20秒運動+休憩10秒を2回、3セット 空間：たたみ2畳分くらい	経験してきた運動を組み合わせる 運動プログラムを作成しよう
6 10月16日	仲間：友達や家族と一緒にできる	◎運動の行い方 本時間・・・20秒運動+休憩10秒×2を3セット 本空間・・・ちよとしたスペースで 本仲間・・・友達や家族といっしょにできる
7 10月20日	個人の課題を踏まえた運動プログラムを考える	◎運動を工夫する視点 本人数、回数、距離、時間、姿勢、用具、方向などを変化させる。
8 10月27日	◎運動を工夫する視点 人数、回数、距離、時間、姿勢、用具、方向などを変化させる	1セット目 振当 1回目 20秒 10秒休憩 2回目 20秒 10秒休憩 カエルの足打ち ペットボトルを落とすな!
		2セット目 振当 1回目 20秒 10秒休憩 2回目 20秒 10秒休憩 バーピージャンプ アガラシで世界一周
		3セット目 振当 1回目 20秒 10秒休憩 2回目 20秒 10秒休憩 スライディング コンタチ

グループで考えた運動プログラムの良いと思った点と改善点を書きましよう。課題に合わせて、みんなの運動よりはげしかったという声があったから続ければ結果が出ると思た。

自己の運動課題に対する振り返りシート

成果
◎体づくり運動を通して、「時間・空間・仲間」の意識付けとして言葉掛けを繰り返したり、運動プログラムの構成を考えさせたりしたことは、運動を生活に取り入れるきっかけとなり、自然と体を動かす雰囲気をつくり、運動の意欲の向上につながると感じた。
◎他領域とのつながりを意識して指導をしたことで、児童は、他領域の基礎的技能でもある走・跳・投の3つの運動の体験をした。できる運動が増えたことで、運動の土台づくりになり、意欲も向上したと感じた。

課題
◎個人の運動課題とグループで構成した運動プログラムが合っていない児童もいた。個人の運動課題を設定する際に、どのような運動を行えば運動課題を改善できるのかを考えさせることで、運動課題と運動プログラムのずれが少なくなると考えられる。