

新型コロナウイルス感染症予防対策下における体育

—小学校における児童の実態と授業改善—

教育学研究科 教育実践創成専攻 教科領域実践開発コース 初等教科教育分野 山崎翼

1. 研究テーマについて

ICT 技術の進歩に伴い、スマートフォンの普及や SNS の普及が高まり、遊び方が変化している中で、新型コロナウイルス感染症の影響によって、外遊びの機会が多く失われてしまっている。そこで、新型コロナウイルス感染症に配慮した中でも児童の運動の機会を確保する手立てを考えていきたい、児童に運動を好きになってほしい、好きでいてほしいとの思いからこのテーマを設定した。

また、世界的に流行している新型コロナウイルス感染症であるが、商業やサービス業、金融業など様々な分野で影響がみられ、教育においてもその影響は計り知れないものとなっている。体育の授業では昨年、水泳が禁止となり、また、バスケットボールなどの身体接触の多い運動についても禁止となるなど児童の身体活動の幅が狭くなってしまったことが挙げられる。これらは学校体育において、児童における運動への興味・関心や技能の低下につながっているのではないかと考えられる。

本研究の目的にあるリズム運動に関連して、文部科学省では、ロックやサンバなどの軽快

なリズムで全身を弾ませるリズム学習を、2011 年から小学校で、翌年から中学校で必修科目として導入した。また、これまでリズムによる個別の脳部位の研究はあったが、前頭と聴覚野、小脳の中のネットワーク活動やリズム学習との相関は不明であり、筑波大学の研究(2017)では、リズムを繰り返すことによって、人の前頭と聴覚野と小脳でベータ波の同期が増加することを発見し、リズム学習の有効性が示唆された。さらに、北村(2011)は、今日の児童たちの体に関する問題を「基本的動作の未習得」による「運動能力の低下」と指摘している。三木(2005)は、その実態について具体的に示し、力の入れ方がぎくしゃくしたり、余分な力を入れすぎたりしている児童の例を挙げている。そして、そういった児童たちは「動きのリズム化が不完全な状態でその運動課題にまだよく適合していないだけ」と示しており、動きを上手に行うためには「動きのリズム化能力」が大きく影響していることを指摘している。加えて、七澤・本田(2014)は研究から以下のように示唆した。『本研究で「体を移動させる運動遊び」と「用具を操作する運動遊び」の運動学習中に

リズム刺激を与えることは、児童たちの特定の技能習得に有用であると示唆された。また、リズム刺激を与え続けることにより運動学習場面における「学習の勢い」を保持し続けることが可能であると示唆された。三木(2005)も言及しているように、低学年のうちから、運動の基本リズムを感じ取り身につけておくことはそれ以降の運動学習や技能習得に、少なからずつながっていくと考えられる。そして、そのためには体育授業に臨む肯定的な姿勢を、継続的に育てていくことも重要である。』と報告している。

そこで、本研究では小学校の体育授業における準備運動に着目して、準備運動段階にリズム運動を導入することで、より良い体育授業に向けた授業改善につながると考え、テーマ及び目的を設定した。

2. 研究目的

小学校段階における体育の授業において、準備運動段階でリズム運動を導入することで、身体面・精神面において技能の向上やメンタルヘルス面など、プラスの有効性が見られるかどうかを検証することとする。

3. 研究方法

○授業実践

実習校：山梨県公立小学校

期間：2021年6月～11月

対象：第5学年児童（29名）

①方法

ハードル走の授業実践を通して、準備運動段階にリズム運動を導入することで、対象種目に対する興味関心や技能の向上などにおいて、児童の意識がどのように変化するのか、映像を用いた授業分析や授業後のアンケートを用いて検討を行った。

②単元名

陸上運動 「ハードル走」

③授業計画

第5学年体育科学習指導案(略案)

日時 令和3年11月18日(木) 第2校時
対象 第5学年1組
授業者 山崎 翼 印

1. 単元名 陸上運動 「ハードル走」
2. 単元目標
 - ・ハードル走にすんで取り組み、約束を守り助け合って運動をしたり、場や用具の安全に気を配ったりすることができるようにする(学びに向かう力、人間性)
 - ・自己の能力に適した課題解決の仕方、競走や記録への挑戦の仕方を工夫できるようにする。(思考力・判断力・表現力等)
 - ・ハードルをリズムミカルに走り越えることができるようにする。(知識・技能)

3. 単元計画(全6時間)

時数	学習活動
1時間目	・学習内容の確認 ・リズム運動(W-up) ・ミニハードル走(インターバルを3つくらいに分ける) ・学習の振り返り
2時間目	・学習内容の確認 ・リズム運動(W-up) ・ミニハードル走 ・50mハードル走測定 ・学習の振り返り
3時間目(本時)	・学習内容の確認 ・リズム運動(W-up) ・並列ハードル走(インターバルの意識) ・学習の振り返り
4時間目	・学習内容の確認 ・リズム運動(W-up) ・スタートから一台目(タブレットの活用) ・学習の振り返り
5時間目	・学習内容の確認 ・リズム運動(W-up)

図1 学習指導案①

6時間目	・ハードリング(タブレットの活用) ・学習の振り返り ・学習内容の確認 ・リズム運動(W-up) ・50mハードル走測定 ・学習の振り返り
------	--

4. 本時(全6時間中の第3時間目)

(1)本時の目標

- ・インターバルを意識し、リズムミカルにハードルを走り越えることができるようにする。(知識・技能)

(2)指導意図

単元の目標において、ハードルをリズムミカルに走り越えることができるようにする(知識・技能)とあり、目標達成のためにリズム感を掴む必要がある。そのための手立てとして、準備運動段階でのリズム運動の導入、メイン活動においてハードルとミニハードルを用いたインターバルを意識させるハードル走を取り入れることによってリズム感を掴ませる。

(3)準備物

ハードル 10台、ミニハードル 10台、マーカー、メジャー

(4)本時の展開

	学習内容・活動	指導上の留意点
導入(10分)	1. 学習内容の確認 2. リズム運動(W-up) ・けんば、スキップ、バックスキップ、ギャロップ、サイドステップ(20m程度の距離)	・メインの学習に繋がるようにリズム感を身に付けさせる。 ・教師が手拍子と擬音語を使って補助、また、児童にも擬音語を発声させながら、運動に取り組ませる。
展開(25分)	<div style="border: 1px solid black; padding: 2px; display: inline-block;">リズムミカルなハードルを目指そう</div> 3. 場の準備(3分) 4. インターバルを意識したハードル走 ・4つのレーンを作り、ミニハードル・ハ	・場の準備をしている間に児童に3人のグループを作らせる。 ・ポイントを押さえ、課題を持ちながら練習するように声

図2 学習指導案②

<p>ードル・ミニハードル・ハードルの順にレーンを作る。(インターバルは左から5.5m、5.5m、6m、6mとする) ・ハードルの台数は5台とし、スタートから1台目までは12m、インターバルは5.5mまたは6m、トータルの距離は45mとする。 →2種類のインターバルを用意することによって、自分に合ったインターバルを選択させ、3歩または5歩のリズムをつかませる。 ・まずはポイントを伝えずに児童にハードルを跳ばせ、1人1回ハードルを跳んだ後にポイント指導を行う。 →インターバルを3歩または5歩にする。 インターバルにおいて一定のリズムを作る。(トシ・1・2・3) ・3人のグループを作り、1回跳ぶ毎に跳ぶレーンの位置を1つ右にずらし児童をローテーションさせる。</p>	<p>を掛ける。 ・課題解決に向けた動きのコツを教師が問いかけたりして気持ちを促していく。 ・走りきった後の帰ってくる方向の指定や水分補給など安全に留意させる。 ・ポイント指導を行うが、まずは児童に何が大事だと思うか問いかける。その上でポイント指導を行う。 ・ハードルが苦手な児童については、ミニハードルから段階的にハードル指導を行っていくこと、擬音語を使いながらリズムをつかませることを行っていく。 ・インターバル指導において、ケンステップを用いて3歩または5歩の間隔を掴ませる。</p>	<p>・各目的の取り組みを反省させるとともに、児童同士で共有させることで学びをより確かなものとする。 ・来年の陸上記録会に向けて、ハードル走に少しでも興味や記録向上の気持ちを持ってくれたらよいという思い。</p>
<p>まとめ (5分)</p>	<p>・学習の振り返り ・お家でできるハードルストレッチを紹介する。 →ハードルの跳ぶ格好をしたストレッチ(腕振り、1・2・3のリズムをつける) ・片付け</p>	

参考資料
・イラストで見る全単元・全時間の授業のすべて(東洋館出版社)

図3 学習指導案③

まず、単元計画についてだが、6時間ある内の4時間目ということで実践授業を行わせていただいた。実践に関しては一時間のみの実践であり、その授業の中だけで学習を見取り、アンケートや授業分析を用いた中から成果と課題を見つけ、授業改善につながるような研究方法とした。

次に、実践授業について、学習指導案の指導意図にも明記してあるが、ハードルをリズムカルに走り越えることができるようにするという目標達成のためにリズム感を掴む必要があり、そのための手立てとして、準備運動段階でのリズム運動の導入が、メイン活動においてリズム感を掴ませ、メイン学習の補助的な存在になると考えたため、このような研究実践を考えた。また、リズム運動の項目についてだが、様々な運動学習にも応用することができる種目とハードル走に活用することができる種目とを組み合わせるリズム運動の種目決めを行った。

④授業後アンケート

体育に関するアンケート

5年1組 番 名前 _____

1. 体育の学習について
体育の授業は好きですか。

とても好き まあまあ好き あまり好きではない 嫌い

・それはどうしてですか。

2. 運動について
運動は楽しいですか。

とても楽しい まあまあ楽しい あまり楽しくない 楽しくない

3. 新型コロナウイルス感染症について
(1)新型コロナウイルス感染症のせいで、夏には学校が分散登校になってしまったり、学校での遊びがせいげんされてしまいました。また、放課後や土曜日、日曜日に外へ出ることがあまりできなかったり、学校に行くことができないときもありましたが、新型コロナウイルス感染症が流行していた時はどんな運動や遊びができていましたか。運動をする時間はどうでしたか。また、どんな不安やストレスがありましたか。

《学校生活》

《放課後や土曜日、日曜日など学校以外》

図4 アンケート①

(2)最近、新型コロナウイルス感染症がだんだんと落ち着いてきましたが、学校や学校以外でどんな運動や遊びができていますか。運動をする時間はどうですか。また、どんな不安やストレスがありますか。

《学校生活》

《放課後や土曜日、日曜日など学校以外》

4. 今日の体育の授業で、リズム運動(スキップやギャロップなど)を準備運動として授業の初めにやってみて、感じたことを自分なりに書いてください。
(例) リズム感がつかめた、体が温まった、他の運動を行う前にもやってみようなど

図5 アンケート②

ワークシートについて、設問1と2では、体育の学習と運動の好き嫌いを聞くことで、体育学習の課題を見つけようと考え、このような設問を立てた。

設問3では、新型コロナウイルス感染症

流行時と授業実践及びアンケート実施時である2021年11月現在との比較の中で、児童の生活状況や運動状況、心の状況を確認するため、このような設問を立てた。また、設問を作成するにあたって、児童のコメントについて、設問3の(1)と(2)の比較が行いやすいようにするため、設問においてそれぞれの状況を詳しく書き、児童にその当時の出来事が想起しやすいような工夫を行った。

設問4では、授業実践時におけるリズム運動の効果を検証するため、このような設問を立てた。また、設問を作成するにあたって、児童のコメントについて授業内容と関わりのあるものにするため、設問の下に感想例をつけることで、児童のコメントを授業内容に沿った内容にしようと工夫を行った。

4. 結果・考察

①授業後アンケートについて

(1)アンケート設問1.2について

体育の授業・運動の好き嫌いについて図6.7に示す。

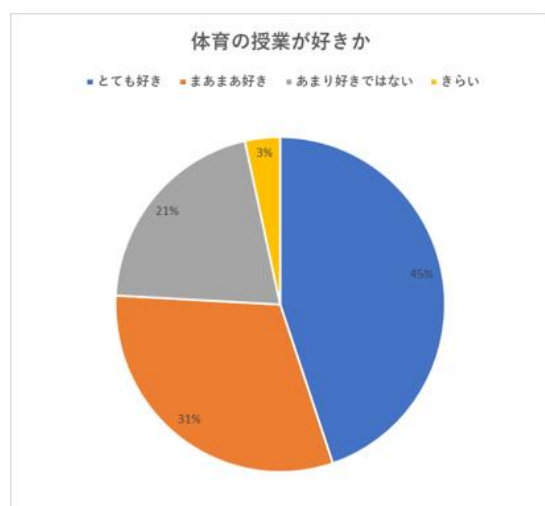


図6 体育授業の好き嫌いについて

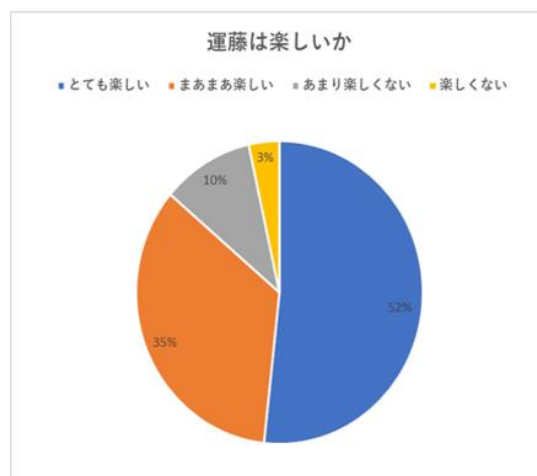


図7 運藤の楽しさについて

アンケートにおける設問1の「体育の授業が好きか」の問いに対して、とても好きが45%、まあまあ好きが31%であり、好きという回答2つの合計値が76%であるのに対して、設問2である「運動は楽しいか」の問いでは、とても楽しいが52%、まあまあ楽しいが35%であり、楽しいという回答2つの合計値が87%である。ここで、設問1と設問2の児童の回答において、好きという回答で11%の差異が生まれたが、設問1の体育の授業が好きかの設問における児童の記述内容から以下のようなことが考えられる。まず、児童の回答についてであるが、「楽しい、体を動かすことが好き、友達と一緒に運動ができる、できないことができるようになる、普段できない運動ができる」といった肯定的な意見もあったが、中には、「どんなスポーツもあるから、好きじゃないスポーツもやるから、苦手なものもあるから、体育はつまらないから」といった否定的な意見もあり、運動と体育の授業における好き嫌いの差異について、運動は好きな時に好きなことをできるが、体育の授業では学習指導要領に沿って様々なスポーツを行うため、それぞれの児童にとって苦手のある種目についても体育の授業で行う点が差異の原因であると考えられる。

(2) アンケート設問3について

まず、設問3(1)の新型コロナウイルス感染症流行時における学校生活での回答についてである。回答はどんな運動や遊びができていたか、運動をする時間はどうだったか、どんな不安やストレスがあったかなどを回答させるように児童に質問を行った。児童の回答として、「鬼ごっこをしていた、体育の授業以外は運動をしていない・ほとんどできていない、運動をする時間が減った、外で遊ぶことができずストレスがあった、しゃべったりなど友達と関わる機会が少なくなりつらかった、分散登校により友達と会えずつらかった」といった否定的な意見ばかりであった。また、放課後や土曜日、日曜日など学校生活以外においては、「クラブチームなど習い事が休みになってしまっていた、習い事以外は外に出ていない、家で遊んでいた、たまに友達と遊んでいた、ほとんど運動をしていない、外に出られなくてストレスがあった」といった否定的な意見が学校生活の時と同様にほとんどであった。しかし、中には「あまりストレスはない」と回答をする児童も若干名であるがいた。これらのアンケート結果から、新型コロナウイルス感染症に伴って学校生活では休校や分散登校となり、友達と会えず、また、運動が制限されて体育以外で運動を行う場面が少なく、不安やストレスを感じる児童が多数いたことが分かった。さらに、放課後など日常の場面では、習い事以外に外に出る機会が少なかったり、習い事自体が制限されたりと運動を行う機会の減ってしまった児童が多数いることが分かった。これらから、新型コロナウイルス感染症流行時には児童の外遊びの機会が減少し、運動時間の減少もみられ、ストレスを感じている児童の実態が多くあった。

設問3(2)の実践授業時では、まず学校生活において「鬼ごっこやサッカー、ドッジボールをしていた、ボールが使えるようになっ

た、休み時間は毎日外で遊んでいる、外で遊ぶ時間は少し増えた・増えた、外で遊べるようになり不安やストレスがなくなった、楽しい」といった肯定的な意見があった反面、「運動をする時間は変わらない、またコロナが増えないか心配、外に出ていない」などの否定的な意見も複数あった。また、放課後や土曜日、日曜日など学校生活以外においては、「クラブチームなど習い事をしていて、コロナに気をつけながら友達と遊んでいた、外に出る機会が少し増えた、運動をする時間は増えた」といった肯定的な意見の反面、「運動をする時間はあまり変わらない、習い事以外は外に出ていない、運動はしていない、まだ外に出ることに抵抗がある」といった否定的な意見も複数あった。これらのアンケート結果から、新型コロナウイルス感染症流行時と比べて、学校で行える運動種目が増加したことや外遊びの機会が増えたことで肯定的な意見が多くみられるようになった。しかし、中には新型コロナウイルス感染症に感染する可能性やリスクを考えて、外遊びに抵抗のある児童やそれに伴い、不安やストレスを抱えている児童の実態があった。

(3) アンケート設問4について

実践授業において準備運動段階で行ったリズム運動についてのアンケートであったが、児童それぞれ多くの意見があった。まず、肯定的な意見では「リズム感が少しつかめた・つかめた、これからリズムを意識して運動してみたい、体がちょっと温まった・温まった、たくさんやったら上手くなりそう、ハードル走につながった、準備運動として良かった、体育の授業でやっていきたい、ハードル走が上手くなれたような気がした」といった内容があり、否定的な意見では「最初はリズムがつかめなかった・あまりリズムがつかめなかった、リズムがずれてしまった、ギャロップが難しかった・できなかった、できている人とできていない人がいたのもっと詳

しく教えてほしかった」といった内容があった。これらのアンケート結果から、準備運動段階にリズム運動を用いた体育授業を通して、リズム感が何となくつかめた、ハードル走につながったと感じる児童が少しながらいた。また、準備運動(W-up)として良いという児童の意見も少しながらあった。しかし、中にはリズム運動に難しさを感じている児童やリズム自体に難しさを感じている児童の実態もあった。

②授業映像分析について

授業映像を分析する中で、スキップやサイドステップといった動きの中でリズム感のある児童は比較的多くいたが、バックスキップやギャロップといったリズムが変化・複雑化する動きでは困難さを感じる児童が多くいた。また、準備運動段階でリズム運動を行った場面を踏まえて、メイン学習であるハードル走については、ハードルの高さやインターバルを様々に変化させた中でも対応して学習を行っている児童が多くみられ、ハードル走の技能が比較的習熟していた。

5. 成果と課題

授業実践及びアンケートを通して、成果と課題が多くみられた。

まず成果について、アンケートから新型コロナウイルス感染症の影響について、多くの児童に否定的な感情が見られることがわかった。そこで、児童にとって心の問題を解決・ケアする手立てが必要であると考え。また、リズム運動について、本研究の実践授業は1時間の実践であったが、対象種目のハードル走では実践授業時において少なからずリズム運動の効果が児童のアンケートからみられた。

本研究から、課題については3点のことが挙げられる。

1点目はリズム運動自体の有効性に関する根拠(運動種目の選択など)である。今回の実践授業は陸上運動のハードル走についてであ

ったが、他の運動種目や陸上種目においてリズム運動の有効性があるのか比較・検討を行う必要があると考える。

2点目は説得力を増すための母数の吟味(有意差を出すため)である。実践授業では、担当クラスのみ29名の児童を対象としたが、様々な研究から研究としての有効性を持たせるために母数の少なさを感じたため、母数を増やす必要があると考える。

3点目は何を有意差として評価するのかである。本研究は1時間の実践であったため、何かと比較して検討を行うことができなかった現状がある。そこで、リズム運動の有効性をより持たせるために、単元を通したリズム運動の効果の実践が必要であると考え。単元を通した授業実践を行うことで、実践授業前後の比較検討が行えることやアンケートなどを用いた記述面での分析だけでなく、記録を用いた分析ができるため、様々な視点からリズム運動について考えられ、今後の研究の重要な課題である。

以上3点から、本研究の説得性をより増すため、来年度の研究を通してリズム運動の有効性について、実践授業を通してより深く考えていきたいと考える。

引用文献

- ・北村佳史(2011)小学校体育科における体づくり運動 領域の「多様な動きをつくる運動」の(教科内容)に関する実践的研究. 滋賀大学大学院教育学研究科論文 集 14: 117-127.
- ・七澤朱音・本田拓二(2014)運動のリズムを重視した体育学習がもたらす効果に関する研究—低学年における「多様な動きをつくる運動遊び」を通して—, 30(2): 1-11.
- ・三木四郎(2005)新しい体育学習の運動学. 明和出版, 49-211.
- ・文部科学省 小学校学習指導要領(平成29年告示)解説 体育編