

# 小学校体育科における体づくりの運動遊びの実践 —第1学年 跳び遊びの実践—

鈴木 一成\* 伊藤 孝浩\*\*

\*保健体育講座

\*\*附属名古屋小学校

## Playing with Physical Fitness in Elementary School P.E. Class - Exercises to create various Play with jumping up/down movements in Grade 1 -

Kazunari SUZUKI\* and Takahiro ITO\*\*

\*Department of Health and Physical Education, Aichi University of Education, Kariya 448-8542, Japan

\*\*Nagoya Primary School Affiliated to Aichi University of Education, Nagoya 461-0047, Japan

Keywords : 体づくりの運動遊び 跳び遊び 体育科

### I はじめに

本研究の目的は、小学校体育科における体づくりの運動遊び（多様な動きをつくる運動遊び）の実践を提案することである。この実践提案は2つの意義があると考ええる。

第1は、体づくり運動の授業づくりの問題を解決するための有益な情報提供である。体づくりの運動は、創設から20年が経過した今でもなお、「何をどう教えてよいのか分からない」等の指摘がある<sup>1)</sup>。さらに、平成29年告示の学習指導要領から低学年においては、「体づくりの運動」から「体づくりの運動遊び」と名称が変更になり、内容も全て「運動遊び」として示して、入学後の児童が就学前の運動遊びの経験を引き続き、小学校での様々な運動遊びに親しむことをねらいとしている<sup>2)</sup>。本実践の具体的な動きの提示は、体づくりの運動遊びがどのような動きを対象とするかの資料の提供になると考える。

第2は、授業の主導権を児童に委ねるにはどのように学習環境の構想及び構成していくかという具体を提供できる点である。附属名古屋小学校体育科は、学習環境のデザインの実践を蓄積している<sup>3) 4) 5) 6)</sup>。本実践の学習環境のデザインの具体を提示することは、第

1の意義との関連からも「何をどのように教えてよいのか分からない」との指摘に応じると考える。

### II 実践の様子

#### 1 実践の概要

本実践における体づくりの運動遊びでは「跳ぶ」という動きそのものを対象とした。

「跳ぶ形態」<sup>7)</sup>を参考にして、跳ぶそのものを遊びとして取り扱うことに力点を置くことで、多様な跳ぶ動きをつくる運動遊びとして学びを成立させたいと考えた。そのため、本実践の跳ぶ遊びは、走・跳の運動遊びや器械・器具を使った運動遊び等との他領域との関連も深くなる。しかし、本実践では、例えば「競技スポーツの走り高跳びと走り幅跳びによる鋳型化された運動認識に支配されている」という点を留意して、「高幅跳び」や「下跳び」といった「現代ではすっかり姿を消してしまった」<sup>7)</sup>という動きにも目を向け、児童たちが学習環境のデザインによってそれらの動きと出会うことができるようにしたいと考えた。実践は4時間扱いであり、跳び遊びの遊び方を選んだり組み合わせたりなどして、跳ぶ遊びそのものを探究することを面白さの

中心に据える授業を展開するようにした<sup>8)</sup>。

## 2 実践の場づくり

図1は、実践における場づくりである。

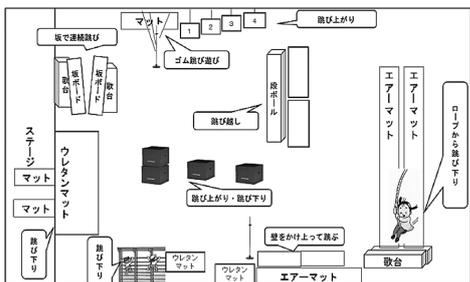


図1 本実践の場づくり<sup>9)</sup>

## 3 各場における跳び遊びの様子

### (1) 壁をかけた上からの下跳び遊び

図2は、壁（斜めにしたエアーマット）をかけた上から下へ跳ぶ遊びである。まず、手

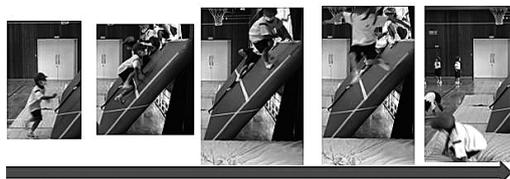


図2 壁をかけた上からの下跳び

足を使って壁をかけた上から、次にゴムの高さを十分に越えた地点で、踏み切る直前に着地点を目測して跳び下り、セーフティーマットの両足着地の直後に両手も着く動きがあった。かけ上がる動きと、跳び下りる動きは、次第に途切れることなく、一連の動きとなっていく。



図3 高所からの下跳び

また、図3のように、単元が進むと高所から跳ぶ動きも現れた。

### (2) ぶら下がりからの下跳び遊び

図4は、ロープから跳び下りる遊びである。天井から吊り下げられたロープを持って「歌台」からロープの振動を使って跳ぶ遊びである。



図4 ロープから下跳び1

段ボールを障害物としたり、輪の中に着地を試みたりして遊ぶ姿が見られた。

図5は、プライオボックスに着地する遊びである。振動するロープを離さないように腕支持懸垂をして、着地地点でタイミングよくロープを離す。跳び下りる際に生じるアンバランスな動きを補正して目的地に着地する動きといえる。



図5 ロープから下跳び2

### (3) ボルタリングから跳び下りる遊び

図6は、垂直の壁に設置された岩を上る（ボルタリング）をして跳び下りる遊びである。跳び下る姿勢は、上っている姿勢を保持すれば背面への跳び下りとなる。しかし、図6は跳び下りる前にひねりを加えて、背面から正面へと姿勢を変えて跳び下りる動きといえる。



図6 跳び下り

### (4) 坂で連続跳び

図7は、坂で連続跳びの遊びである。片足と両足の組み合わせや体の向き等によって、多様なバリエーションが考えられる。これは踏み切り足を固定した動きであるが、授業内では、交互に踏み切り足を変えたり、両足で連続して跳ぶ（右足で右側の坂、左足で左側の坂を跳ぶ）動きをしたりする動きが現れた。また、坂で連続跳びしたリズムと勢いを使って、セーフティーマットへ跳び前転のような動きで着地をする動きもあった。



図7 坂で連続跳び

### (5) ゴム跳び遊び

図8は、ゴム跳び遊びの様子である。複数

本のゴムを複数の高さで交差させ、ゴムを跳び越えたり、ゴムを踏んだりひっかけたりする遊びができる。交差する2本のゴムを斜めに跳んでまたぐことで、ひねりを加えた跳ぶ動きとなっていた。



図8 ゴム跳び遊び

(6) ペットボトルにタッチ

図9は、跳び上がり  
の様子である。高さの異なるペットボトルに手でタッチする動きが現れた。ペットボトルは固いためか、タッチ



図9 跳び上がり

するのは手であった。素材や大きさ等に変化を加えれば、手以外のタッチの動きも期待できたと考える。また、設置を平行にしたり、エアーマットを引いたりすることで、連続して跳び上がる動きも期待できたと考える。今後の課題としたい。

(7) 段ボールを使った跳び遊び

図10と図11は段ボールを使った跳び遊びである。段ボールの配置によって、高さとの幅の2つの課題性を内在する跳び遊びであり、高幅跳びといえる。



図10 縦2個で遊ぶ



図11 横2個で遊ぶ

また、図12は、跳ぶ空間が制限される場での跳び遊びとなっていた。いずれも段ボールを壊さないことや崩さないで跳ぶことも児童の課題となっていた。

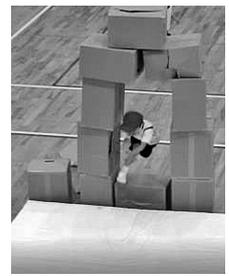


図12 制限で遊ぶ

(8) プライオボックスを使った跳び遊び

図13と図14は、プライオボックスからプライオボックスへ跳び移る動きである。直線的に設定した場により、連続する動きを期待したが、段差によって跳び上がり



図13 片足踏切・両足着地

と跳び下りが生じることになり、プライオボックスは高さも伴うため、落ちないように跳び移る動きを一つ一つ成功させていく



図14 片足踏切・片足着地様子であった。

図15は、プライオボックスからマットへの跳び下りと、マットからプライオボックスへの跳び上がりを連続して遊ぶ様子である。マットへ両足着地で跳び下りと、両足踏み切りでプライとボックスへ両手を着いて跳び上がる動きまでを一連の動きとしていた。

(9) だるま落とし

図16は、単元構想時には予定していなかった遊びである。2つ積んだプライオボックスに立位した児童(跳び手)と、上段の持ち手をもった教師(引き手)がタイミングを合わ

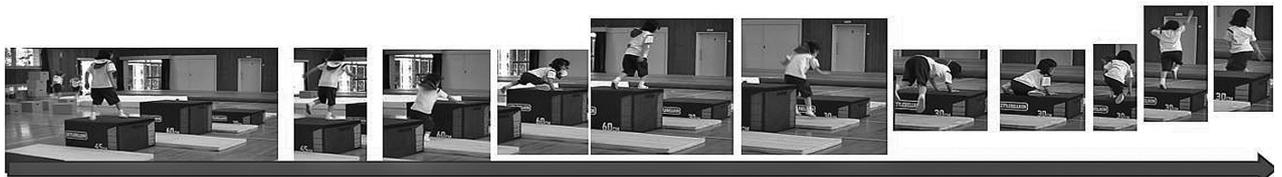


図15 プライオボックスを使つての跳び遊び

せて、児童が跳び上がると同時に、教師が上段を手前に引き、下段のみになったプライオボックスへ両足着地する遊びである。だるま落としのような遊びである。第3・4時は共に引き手は教師が行った。第4時では跳び手が2名となる様子もあった。

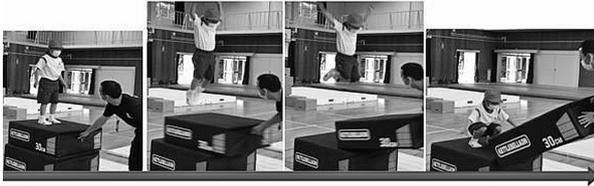


図16 だるま落とし

#### (10) マットへ跳び下り

図17は、マットへの跳び下りの様子である。マットとセーフティーマットを組み合わせ、階段上に設置した場で、跳びながら体の向きを変えて遊ぶ様子があった。舞台から正面での跳び下りをした後、体の向きを横にして跳び下りる動きである。



図17 マットへ跳び下り

### IV おわりに

本実践では、10の場における児童の跳ぶ動きを提示することができた。これらの16の動きは教師からの直接的な技能指導はなく、学習環境のデザインによって現れた動きである。言い換えれば、動きは学習環境のデザインによって変化するといえる。そして、授業中での教師の意思決定も大きいと考える。例えば、「跳び上がり」という動きが「吊るされたペットボトルをタッチしたいこと」によって引き出されたとしても、高く跳ぶことのみを教師が奨励したり、高く跳ぶことのみを終着点をもつ指導性を発揮してしまえば、たちまち競

技性の高い動きづくりへと誘ってしまう。体づくりの運動遊びが多様な動きを期待する場合、例えば、タッチしたい対象となる物体の固さや大きさ、平行等の配置に変化を加えることなどを視点として、走り高跳びでは取り扱われない動きで遊ぶ機会を意図的にデザインしていくことが大切であると考え。今後の課題としたい。

### 引用参考文献

- 1) 清田美紀 (2020) 体づくり運動の論点、体育科教育68(5)、大修館書店、pp.18-21.
- 2) 文部科学省 (2018) 小学校学習指導要領(平成29年告示) 解説 体育編、東洋館出版社、p.25
- 3) 成戸輝行・井上歩・橋本浩司・伊藤孝浩 (2019) NO 体育.NO LIFE、和衷協同(1)、愛知教育大学附属名古屋小学校、pp.62-68.
- 4) 井上歩・成戸輝行・伊藤孝浩 (2020) ついつい動きたくなる 学びたくなる楽しくなる 体育の授業、和衷協同(2)、愛知教育大学附属名古屋小学校、pp.66-73.
- 5) 伊藤孝浩・井上歩・成戸輝行 (2021) ついつい動きたくなる 学びたくなる楽しくなる 体育の授業、和衷協同(3)、愛知教育大学附属名古屋小学校、pp.52-57
- 6) 井上歩・伊藤孝浩・成戸輝行 (2022) 感動体験～めざせ体育の三冠王～、和衷協同(4)、愛知教育大学附属名古屋小学校、pp.60-67.
- 7) 金子明友 (2007) 身体知の構造、昭和出版、pp.224-227.
- 8) 伊藤孝浩 (2022) 実践研究発表会協議会資料、愛知教育大学附属名古屋小学校体育部.
- 9) 伊藤孝浩 (2022) 実践研究発表会学習指導案集、愛知教育大学附属名古屋小学校、

(謝辞)

本研究は令和4年度学長裁量経費「教職実践力向上重点研究費」の助成を受けたものです。