

<実践報告>

小学校体育における「体ほぐしの運動」の実践事例  
—「仲間との交流」を中心にしたチャレンジ運動の発想を機軸に—

中村 恭之 長野市立通明小学校  
岩田 靖 信州大学教育学部スポーツ科学教育講座

Case Study on “Karadahogushi” Movement in Elementary School  
—From the Viewpoint of Team Building Through Physical Challenges—

NAKAMURA Yasuyuki : Tuumei Elementary School  
IWATA Yasushi : Education of Sport Sciences, Faculty of Education,  
Shinshu University

The purpose of this paper is to report the lesson of “Karadahogushi” movement practiced in elementary school. In this lesson, interrelationship between children through physical activities (physical challenges) was emphasized as the central objective. Teaching materials were composed and selected from the viewpoint of “Team Building” which facilitates problem-solving process in each group of the class. Learning outcome was considered by the score of research which focused on group-learning.

【キーワード】体ほぐしの運動 仲間との交流 チャレンジ運動 教材づくり 教材配列

1. はじめに

小学校6年生の体育授業における「体ほぐしの運動」の実践事例について報告したい。新学習指導要領（平成10年改訂）では、現行の学習指導要領の「体操」領域（第5・6学年）が「体づくり運動」に名称変更され、従来の「体力を高めるための運動」と併設される下位領域として、新たに「体ほぐしの運動」が導入されている。この下位領域は、新たに設定されたという意味で、またさらに「心と体を一体として捉え」ることを体育目標の冒頭に掲げた新学習指導要領の方向性において、多大な注目と関心が寄せられており、平成14年度の完全実施に向けて、その指導の内容や方法についての模索が続けられている状況にある。本稿では以下に述べるように、「体ほぐしの運動」の「ねらい」の一つである「仲間との交流」についての側面に焦点を当てた実践的試みを記述してみることにする。まず、本実践の基本的な視点を解説し、次に実践の概要を説明する。そして最後に実践の

成果を主に「集団的関わり合いに関する調査」の結果から記述することにする。

実践校・実践期間などのデータは以下の通りである。

実践校等： 長野市立通名小学校・6年1組・32名(男女各16名)

実践期間： 2000年10月30日～11月9日(全5時間)

授業者： 中村恭之

なお、本実践の第4時(11月7日)は、平成12年度「信濃教育会全県研究大会」において公開・研究発表されているので付記しておく。

## 2. 「体ほぐしの運動」と「仲間との交流」—本実践の主要な問題意識

今回の学習指導要領の改訂に先立って教育課程審議会の答申における体育の改善の基本方針では、「明るく豊かで活力ある生活を営む態度の育成を目指し、生涯にわたる豊かなスポーツライフおよび健康の保持増進の基礎を培う観点」が掲げられている。そして、その改善に際しては、「心と体をより一体としてとらえて健全な成長を促すことが重要であるという考え方に立ち、体育と保健をより一層関連させて指導できるようにする。特に、運動に興味をもち活発に運動する者とそうでない者に二極化していたり、生活習慣の乱れやストレス及び不安感が高まっている現状を踏まえ、児童生徒が運動が好きになり、健康な生活習慣を身につけることができるようにする」と指摘されている(教育課程審議会、1998)。「体ほぐしの運動」の新たな導入はこのことと密接に関わっている。例えば、小学校学習指導要領の改訂作業に関わった高橋健夫(1998)は次のように述べている。

「なぜ『体ほぐし』が導入されるのか。それは、今日の児童生徒に生じている諸問題に深く関係している。児童生徒の日常生活において、運動遊びなどによる基本的な身体活動の体験が減少し、精神的なストレスが増大している。活発に運動する者とそうでない者との二極化が進み、体力や運動能力が低下している。さらに、児童生徒の生育環境の変化に関わって、顕在的・潜在的に子どもたちの体や心に深刻な影響が現れている。『体ほぐし』は、こうした諸問題に対処する一つの方略であった。もちろん、このような問題に対しては学校教育全体が真正面から取り組むべきであるが、特に体育と保健に対しては、その教育的可能性を生かし、一体となって取り組むことが要請されたといつてよいだろう」

さて、小学校学習指導要領において、「体ほぐしの運動」は「自己の体に気付き、体の調子を整えたり、仲間と交流したりするためのいろいろな手軽な運動や律動的な運動をすること」として規定されている。「体の気付き」「体の調整」「仲間との交流」がそのねらいであるが、学習指導要領「解説」にみる「体育科改訂の要点」において、体育の全般的な課題として「心と体を一体としてとらえ、体を動かす楽しさや心地よさを味わうこと」、「運動に仲間と豊かにかかわりながら取り組むこと」が強調されていることを鑑みれば、これら3つのねらいの中でも特に、「仲間との交流」の側面を大いにクローズアップすべきであろうと思われる。

筆者らは1999年11～12月にかけて、新学習指導要領において高学年のボール運動領域

に新たに登場した「ソフトバレーボール」の授業実践を試みたが（5年生・単元10時間）、そこにおいて仲間同士の人間関係、いわば子ども相互の「肯定的・受容的關係」をいかに創り出せるのかが、子どもたちの学習成果や学習経験にとって極めて重要であることを改めて確認した（中村・酒井・岩田，2000）。

そこではチームのメンバーの思いや願いを擦り合わせ、理解し合うこと（チームの目標像の共有）、またそれに向けての学習ポイントを考え合い、確認すること（チームの目標を達成するための手段・方法の共有）の必要性を教師の指導・援助の中心的課題として掲げていた。これらはボール運動の特性に関わった子ども同士の「肯定的・受容的關係」を生み出すキー・ポイントだと考えられるが、この「肯定的・受容的關係」ということはボール運動に限らず、一般的に体育授業に共通する前提的な課題（授業の過程における課題）でもあり、結果として期待したい目標でもある。

体育の授業では往々にして運動の「できる・できない」が友達同士の中であらわになる。したがって運動が得意でなかったり、苦手意識を持っている子どもは一般的に仲間との肯定的・受容的關係を生起させにくく、仲間との関わりを通じた運動の楽しさや喜びから遠ざかっている傾向にある。運動技能の低い子どもは多様な場面で隅に追いやられやすく、運動に関わった仲間との一体感を共有できない場合が多い。さらに感情を表に現すことのできない子、言葉によってうまく説明できない子であればなおさらである。このような観点からすれば、「体ほぐしの運動」の導入は、運動の苦手な子どもや学習場面で仲間との人間的な交流がなかなかうまく持てない子どもにもっと光を当てようとするメッセージとして理解できるであろう。

「体ほぐしの運動」では他の運動領域での学習とは異なり、技能的習熟を問題としておらず、そこでは仲間とともに楽しさを生み出していくプロセスに個々の子どもがアイデアを持ち寄って積極的に参加できる可能性が開かれている。よりやさしい運動や、そこで集団的な課題解決を介して、心の解放（楽しさや心地よさ、集団的な達成感や一体感）を他者との関係の中から生み出したい。これは「体ほぐしの運動」の領域では特に強調されなければならないが、他の領域の体育授業に共通するベースとして重視されるべき事柄でもであろう。

### 3. 本実践の授業計画とその展開

#### （1）単元展開（時間計画・全5時間）

以下の図1のような単元展開を構想した。前半部の「ほぐしⅠ」（簡単なほぐしの運動をやってみよう）では、やさしい運動を通し、ペアから小人数の活動で、友だちとの身体接触を含みながら身体を動かすこと、運動の心地よさを味わうこと、やさしい問題解決を促すことを前提にする。後半部の「ほぐしⅡ」（行い方を工夫して楽しくやってみよう）では、集団での問題解決に比重を置く。そこでは特別な運動技能は必要とされないけれども、友だちとアイデアを出し合い、心をついにしなければ達成することができないような課題

を設定する.

1	2	3	4	5
ほぐしⅠ 「簡単なほぐしの運動を やってみよう」			ほぐしⅡ 「行い方を工夫して 楽しくやってみよう」	

簡単なほぐしの運動 → やさしい課題をもつチャレンジ運動  
 (用具を使わない運動) → (用具を使った運動)

図1 「体ほぐしの運動」の単元展開(時間計画)

## (2) 教材配列と「チャレンジ運動」

各時間の教材配列は表1のように考えた。ここでの教材に関わる視点は以下のものであった。

- ① どの子ども「やってみたいなあ」「面白そうだなあ」と感じるような魅力ある教材づくりをすること。
- ② 難しい運動技術を必要とせず、誰にでもできる簡単な運動で、やさしい課題性があり、行い方に工夫がしやすい教材を提供すること。
- ③ 単元の目標に沿って教材の選択・構成と配列を考慮すること。

特に、後半(ほぐしⅡ)の教材はアメリカにおいて開発され、つい最近我が国にも紹介されるようになった「チャレンジ運動」の発想を取り入れている。

表1 各時間の教材とその配列

1	2	3	4	5
○ペア立ち ○バランス遊び ○手押し歩き ○アヒルの親子 ○風船バレー	○アヒルの親子 ○風船バレー ○人間カリング	○人間カリング ○爆弾運び	○爆弾運び ○崖っぷち危機一髪	○爆弾運び ○崖っぷち危機一髪

「チャレンジ運動」(physical challenges)の詳細については邦訳書(高橋健夫監訳, 2000)を参照されたいが(なお, 筆者の一人・岩田もその訳出に参加している), それは体育プログラムの部分として掲げられうる「仲間づくり」の目標に対し, 集団的な運動の課題解決に参加することを通して, 他者との「肯定的関係」を築き, 他者からの「承認」の中で自己に対する「自信」を高め, 否定的な体育のイメージを積極的・肯定的なものへと転換させる役割を果たすものとして位置づけられている。また, 他の運動領域における学習(体力目標・技能目標)への意欲をさらに喚起していくことも期待されている。

そこでの子ども同士のコミュニケーションにおいては、他者に対しての非難を意味するような否定的で、プレッシャーを与える言語や行為は避け、できるだけ共感的・賞賛的な関わりが求められる。また、集団的な解決を求めるチャレンジ課題（教材）づくりにおいては「ルール」が大きな意味と役割を担っている（「ルール」が課題の適切な難易度を生み出し、子ども相互の集団的な思考を促し、協力的な活動を活発化させることに寄与する）。

ここでは、単元後半で用いた「爆弾運び」および「崖っぷち危機一髪」ゲームについて簡潔に説明しておく（表2）。

表2 「チャレンジ運動」の発想から構成した教材例

「爆弾運び」	グループで爆弾（運動会で用いる大玉送りの玉）をスタートからゴールまでの一定距離を移動させる。移動方法の禁止条件（ルール）として、「①玉を止めない、②玉を床に落とさない、③玉を持ち運ばない」を設定・確認する。
「崖っぷち危機一髪」	千曲川が氾濫したという設定で、濁流にのまれず崖（跳び箱）の上に登り、グループで避難をする。その際、①グループの全員が床から離れ、崖の上に登らなければならない、②床から離れていればグループ全員が崖に触っていなくてもよい、③崖に登った後、一人でも床に触れれば最初からやり直さなければならない、といったルールを付加する。

### （3）授業の展開例（学習指導案）

授業展開例として、「チャレンジ運動」の発想に沿った本単元後半部分・第4時のねらい等と学習指導案（表3）について添付しておく。

---

「体ほぐしの運動」 ～仲間と楽しむほぐしの運動～ 6年1組 男子16名 女子16名 計32名  
授業者 中村 恭之

#### 1. 本時（第4時）のねらい

ほぐしの運動の行い方を工夫し始めた子どもたちが、「爆弾運び」や「崖っぷち危機一髪ゲーム」の運動を知り、仲間とともに運動の行い方を考えたり、ふりかえりカードで自己を見返し、ナイスプレイ・ナイスボイス（他者への賞賛・励まし）の活動をしたりすることを通して、仲間とともに運動する一体感や達成感を味わったりすることができる。

#### 2. 本時の位置

前時…用具を使ったほぐしの運動で工夫し始めながら楽しんだ。

次時…用具を使ったチャレンジ運動を行い、単元全体を振り返り、まとめをする。

#### 3. 指導上の留意点

- （1） 競争場面が生じて、競争意識を強く持ちすぎないように配慮する。
  - （2） 子ども同士がお互い肯定的に認め合えるように、雰囲気づくりをし、教師自ら子どものよさを認めていくようにする。
-

表3 第4時の授業展開(学習指導案)

	学習活動	教師の支援・援助	評価	時間
はじめ	<p>1. 用具の準備をする。</p> <p>2. 前時の活動を振り返り、本時の学習を確認する。</p> <p>○「チャレンジ運動を通して」</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・工夫やアイデアを出し合いながら楽しもう。</li> <li>・ナイスプレイ・ナイスボイスを心がけよう。</li> </ul>	<p>○ふりかえりカードから前時に学習した要点を端的におさえて全体に投げかける。 (よい工夫をした子どもや、仲間に対するやさしさが見られた子ども、仲間のよさに気づいた子どもを取り上げていく。)</p> <p>○子どもたちの前時の感想をまとめた模造紙を提示し、本時のねらいをおさえる。</p>	<p>○本時の学習の見通しを持つことができたか。</p>	7
なか	<p>学習のねらい(ほぐしⅡ) 行い方を工夫して楽しくやってみよう。</p> <p>3. 「爆弾運び」ゲーム (小集団)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>*大玉(爆弾)を落とさないように転がし方、送り方、運び方、並び方などを工夫し合って楽しむ。</li> </ul> <p>○「爆弾運び」を終えての感想を出し合う。</p> <p>4. 「崖っぷち危機一髪」ゲーム</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>*クラス全員が落ちないように決められた跳び箱の台数で跳び箱の配置・乗り方・支え方などを工夫しあって楽しむ。</li> <li>・跳び箱の台数を減らしていき、1台に8人が工夫し合って乗る。</li> <li>・4台の跳び箱を並べて全員が工夫し合って乗る。</li> </ul>	<p>○子どもたちの出し合った工夫を常に認めていき、思う存分取り組むようにしていく。</p> <p>○いろいろな仲間と運動に取り組むように言葉がけをする。</p> <p>○たくさんの仲間のことを考えているかどうか、子どもたちの様子を見ながら、学級みんなでやろうという雰囲気生まれるような声がけをしていく。(一人ひとりの力を一つに合わせて、など)</p> <p>○工夫やアイデアについては、肯定的にとらえ、やってみるよう助言する。</p> <p>○工夫に対して、周りの仲間がサポートしている姿を積極的にほめていく。</p> <p>○行い方をはっきりさせ、条件を難しすぎないようにする(条件:玉を止めない、落とさない、持ち運ばない)。</p> <p>○相手の体や気持ち(体力や心の内面、緊張感や不安感など)を考えながら運動するように投げかける。</p> <p>○自分やグループ内の仲間の持ち味(体格や体力面など)を生かした工夫をしているグループを認め、紹介していく。</p> <p>○チャレンジしている子どもたちに寄り添って、励ましや声援を送っていく(運動を苦手とする子どもを中心に)。</p>	<p>○ナイスプレイ・ナイスボイスを出し合いながら楽しく運動する心地よさを味わうことができたか。</p> <p>○学級のみんなど力を合わせて関わり合いながら達成感や一体感を感じることができたか。</p>	30
まとめ	<p>5. 学習カードに記入する。</p> <p>6. 本時のまとめをする。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>*本時を振り返って感想を発表する</li> <li>*次時の予定を知り、見通しを持つ。</li> </ul>	<p>○カードの記入に時間をかけすぎないように配慮する。</p> <p>○友達の感想を共感的に聞き合う。</p>	<p>○学習のまとめとして、本時を振り返り、自分の思いを学習カードに記入することができたか。</p>	8

表4 「集団的関わり合い」の調査表

体育授業についての調査	年 組	男・女	名前
<u>この調査は、成績とはまったく関係ありません。</u>			
<u>下の質問について、あてはまるものに○をつけてください。</u>			
1 あなたは友だちと、今日課題にしたことを解決することができましたか。	はい	どちらでもない	いいえ
2 あなたは、課題の成功を友だちと喜び合うことができましたか。	はい	どちらでもない	いいえ
3 課題を成功した後に、友だちどうして自然と拍手や喜びの声が起きましたか。	はい	どちらでもない	いいえ
4 あなたやまわりの友だちは、課題の解決に向けて積極的に意見を出し合うことができましたか。	はい	どちらでもない	いいえ
5 課題の解決のために「あっ、なるほど」と思うような意見が出されましたか。	はい	どちらでもない	いいえ
6 友だちの意見を大切に解決の方法が決められましたか。	はい	どちらでもない	いいえ
7 あなたは、友だちから補助されたり、助言をもらったりして助けてもらいましたか。	はい	どちらでもない	いいえ
8 あなたは、友だちからほめられたり、はげまされたりしましたか。	はい	どちらでもない	いいえ
9 あなたは、友だちから文句を言われたり、せめられたりしませんでしたか。	はい	どちらでもない	いいえ
10 あなたは、友だちと1つになったように感じましたか。	はい	どちらでもない	いいえ
11 あなたは、友だちと仲よくすることができましたか。	はい	どちらでもない	いいえ
12 あなたは、友だちと助け合うことの大切さがわかりましたか。	はい	どちらでもない	いいえ
13 あなたは、今日取り組んだ運動を楽しむことができましたか。	はい	どちらでもない	いいえ
14 あなたは、今日取り組んだ運動をもっとやってみたいと思いましたか。	はい	どちらでもない	いいえ
15 あなたは、夢中になって課題に取り組むことができましたか。	はい	どちらでもない	いいえ

#### 4. 「集団的関わり合い」の調査からみた授業成果一まとめ

本実践では表4に示したような「集団的関わり合い」についての調査を実施した（子どもたちには「体育授業についての調査」として提示）。この調査票は特に「仲間づくり」の視点からみて、授業（学習）成果があがったのかどうかを形成的に評価するために作成されたものである。これは、高橋ほか（2000）が開発した調査票の質問項目記述を本実践に相応しいように若干の修正を加えている。調査項目は「仲間づくり」（集団的関わり合い）についての5つの評価次元を構成しており、項目1～3は「集団的達成」、項目4～6は「集団的思考」、項目7～9は「肯定的関係」、項目10～12は「協力的態度」、そして項目13～15は「集団学習意欲」を示している。

各授業時間終了直後に調査票を子どもに配布し、回答させた。それぞれの調査項目につき、「はい」には3点、「どちらでもない」に2点、「いいえ」に1点を与え、男女別の平均点および学級全体の平均点を算出した。

表5は各時間・各次元における平均点を示したものである（「M」は男子、「F」は女子、「T」は学級全体を表している；「TOTAL」は各次元を総合した学級全体の平均点である）。

表5 「集団的関わり合い」調査の結果

次元		1時間目	2時間目	3時間目	4時間目	5時間目
集団的達成	M	2.73	2.67	2.78	2.96	3.00
	F	2.60	2.62	2.54	2.98	2.98
	T	<b>2.66</b>	<b>2.64</b>	<b>2.66</b>	<b>2.97</b>	<b>2.99</b>
集団的思考	M	2.29	1.96	2.71	2.65	2.75
	F	2.04	2.11	2.67	2.71	2.81
	T	<b>2.17</b>	<b>2.03</b>	<b>2.69</b>	<b>2.68</b>	<b>2.78</b>
肯定的関係	M	2.19	2.49	2.60	2.75	2.77
	F	2.31	2.64	2.52	2.85	2.90
	T	<b>2.25</b>	<b>2.57</b>	<b>2.56</b>	<b>2.80</b>	<b>2.83</b>
協力的態度	M	2.54	2.64	2.84	2.98	2.98
	F	2.83	2.73	2.79	3.00	3.00
	T	<b>2.69</b>	<b>2.69</b>	<b>2.82</b>	<b>2.99</b>	<b>2.99</b>
集団学習意欲	M	3.00	2.98	2.98	2.92	2.94
	F	2.96	2.91	2.94	2.98	3.00
	T	<b>2.98</b>	<b>2.94</b>	<b>2.96</b>	<b>2.95</b>	<b>2.97</b>
TOTAL	M	2.55	2.54	2.78	2.85	2.89
	F	2.55	2.60	2.69	2.90	2.94
	T	<b>2.55</b>	<b>2.57</b>	<b>2.74</b>	<b>2.88</b>	<b>2.91</b>

表6は、女子16名の中から4名ずつの上位群・下位群を抽出し、女子全体の平均得点の推移と比較したものである（「上位群」とは、子ども自身が体育を好きだと感じており、なお且つ運動が得意だと自己評価している子どもで、教師もその子どもの運動技能が高いと認識している。「下位群」は逆に、体育への好感度が低く、運動が苦手であると自己評価

しており、教師もその運動技能が低く、他者との関わりも薄いと感じている子どもである。各群4名については本単元開始前に調査し、抽出された。

表6 女子（上位群・下位群・平均）の得点推移

	1時間目	2時間目	3時間目	4時間目	5時間目
女子平均得点	2.55	2.60	2.69	2.90	2.94
上位群(4名)	2.73	2.75	2.86	2.92	2.96
下位群(4名)	2.36	2.38	2.50	2.83	2.88

表5に見るように、学級の総合的な平均得点は第1時(2.55)から第5時(2.91)へと漸進的に向上しており、この単元プログラムの授業成果が大きかったことを示している(最終の第5時には、約半数の子どもが満点<15項目で45点>を付けていた)。特に、第3時以降の「チャレンジ運動」において得点の上昇が顕著であったと言える。前半部分(第1~2時)の「集団的思考」次元が低いことは、提示された教材が後半のチャレンジ運動に比較して集団での問題解決の要求度が低い課題であったためかもしれない。少ない実践から一般化はできないが、第3時から第4時への変化の中で、「肯定的関係」と「集団的達成」の次元得点が揃って大きく向上している点からすれば、これらがとりわけ密接不可分に結びついている可能性がある。これについては今後の追究課題であろう。また、提示される教材の構成のしかた(教材の要求する課題性=どのような問題解決、また他者とのどのような関わりが必要になるのか)との関係を絡めて検討される必要もあろう。

表6では女子に例をとった上位群と下位群の様相を示しているが、それらはともに女子全体の平均点の推移と同様に向上している。下位群の得点が上位群より低くなるであろうことは当然予想されたことではあるが、授業の進展に伴ってかなり接近した値を示すようになったのは、特に運動の苦手な子ども、他者との関係が希薄な子どもにとってこのプログラムが有意味であったことを確認できるであろう。因みに、前記の表では下位群の子どもの各次元得点は示し得ていないが、前半部分の低い得点に影響を与えていたのは総じて「集団的思考」及び「肯定的関係」であったことを記述しておく必要がある。これらの次元は上位群とは著しくその傾向を異にしていた。これは表5の結果について記述した事柄と連動しているのではないかと思われる。

最後に本単元終了後に書かれた子どもたちの感想文を添えておきたい。これらは運動の苦手な子どもにとっての本実践の成果に関する記述を少しばかり補強してくれるかもしれない。

- 「ぼくは、体ほぐしをやって、とてもおもしろかったです。風船バレーやアヒルの親子は、ふだん遊ぶ時でも、全然やらない事だし、学校の体育の授業でできるので、いつもとはちがうおもしろさが楽しめました。集団で初めてやって、自分だけ一人が失敗した時、周りにいる人から、『あ…』とか、『何やってんの』とか言われたりすると思ったけど、そんなことはなくて、みんなはげましてくれたし、話し合いの時も安心して意見を言えるので、いやなことがなくて、とにかくとっても楽しいです。」 (T君)

- 「体ほぐしは最初、ただ体をほぐすだけだと思いました。やってみたら最初から夢中になって、周りのことを気にしていませんでした。研究授業の時はさすがにはずかしくてきんちようしていたせいか、よく動いていなかったかもしれませんでした。崖っぷち危機いっぱいついで四台の縦をやりました。なぜかわからないけれど、ぎりぎりでのれました。R君が『ここにのつてもいいよ』と言ってくれて、とてもうれしかったです。体ほぐしは、体育が遊びのように思えて楽しかったです。今日のようなみんなで助け合う体育がやりたいです。」 (M君)
- 「私は、体ほぐしをやって、いつもやる体育とは全然ちがっていて、とても楽しくできました。やだなあと思う体育でも、体ほぐしはいやだと思わず、気持ちよく体を動かせてできました。声をかけあって、二人や三人、集団とかで力を合わせて、その人の工夫やアドバイスをきいてやってみれば、できたりもするんだなあと思いました。崖っぷち危機いっぱいつは、友達どうして支え合ったらできました。自然と友達と拍手して、とびあがって喜び合うことができました。体ほぐしをやってみて、友達のよいところなどいろいろ分かって、とてもよかったと思いました。」 (Aさん)
- 「私は、体育がとても苦手でした。だけど、一回やってみると、いつもの体育より数倍楽しくて、体育が楽しみになってきました。最初はアイデアや工夫が思いつかなかったけど、体育の時間をかさねていくごとにいいアイデアや工夫が自然と思いついてきました。仲間をはげますこともできました。ふだんあんまりしゃべらない友達ともコミュニケーションができて、いい体育の授業だなと思いました。みんなで助け合ったら、いろんなことができるということがこの体育からわかりました。みんなで作って、完成したときとてもうれしかったです。このほぐしの運動は、もっともっとやりたかったです。いろんなことにもっとチャレンジしたかったです。」 (Sさん)

「いつもやる体育」「いつもの体育」を再考する必要と契機を子どもたちの声は訴えかけている。今後の課題としたい。

#### 【文献】

- 1) Glover D. R. & Midura D. W. (1992・1995) Team Building through Physical Challenges & More Team Building Challenges, Human Kinetics, Champaign IL
- 2) 高橋健夫(監訳)(2000) チャレンジ運動による仲間づくりー楽しくできる「体ほぐしの運動」, 大修館書店, 東京
- 3) 教育課程審議会(1998) 幼稚園, 小学校, 中学校, 高等学校, 盲学校, 聾学校及び養護学校の教育課程の改善について(答申)
- 4) 文部省(1998) 小学校学習指導要領
- 5) 文部省(1999) 小学校学習指導要領解説体育編
- 6) 中村恭之・酒井一・岩田靖(2000) ソフトバレーボールの実践, 体育科教育, 第48巻第9号, pp. 58 - 60
- 7) 高橋健夫(1998) 「体ほぐし」ーそのねらいと内容ー, 体育科教育, 第46巻第13号, pp. 76 - 77