

# 体づくり運動のカリキュラムデザイン — 小学校低学年での実践事例を中心に —

森 勇示

愛知教育大学保健体育講座

## Curriculum Design for Exercises to communicate in each other / Exercises to create various movements”

— Cases in the 1st-2nd grades of elementary school —

Yuji MORI

Department of Health and Physical Education, Aichi University of Education

キーワード：体ほぐしの運動遊び、多様な動きをつくる運動遊び、カリキュラムデザイン

Key Words：Exercises to communicate in each other, Exercises to create various movements,  
Curriculum Design

### 1. 問題の指摘と本稿の目的

体づくり運動について誤解している例を散見する。それは教育課程の無理解に起因している。誤解の例では、この領域の内容や方法に疎く旧態依然とした実践を繰り返している例がある。具体的には年度当初の体育授業で、生徒が辟易するほど集団行動やラジオ体操を一ヶ月近く行うケースがある。それは集団が揃うことが目的で、揃うまで何度も繰り返すので嫌気がさすとのことである。これは筆者が指導する大学生の、自分が経験してきた体育授業の回想にて報告されている。その報告は1, 2例ではなく、毎年10, 20例を優に超えるほどの数になる。関連して毎時間の授業開始時に補強運動と称して、いわゆる「筋トレ」を行う授業があり、これも多数報告される。それは腕立て伏せや腹筋のトレーニングを「全員〇回」と一律に課し準備運動の中に組み込まれている。授業開始時の補強運動は「带状」と言い、年間指導計画を表にすると带状に表されることから命名されている。

辟易するほどの集団行動・ラジオ体操や「带状」の補強運動は主として中学・高校の体育授業の例である。ラジオ体操は体づくり運動の内容に入ら

ないわけではないが、1920年代の我が国で簡易保険事業として採り入れられた健康体操である<sup>1)</sup>。それが辟易するほど強要されるなら一種のフラストレーションになり、不健康な体操になる。また、補強運動も体づくり運動の内容だが、中高生ならトレーニング処方に基づく合理的な運動の実践を学習すべきだと考える。それを「全員〇回」などと同じ回数で行うことは非合理的な運動の実践になる。なぜならトレーニングの「個別性の原則」<sup>注1)</sup>を無視しているからである。

他に、学習内容の誤解も見受けられる。小学校の例では持久走があげられる。学習指導要領解説(以下「解説」)では持久的な意味の走運動について、全ての学年で「無理のない速さで」走ると解説されている<sup>2)</sup>。ところが多くの学校では体育的行事と関連づけ、順位やタイムを向上させる「無理な速さで」走ることも求められる。小学校の陸上運動系の領域に長距離走はないのに、これでは長距離走の学習と化してしまう。学習内容の誤解には長縄跳びの例もある。これも体育的行事と関連させ競争化して行われている。例えば一般に「8の字跳び」と呼び、集団で跳んだ連続回数を競う。これは回旋する長縄を1人1回跳んで通過し「8の字」に巡回して繰り返すので「8の字跳

び」と呼ばれる。多くの学校で競争化されたり、全国大会で優勝を争ったりする<sup>3)</sup>。行事の競争化ならまだしも、体づくり運動の学習にもかかわらず「勝つためのコツ」を話し合う授業を見た。長縄跳びはもとより、体づくり運動は競争の学習ではない。勝つためのコツを話し合うのは球技や武道の学習内容である。加えて「8の字跳び」は縄の回旋方向や縄への進入・通過がワンパターンであり、これを延々と繰り返すことになる。その点で「多様な動きをつくる運動」と逆行する。また、連続回数を200、300回と重ねる毎に持続的な運動になる。「解説」の高学年の持続的な例示に長縄跳びがあるものの、体づくり運動領域の小学校の重点課題は「体の柔らかさ及び巧みな動きを高めること」<sup>4)</sup>なので回数競争の長縄は課題の中心から外れていることになる。

以上のような体づくり運動の誤解を解くために①「指導要領」「解説」と、これに準ずる指導資料を批判的に検討するとともに、体づくり運動発展のために②既存にないカリキュラムをデザイン・実践した小学校低学年での事例を報告する。以上①②が本稿の目的である。

## 2. 体づくり運動に対する批判的な検討

### 2-1 「体操」から「体づくり運動」へ

体づくり運動の領域は、過去に「体操」と呼ばれていた。平成10年「指導要領」から小学校高学年以上で領域名が「体づくり運動」となった。この時、中学年以下は「基本の運動」といい、その中に器械運動・陸上運動・水泳・表現運動の系統も含まれていたため、体づくり運動との分岐は明確でなかった。領域名が変わった理由は、当時の体育科の目標が「心と体を一体として」という心身一元論に立し、新たに「体ほぐしの運動」が加わったため「体操」という領域名がそぐわなくなったからである<sup>5)</sup>。すなわち変更は「体操」の系統を継ぐ本旨を主導する理由ではない。そのため平成10年代は「体ほぐしの運動」を除いて、多くの学校で旧来の「体操」と同じ内容を行っていたのである。具体的にはサーキットトレーニングやストレッチングが主で、これを「個人でするのか」「ペアか」「グループがいいか」などその学

習形態が協議の中心だった。

筆者の経験で記憶しているのは「個人ではトレーニングをごまかす」ゆえに「ペアかグループで行う」というのが望ましい学習形態とされた。その後、自発的学習から考えた場合、ペアやグループによる「監視の目」「連帯責任」で運動を行うことは望ましくないと思われ、そこで体づくり運動をする理由が問われることとなった。この時多くの授業ではスポーツテスト<sup>注2)</sup>のスコアを用い、平均値より劣る項目の改善が課題とされた<sup>6)-11)</sup>。それらは主として中学・高校の事例であるが、所詮教師発の課題は生徒にとっての自発的な課題とは結び付かなかった。

また、体ほぐしの運動が「何をしていいか」わからず、実践に苦慮する教師は当面は紹介された事例を踏襲することでしのいでいた。ところが交流ゲームに発展性のないことやレクリエーションのような雰囲気を感じ避ける保健体育教師がストレッチに注目するようになった。ストレッチは体ほぐしの運動のねらいを広義に解釈すれば「体への気づき」「体の調整」と合致し、しかも筋肉をほぐすので「体ほぐしそのものだ」と思われるようになった。こうして「体ほぐしの運動」は毎時間の授業の準備運動に利用され「手段としての体ほぐしの運動」と化した。象徴的な例では準備運動を始める際に「今から体ほぐしの運動を始めます」と宣言する教師もいた。しかも、当時刊行された文部省「学校体育実技指導資料第7集 体づくり運動－授業の考え方と進め方－」では、各運動領域の導入としての「体ほぐしの運動」が紹介され、水泳・バスケットボール・柔道などの例が示されていた<sup>12)</sup>。しかしその後「体ほぐしの運動」は他の領域の手段ではないことに気づいたのか改訂版<sup>13)</sup>で訂正された。

### 2-2 平成20年と29年の改訂

平成20年改訂の「指導要領」から体づくり運動はすべての学年で必修となった。その背景は周知の通り、子どもの体力低下問題であろう。ここでは「体ほぐしの運動」の名称は全学年同じだが、もう一つの内容は「多様な動きをつくる運動（遊び）」(小学低中学年)、「体力を高める運動」(小学

高学年以上)となった。ここに「体力」という語が含まれ、その測定的な語感からスポーツテストのスコアを動機付けに用いる授業は続いていた。

この改訂でのもう一つの大きな点は中学・高校で7単位時間以上実施すること、「指導要領」で初めて時間数が規定されたことである。しかもこれを解説するリーフレットの表紙に「各学年7単位時間」(高校では7~10単位時間)「単元として取り上げましょう」<sup>14)</sup>などと、単独単元で実施する旨が明記された。ここに「带状」を排除する意図が含意し、毎時間の数分間で済ますわけに行かなくなった。あわせて表紙には「実生活に生かしたり、役立てたりできるような学びにしましょう」と3つ目の趣旨が明記されている。これは小学校の「解説」にある「学習したことを家庭などで生かすことができるよう指導の在り方を改善する」<sup>15)</sup>との内容と関連する。ここから、スポーツテストのスコア改善では実生活に生きないという反省が推察される。

平成29年改訂では「体の動きを高める運動」(小学年5年生から中学2年生)、「実生活に生かす運動の計画」(中学3年生以上)となり、「体力」という語がなくなった。これは先述の「体力」なる語感が「スポーツテスト」「測定的スコア」を想起させ、その結果「体づくり運動の生活化」に失敗した反省から「実生活に生かす運動の計画」などと直接的な命名に訴えたものと感じる。加えて「解説」には次のような詳述<sup>16)</sup>があり、よほど測定的なイメージの払拭に腐心していることがうかがえる。

新体力テストなどの測定結果を利用する際には、例えば、測定項目の長座体前屈は体の柔らかさの一部を測定するものではあるが、これ以外にも体の柔らかさを高める必要があることや、成長の段階によって発達に差があることなどを理解させ、測定項目の運動のみを行ったり、測定値の向上のために過度な競争をあおったりすることのないよう留意することなどが大切である。

名称変更の経緯を概観すると、体づくり運動は

「動きづくり」と「計画づくり」に大別される結果となった。特に小学校低中学年の内容は「多様な動きづくり」として、将来の体力につながる動きと他の領域にない動きに留意することが「解説」で述べられている。これらを進んで楽しく取り組むことも強調されている<sup>17)</sup>。ここに体づくり運動の進化が展望できる。すなわち「多様な動きづくり」の多様性に無限定なイメージを抱けば、カリキュラム開発のための創造性の発揮が期待できるのである。

### 2-3 体づくり運動のカリキュラム開発

小学校の実践では、提示された事例を忠実に採用するケースが多い<sup>18)~22)</sup>。全教科を担当する小学校教師が体育だけに時間を割くわけにもいかず、教師にとって自由に創造性を発揮する機会は抑制される事情がある。提示された事例とは、文部科学省の指導資料集<sup>23)</sup>が端緒である。それは当初、出版物やパンフレットとして配本・配布されたが、今日では行政機関のホームページからダウンロードできるようになっている。提示された内容には、この領域の趣旨や単元計画モデル、運動の例がカラフルなイラストで表されている(図1)。そこに示された単元計画通り、イラスト通



図1 運動の例イラスト

り実践すれば取りあえず授業をやり過ごすことができる。そのため、事例集は若年教師にとって有益だが、これに依存する他力本願な態度が増長すればカリキュラム発展を損なうものと危惧される。所詮それらは教師や教育行政の思考の枠組み内で生産されたものに過ぎないからである。

それでも低学年の「体ほぐしの運動遊び」「多様な動きをつくる運動遊び」には創造的な発展が期待できる。なぜなら「遊び」の特性や語義から「自由な活動」<sup>注3)</sup>と定義されているからである。低学年の体育の内容はすべて「遊び」になっている。ここで言う「遊び」とは勤勉の対義語「怠惰」を意味するものではなく、幼児が文化を経験する導入としての「遊び」であり、「学び」としての趣旨が含まれている。「指導要領」では1977年から「水遊び、リレー遊び、ボール遊び」などが低学年の内容になった。「遊び」が「指導要領」において最も注目されたのは1989年からの「指導要領」であり、ここから「プレイ論」<sup>注4)</sup>が体育の内容の理論的な基盤となった。

「プレイ論」に基づく「自由な活動」を保障する体育に創造性が発揮される可能性がある。例えば、器械・器具や運動用具が運動をする場に多様にセットされ、数種類の多様な動きづくりが子どもの意思でできる授業がある。どの場所で何をするかは子どもの自由意思に任せられ、しかも運動の内容は子どもと教師の創造性によって増殖していく。すなわち多様な動きは、より多様になる。そのため今日的（本稿執筆時）教育課題「主体的・対話的で深い学び」の実現に向かうことも期待できる。

一例として、奈良女子大学附属小学校で長年「忍者体育」を実践していた岩井邦夫は全国の教師に影響を与えた。「忍者体育」とは図2のように体育館全面に運動の場所がセットされ<sup>24)</sup>、子どもはそれらを利用し「忍法〇〇の術」と命名し様々な動きを自由に創造する。その取組はチャレンジングであり、子どもにとって「忍者の修行」と呼ばれる。岩井自身も子どもの創造性に期待し、自由な運動表現を育てようと考えていた<sup>25) 26)</sup>。この授業を評した小林篤は「忍者体育」を岩井が始めたのが1983年であり、「新しい学力観」<sup>注5)</sup>を

12年前から先取りしていたとその先見性を賞賛している<sup>27)</sup>。その実践記録を改めて読めば、今日の「主体的・対話的で深い学び」すら先取りしている感があり、筆者の評では本稿執筆時の38年前から先取りしていたとも言える。今でも忍者をモチーフにした体育が体づくり運動の公開授業で見られる。

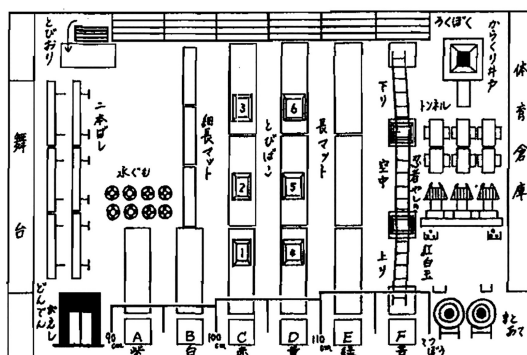


図2 「忍者体育」運動環境図（図は村岡論文<sup>24)</sup>より）

多様な動きをつくる運動遊びは、「バランス」「移動」「用具」「力試し」<sup>注6)</sup>の4つの内容で構成されているが、その趣旨は「体づくり運動以外の各領域において扱いにくい様々な基本的な体の動きを培う運動遊び」<sup>28)</sup>である。ただし、これを各領域の手段と考えると2-1項で批判した「手段としての体ほぐし運動」の二の舞になる。これを避けるために、改めてこの領域には「運動の技能」という評価の観点がないことを確認する必要がある。なぜなら未だこの観点について無理解な例が見られるからである。それは学習指導案の目標（評価の観点）に「運動の技能」が明記されている点にある<sup>29) - 31)</sup>。平成20年改訂の「解説」から体づくり運動が特定の運動技能に属さないことを理由に「技能」に代えて「内容」としている。さらに、平成29年「解説」では、「従前通り『技能』ではなく『運動』として示す」と念を押している<sup>32)</sup>。

以上を踏まえ、子どもと教師の創造性によって動きが増殖し、「多様な動きはより多様になる」ことをコンセプトに運動遊びを創案し実践した。これを事項にて報告する。

### 3. 創案・実践した内容

#### 3-1 フェンシング

小学2年生でフェンシングの授業<sup>33)</sup>を行った。フェンシングと言っても、写真1のような剣(ウレタン製「ソフトチャンバラ」池田工業 68cm)を使用する。攻撃面はビブス全面に面ファスナーシート(25cm×18cm)付け、剣先にマジックテープを着けた椅子カバーで突く。椅子カバーが相手ビブスに付着すれば1ポイントとなる。目を保護するゴーグルを着けて試合をする(写真2)。

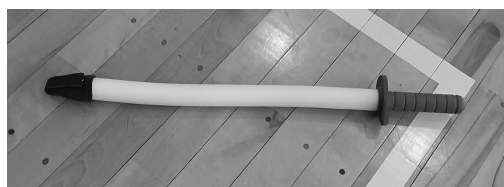


写真1 使用した剣



写真2 ビブスとゴーグル



写真3 対戦する様子

ピスト(競技場のこと1.2m×8m)はラインテープ(5cm幅)で設営している。写真3では対戦する者同士の間を審判のように試合開始・終了の合図をする。

これを「体ほぐしの運動遊び」として交流目的で計画・実践した。運動遊びなのでフェンシングに関する技能の指導はないが、一定の簡易ルールはある。試合をする度にルールの盲点を突くような不正行為があり、子どもたちに不満も生じる。それを授業内で問題として取り上げ、子どもたちで解決していく。交流目的という点、指導資料<sup>14)</sup>では図3のように仲間との共同行為を前提とする運動ばかり例示される。これでは交流を強いる性格が運動に内在し、考えようによっては交流の強制とも言える。これに対して、フェンシングではあえて相手と対決する。そこに感情的な軋轢も生じる。子どもたちはそれを乗り越え、相互に認め合い運動が成立するための心構えを形成していくことになる。



図3 交流目的の運動例

そのように考えると共同行為ばかりが交流ではない。交流できるためのラポール<sup>注7)</sup>が形成されていることが前提である。交流目的の事例はその発達プロセスに気づいておらず、安易に事例を採用しても交流が機能せず反感に転じる可能性もあると危惧している。特に身体接触をとまなう遊び経験が不足している幼児や低学年児童は、どこかでラポール形成の経験を充実させる必要がある。それに打って付けの教科はまさに体育だと筆者は考える。

#### 3-2 「痛い」体ほぐしの運動

交流目的かつラポール形成を企図した運動として、「痛い」体ほぐしの運動<sup>34)</sup>を創案・実践した。この実践は研究協力校の都合により低学年ではないが、低学年の内容としても充分実践が可能だと

考えている。

写真4は相手を突き飛ばす運動である。突き飛ばされた子はスポンジマットに倒れ込む。慣れてくると「どこまで強く突き飛ばせるか」と強さが増していく。同時に授業内の歓声も大きくなっていく。子どもの中には「先生、この人ヤバいです。」と訴えてくる子もいるが、その表情は明らかに笑顔である。倒れる姿勢は後頭部を打たない前屈になり、結果として柔道の受け身のような感覚も期待できる。ただし運動遊びなので技能目的はなく、柔道的手段ではないことを念を押しておく。



写真4 突き飛ばす運動

写真5は「お尻で突き飛ばす運動」、写真6は「タックルで倒す運動」である。明確な時代的根拠はないが、「お相撲ごっこ」「プロレスごっこ」で遊んだ時代の再現と考えている。遊びの中でどこまでの乱暴が許されるか、その域を超えて喧嘩になるかを知ることは、実際に身体に痛みをともなう経験によってなされるものと考えている。



写真5 お尻で突き飛ばす運動



写真6 タックルで倒す運動

写真7、8は「ムエタイごっこ」として相手に蹴りを入れ、「アームブロック」(前腕部で蹴りを受け止める)している。写真7は回し蹴りのハイキックをブロックしている。写真8は前蹴りをブロックしボディを守っている。ブロックした前腕部は赤くなり、痛々しい蹴りの余韻を残しているが、子どもたちはみな笑顔である。



写真7 回し蹴りをアームブロック



写真8 前蹴りをアームブロック

体育授業ではサッカーやバスケットボールでも相手と身体接触する。この時、転倒や打撲はしばしば起きるが、もともと身体接触をルールで禁じている球技・ボール運動と、これを前提としているところが「痛い」体ほぐしの運動では目的が異なる。多少の痛みをとまっても笑顔で済ませることができるなら「相互理解」「寛大さ」などラポール形成をとまなう交流目的の学習になると考えている。

### 3-3 リボン

この授業は筆者のゼミ学生である奥村玲未が卒業研究課題<sup>35)</sup>として考案・実践したものである。その内容は子ども用のリボン(長さ2m, スティック30cm)を持ち、音楽を流しながら自由に舞うというものである(写真9)。曲想の異なる数曲

を用い、運動中ランダムに変曲する。ポップな曲やアップテンポでダンサブルな曲をかけたり、時にはスローなクラシックなどにもなる。多様な動きをつくる運動遊びとして特定のリボンの使い方を指導することはしない。それでも子どもたちのリボンの扱いや動きの様相は曲想に応じて変化していた。

写真10から14は一人没入して激しく舞っている子の様子である。リボンを動かすだけでなく、側方倒立回転のように片手を床について回転したり(写真10)、1回転ひねりでジャンプしたり(写真11, 12)、新体操の投げ技のように、リボンを投げ、キャッチしていた(写真13, 14)。

長く曲をかけていると、疲れた子どもたちの動きは鈍くなったが、「紅蓮華」<sup>注8)</sup>がかかると歓声が上がリ授業前半の躍動感が戻ってきた感じが



写真9 リボンの授業

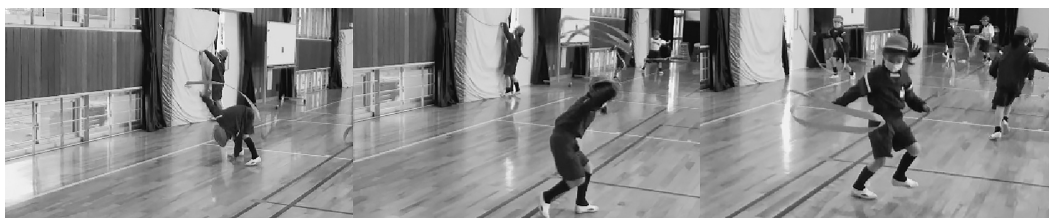


写真10

写真11

写真12



写真13

写真14

あった。この曲に影響されたのか3人でチャンバラごっこのようにリボンで対決をしている子たちもいた（写真15）。



写真15 3人で対決する

この授業に帯同し、体育館全面を使って舞いながら走り回る子どもの動きを目の当たりにした筆者は、子どものもつ創造性を存分に発揮している光景に驚いた。しかも、リボンの動きを子どもに教示したわけではなく、学生奥村の若干のデモンストレーションで始まり、その後はリボンと音楽だけで見事に多様性を発揮していた子どもたちの動きは圧巻であり、まさに「多様な動きをつくる運動遊び」の本懐を遂げている実践に見えた。

### 3-4 バランスバイク

この授業は愛知教育大学附属名古屋小学校の井上歩教諭が創案・実践した。バランスバイクに乗り自由に設計したコースを走る。バランスバイクにペダルはなく自分の足で漕いで進む。

導入では①直進路の往復②トラック状のコースを周回③マットやロイター板でオフロードの3つのコースを設置した。結果的に子どもたちは、①直進路の走行では加速と停止②コースの周回はコーナリングでの内傾③オフロードではハンドルを安定させる動きでバランスをとっていた。もちろん、コースは固定ではなく子どもの創造性により自由にデザインする計画である（写真16、17）。

「解説」では「用具を操作する運動遊び」に竹馬などに乗る運動は例示されているが、バランス目的ではない。「体のバランスをとる運動遊び」の例示には用具を用いた動きはなく、立位・座位



写真16 マットとロイター板でオフロード



写真17 カラーコーンを内傾して回る

や転がる・回転する動きに留まる。中学年の内容に一輪車が例示されているが、これもバランス目的ではなく「用具を操作する運動」である。多くの小学校に竹馬や一輪車が備えられていることから、これらの用具を利用したバランス目的の運動は実現性が高いと思われる。子どもの生活の中で活動範囲が広がると、いずれは自転車に乗る機会も生じるであろう。そうすると車上でバランスをとる動きづくりがあってもいいと考える。安全上の観点では、むしろ立位・座位より重視すべき時もある。学校では特別活動の健康安全・体育的行事の一貫で「交通安全教室」などが行われているが、その多くはルール遵守の説諭に終始し、運動能力としての安全能力は考えられていない。体育でこれを担う可能性も考えられる。

## 4. まとめ

本稿では、体育の内容のうち、一般的になじみの薄い体づくり運動が誤解されている点を問題視した。文部科学省から刊行される資料集では、多



くの事例を紹介することで体づくり運動の理解を促進しようとする点と、「指導要領」の改訂のたびに誤解を解き、適切な取り扱いを期待する趣旨が推察された。

ただ、資料集がマニュアル化され、この領域の発展を損なう懸念があることも指摘した。これを踏まえ、「解説」や既存の事例にない「体ほぐしの運動遊び」「多様な動きをつくる運動遊び」をデザイン・実践した事例を報告した。これらの事例を体づくり運動の領域に位置づけることで、この領域が発展する可能性について展望した。

## 5. 注及び文献

- 注1) 人によって能力やトレーニングの目的は異なる。成果を出すためには、各人の能力や目的に応じた適切な運動処方を個別に実施する必要があるという原則。
- 注2) 1964年から「運動能力テスト」と「体力診断テスト」の測定事業が我が国で開始され、その後1999年「新体力テスト」と名称が変更された。本稿ではこれらすべてを含めスポーツテストと表している。
- 注3) カイヨワの遊びの定義6項目の1つ。
- 注4) ホイジंगा「ホモ・ルーデンス」<sup>36)</sup>、カイヨワ「遊びと人間」<sup>37)</sup>で考察した「遊び」の特性や定義にもとづく理論を「プレイ論」と呼び、体育の内容として「指導要領」1989年改訂時から反映された。
- 注5) 平成元年(1989年)改訂の学習指導要領を反映した学力観のこと。観点別評価も導入され、知識・技能偏重の学力観を是正するため「関心・意欲・態度」「思考・判断」「技能」「知識」のいわゆる4観点を学力と考えた。
- 注6) 要約して表している。正式な表現は小学校学習指導要領解説体育編を参照。
- 注7) 心理学用語。人間相互の信頼関係を意味し「心が通い合う」などの状況をいう。
- 注8) 本校執筆時に大ヒットしたアニメ映画「鬼滅の刃」の主題歌「紅蓮華」。当該学級の子どもたちにも大人気の曲。
- 1) 黒田勇「ラジオ体操の誕生」, 青弓社, 1999年
  - 2) 文部科学省 小学校学習指導要領解説体育編 p41, p74, p120 2008年
  - 3) NHK エンタープライズ「全日本なわとびかっとなび王選手権」<https://www.nhk.or.jp/school/nawatobi> 2021, 2, 3 アクセス
  - 4) 文部科学省 小学校学習指導要領解説体育編 p26 2017年
  - 5) 文部省 小学校学習指導要領解説体育編 p3 1998年
  - 6) 東京都教職員研修センター 保健体育科学習指導案 <https://www.kyoiku-kensyu.metro.tokyo.jp/08ojt> 2021, 2, 3 アクセス
  - 7) 広島県教育委員会 保健体育科学習指導案 <https://www.pref.hiroshima.lg.jp/site/kyougikai> 2021, 2, 3 アクセス
  - 8) 鹿児島県総合教育センター 保健体育科学習指導案 <http://www.edu.pref.kagoshima.jp/curriculum> 2021, 2, 3 アクセス
  - 9) 茨城県教育委員会 保健体育科学習指導案 <https://www.edu.pref.ibaraki.jp/board/gakkou/karada/taiiku> 2021, 2, 3 アクセス
  - 10) 島根県教育センター 保健体育科学習指導案 [https://www.pref.shimane.lg.jp/matsue\\_ec](https://www.pref.shimane.lg.jp/matsue_ec) 2021, 2, 3 アクセス
  - 11) 新潟市立総合教育センター 保健体育科学習指導案 <http://www.netin.niigata.niigata.jp> 2021, 2, 3 アクセス
  - 12) 文部省 学校体育実技指導資料第7集「体づくり運動」-授業の考え方と進め方- 東洋館出版社 2000年
  - 13) 文部科学省 学校体育実技指導資料第7集「体づくり運動」-授業の考え方と進め方- (改訂版) 東洋館出版社 2013年
  - 14) 文部科学省 小学校体育(運動領域)まるわかりハンドブック 2011年
  - 15) 上掲書2) p4
  - 16) 上掲書4) p55
  - 17) 上掲書4) pp25-26
  - 18) 上掲6)
  - 19) 上掲9)
  - 20) 千葉県教育委員会 展開例 <https://www.pref.chiba.lg.jp/cate/kbs/kyouiku/gakkou/>

- taiiku/index.html 2021, 2, 3 アクセス
- 21) 横浜市立小学校体育研究会 体育科学習指導案 <https://www.edu.city.yokohama.lg.jp/sch/kenkyu/es-taiiku/ryoiki.htm> 2021, 2, 3 アクセス
  - 22) 仙台市教育センター 体育科学習指導案 <http://www.sendai-c.ed.jp> 2021, 2, 3 アクセス
  - 23) 文部科学省 多様な動きをつくる運動(遊び)パンフレット 2008年
  - 24) 村岡真澄 幼・小連携を探る－“忍者体育”の実践を中心に－ 愛知教育大学実践総合センター紀要第6号 2003年 pp77-82
  - 25) 岩井邦夫 みんなで楽しい忍者ごっこ 明治図書 1994年
  - 26) 岩井邦夫 体育が子どもを育て学級を変える：人間力をはぐくむ忍者体育 IOM 出版 2008年
  - 27) 小林篤 基本の運動としての忍者体育 体育科教育43巻5号 大修館書店 pp62-65 1995年
  - 28) 上掲書5) p25
  - 29) 上掲8)
  - 30) 上掲9)
  - 31) 白石市教育委員会 体づくり運動学習指導案 <http://www.e-shiroi.jp/center> 2021, 2, 3 アクセス
  - 32) 上掲書16) p27
  - 33) 森勇示 小学校体育「フェンシングの授業」の試み－小学校2年生の実践から－ 愛知教育大学保健体育講座紀要44巻 pp1-8 2020年
  - 34) 森勇示「痛い」体ほぐしの運動 小学校保健体育教授用資料 大日本図書 2019年
  - 35) 奥村玲未 令和2年度愛知教育大学保健体育選修・専攻卒業論文
  - 36) J. ホイジンガ著, 高橋英夫(訳)「ホモ・ルーデンス」中公文庫, 1973年
  - 37) R. カイヨワ著, 清水幾太郎, 霧生和夫(訳)「遊びと人間」岩波書店, 1970年