

体育授業におけるオノマトペの有効性

ー走り幅跳びの授業に着目してー

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 横森友朗

1. 研究テーマについて

走り幅跳びは小学校学習指導要領体育編で、低学年では走・跳の運動遊び、中学年では走・跳の運動、高学年では陸上運動として位置付けられている。その指導法の例示として、「7~9歩程度のリズムカルな助走をすること」「幅30~40cm程度の踏み切りゾーンで力強く踏み切ること」「かがみ跳びから両足で着地すること」とあり、運動が苦手な児童への配慮の例として「トン・トン・ト・ト・トン」などのリズムで踏み切る場を設定したりすると記述されている。しかし、実際の多くの学校現場では、準備体操を行った後、記録向上のための練習は少なく十分な助走距離から記録測定を繰り返す授業が多い。また、学習指導要領に記述されていた「トン・トン・ト・ト・トン」のリズムは同様に走り高跳びの欄にも記述されており、跳躍の水平距離を求める走り幅跳びと、垂直距離を求める走り高跳びのリズムが同様のものになっている。

筆者（横森）が大学院2年次の教育実習を行った小学校では、音による学習を多く取り入れていた。1年生の体育授業では新体力テストの記録測定の際、反復横跳びの種目では『タタン・タタン』のリズムでやるんだよ」と児童の練習に合わせて「タタン・タタン」と教師が声を出していた。また、立ち幅跳びの種目では「ラー・メン・食べ・たい・な」のリズムで腕を振り遠くへ跳ぶ様にしていた。それぞれの種目で児童は種目の特性を音から理解し、リズムに合わせて運動を行うことができていた。また、配属学級の3年生の学級では体育の授業に限らず、北杜市の町の名前の暗唱や漢字の読みをリ

ズムに乗って覚えることなど音による学習を取り入れていた。これらのことから小学校の特に低・中学年では、学習に音を取り入れることでポジティブな影響があると考えられる。

藤野ほか（2005）はスポーツ現場で使用されるオノマトペについて調査し、スポーツ特性に合わせた様々なオノマトペが使用されていることを明らかにした。

吉川（2013）はスポーツオノマトペを用いた説明の冊子と用いていない冊子を対象者（大学生）に提示し、どちらの指導法が効果的であったかを調査し、「オノマトペ表現による説明あり」の方が「プレーのイメージが湧く」「微妙な感覚が分かりやすい」など全ての項目で評価が有意に高いことを示した。また、それらに初心者、初級者、中級者、上級者の4群間に有意差はなく、一貫して効果があったとしている。

これかことから、学校の体育科教育においてオノマトペ表現を用いた指導を行うことで児童の運動技能を向上させることができると考えた。

2. 研究目的

小学校でオノマトペを使用した体育授業を行い児童の運動技能が向上するかを明らかにすることを、本研究の目的とする。

3. 研究方法

（1）対象

- ①山梨県公立小学校で全校児童数は約150人の単級の小学校の3年生児童28名。
- ②取り扱う体育授業は走り幅跳び（全5回）。
- ③授業実践日は、10月13日、10月27日、11月10日、11月24日、12月8日の5回。

④授業1回目と5回目に記録測定を行いその結果による記録の伸びと、授業5回目の後に児童を対象としたアンケートを行いそれらの結果から総合的に考察する。

(2) アンケート

- ①児童を対象にしたアンケートは紙媒体で行なった。
- ②児童を対象に行ったアンケート内容は以下の通りである。

ねん ばん なまえ ()

*どうしてもかきたくないときはかかなくてもだいじょうぶです

◎あてはまるものにまるをつけてください (たとえば) とてもでた

① オノマトペ (タターンなど) をつかったじゅぎょうはやる気ができましたか?

- ・とてもでた
- ・すこしでた
- ・あまりでなかった
- ・でなかった

② オノマトペをつかうことで楽しくじゅぎょうができましたか?

- ・とても楽しかった
- ・すこし楽しかった
- ・あまり楽しくなかった
- ・楽しくなかった

③ オノマトペをつかうことで動きなどがわかりやすくなりましたか?

- ・とてもわかりやすかった
- ・すこしわかりやすかった
- ・あまりわからなかった
- ・わからなかった

④ ③のりゆうを教えてください (たとえば) タターンのリズムで動きやすかった、動きをイメージできた

[]

⑤ はしりはばとびのじゅぎょうでいちばんいんしょうにのこっていることはなんですか?

[]

⑥ ほかのどんなこと (じゅぎょう) にオノマトペがつかえそうですか? (たとえば) やさいをザクザク切る、せすじをピンをのぼす。

[]

図1. 走り幅跳びの授業アンケート

アンケート内容は、藤野ほか (2005) が体育会運動部に所属する大学生を対象にオノマトペを使用した指導を行った際の評価をもとに、「学習意欲」「効率化」「内容理解」「楽しさ」「印象」から小学校低学年に合わせわかりやすい言葉に変更した。

- ③アンケートは4段階評価と自由記述とした。
- ④アンケートは5回目の授業後の時間に横森の指導の上で10分ほどで行った。
- ⑤アンケートは総数28名から、体調不良による欠席者4名、怪我の影響で授業実施不可1

名、未記入1名の6名を除いた22名の結果をもとに考察した。

(3) 走り幅跳び

①今回の授業実践で行った走り幅跳びは、日本陸上競技連盟から「走幅跳は、速いスピードの助走から1回の踏み切りで遠くに跳んだ距離を競う種目です。踏み切りは、踏み切りライン(20cmの踏み切り板の砂場側のライン)の手前で行います。踏み切り足が僅かでも踏み切りラインを越えるとファウルとなり、無効試技となります。距離の計測は、踏み切りラインから、着地点(身体の中の部分であっても砂場にふれた最も手前の地点)で行われます。」とあり、これに準じた内容・方法で授業を行った。本来、踏み切りラインを超えてしまうとファウル(無効試技)となり記録なしであるが、小学校低学年の段階で助走のトップスピードから踏み切りラインに合わせることは難易度が高いこと、踏み切り位置による記録の上下が激しくなってしまうことから踏み切った位置からの実測値で記録測定を行った。

②走り幅跳びの授業で取り扱うオノマトペは、大学で走り幅跳びの競技を専門として行っている選手21名を対象に、「走り幅跳びのオノマトペに関するアンケート」を行いその結果をもとに作成した。アンケート項目、アンケート結果は以下の通りである。

(4) アンケート項目、結果

- ① 「走り幅跳びの競技歴を教えてください」

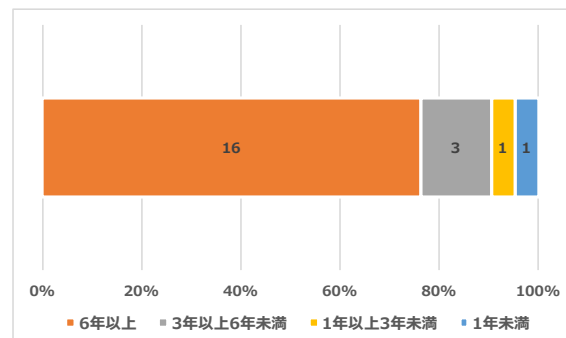


図2. 走り幅跳びの競技歴を教えてくださいアンケート回答者の走り幅跳びの競技歴は図2の通りであり、回答者の7割以上が6年以上の競技経験がある。また、走り幅跳びの競

表2の結果より、走り幅跳びの選手の多くは踏み切り時を大事にしていることが分かる。表1の結果と照らし合わせ、走り幅跳びにおいて踏み切り時の「タタン」「タターン」のリズムが重要であり、これらの習得が記録向上につながる事が予想された。

⑥ 「走り幅跳びにおいてオノマトペで表現することは有効だと思いますか？」

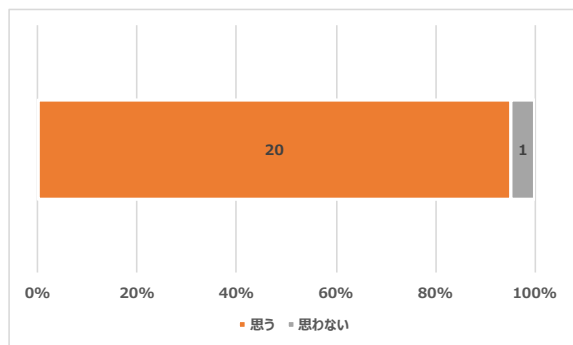


図5. 走り幅跳びにおいてオノマトペで表現することは有効だと思いますか？

21名の回答者のうち20名がオノマトペで表現することが有効だと回答した。

⑦ 「その理由を教えてください」

表3. 走り幅跳びにおいてオノマトペで表現することが有効だと思う/思わない理由

オノマトペ以外に適切な言葉が見つからないから。また、分かりやすいイメージしやすいから。
合う合わないがあるから。合う人に説明するには有用だと思う。
イメージしやすい
分かりやすい。イメージしやすい。
分かりやすい。表現しやすいから
いくつかの技術的な知識をオノマトペに集約することで、跳躍中も考える事が少なくなるから。考えることが多いと脳のキャパを超えてしまい、あちがら立てばこちらが立たずな状態になりがちだと思う。そのためできるだけ強の中がクリーンな状態で跳躍するためにも、いくつかの技術的知識を集約したオノマトペを持っておくのは良いと思う。
イメージしやすくなるし、単純だから動きとイメージがごちゃごちゃになりにくいと思うから。
リズムのイメージを落としやすいため
動きの組み立て方がわかりやすい。オノマトペだけで接地のイメージが伝えやすい
イメージがつけやすい
素早い動きほど考える時間が無いから
リズムがとりやすい
分かりやすいから。
リズムが伝わりやすい。簡単に表現出来る
技術面で考えることも大切だと思うが簡単に表現しやすいオノマトペで表現することで難しい技術であっても簡単に噛み砕くことが可能になると思うから。
わかりやすい。走幅跳はリズムが大事な競技なのでオノマトペを使ってリズムを表現することでリズムや動き、踏切の感覚が掴める
踏切のリズムはオノマトペで表すと感覚的に理解しやすいと思うから
リズムがものを言う競技だから
自分自身が難しい言葉で言われてもわからない時が多く、オノマトペで言われた方がイメージがわかりやすい時があるから。
想像しやすいから
わかりやすいから

図5.の結果で走り幅跳びにおいてオノマトペで表現することが有効だと思わないと回答した選手を個別で見ると、「合う合わないがあるから。合う人に説明するには有用だと思う」と回答している。また、多くの選手は「リズムが取りやすい」「イメージしやすい」と回答している。走り幅跳びの1回の試

技の時間はトップレベルの選手でも5~6秒ほどである。さらに踏み切り時に限定すると1秒にも満たない時間である。その短い時間に多くのことを考えるより、事前に考えを理解しやすいオノマトペに変化することで動作をイメージしやすいと考えられる。また、跳躍動作の練習時にも個人が思ったこと考えたことを言語化するよりもオノマトペ表現した方が微妙な差や一連の動作が伝えやすくなる。

(5) あっぴっぴ体操

本研究では、「タターン」の様な特定の動作に関わるオノマトペの他に、走動作の習得目的として「あっぴっぴ体操」を行った。「あっぴっぴ体操」は山梨陸上競技協会跳躍コーチの萩原伸治(盲学校所属)考案の走動作習得運動である。走る時に意識しなければならないことはストライ・ピッチ・接地・脚

(足)の位置・軸など数多くある。これら全てが走運動の際に重要であるが、陸上経験のない小学生に考えさせることは不可能に近い。「あっぴっぴ体操」はこれらのことを音と一緒に習得することができる。

- ① 足を肩幅に開き腕をバランスのとりやすい幅に開く。
- ② 片足を90度の位置(腰の高さ)まで引き上げ膝も90度で曲げる状態を作る。
- ③ 「あ、ぴっ」のリズムで足を切り替えて上げる。
- ④ その後は「あ、ぴっ・あぴっ・ぴっ・ぴ」のリズムで足を切り替える。

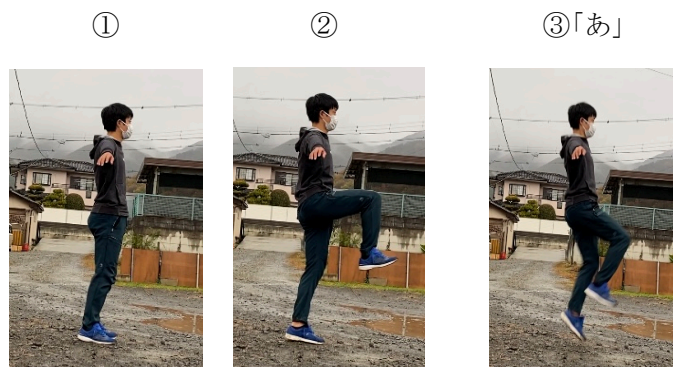




図6. あっぴっぴ体操

「び」のリズムで脚を切り替えることで自然とリズムよく走ることができる。更に、「び」という語感が背筋を伸ばす動きにもつながる。

4. 授業内容

(1) 1時間目：1回目の記録測定を行うことが主な目的で、走り幅跳びに関する知識は競技の正しい行い方だけを指導し技術的な側面の指導は一切行わない状態で記録を測定した。記録測定は2回行い良い方の記録を1回目の記録測定の記録とした。

(2) 2時間目：2時間目の授業日に実習校での理科の実験があったため授業時間は35分ほどで、予定されていた前回の動画とお手本の動画の視聴からオノマトペを考える活動を行うことができなかつた。走り幅跳びの動作についてのオノマトペの先入観を与えないために、意図的にオノマトペを使わずに授業を行った。授業内容は、準備運動と短い助走距離(5歩程度)からの跳躍を行った。

(3) 3時間目：1時間目の記録測定時の児童らの跳躍動作の動画と、お手本となる跳躍動作(横森)の動画を比較して何がポイントになるのかを児童らが考え、それをオノマトペ(音)で表す活動を行った。その中で児童から「助走が速い」「空中で止まっている様に見える」「着地の時にかがんでいる」等の気づき。助走は「シュタタ」「タタタ」。踏み切りは「タンターン」。空中では「グーン」というオノマトペで表現した。前述の「走り幅跳びのオノマトペに関

するアンケート」結果と児童の感じ方を織り交ぜ、助走の「タタタ」踏み切りの「タターン」空中(着地動作)の「グーン」この3点のオノマトペを主に使用して授業を進めた。動画視聴後は外に出て、先ほどのオノマトペ「タターン」を使用した踏み切り動作の練習を行った。

(4) 4時間目：前述の「あっぴっぴ体操」を行い、その後、短い助走距離から跳躍(踏み切り動作「タターン」のリズムで踏み切りを行う)と着地動作(空中で「グーン」と足を前に出して両足で着地すること)を行った。

(5) 5時間目：授業冒頭に前時の復習を兼ねて「あっぴっぴ体操」を行った。短い助走距離からの跳躍練習(「タターン」の踏み切り)を数回行い、記録測定を2回行った。2回の記録測定の内、良い方の記録を5回目の記録測定の記録とした。

5. 結果

(1) 走り幅跳び1回目、5回目の記録
走り幅跳びの1回目と5回目の授業の記録測定の記録は以下の通りであった。3年生児童28名の内、体調不良による欠席者が4名

表4. 走り幅跳びの記録(1回目, 5回目)

番号	1回目(cm)	5回目(cm)
1	233	273
2		
3	130	230
4	154	209
5	235	
6	195	263
7	259	290
8	242	260
9	220	290
10	242	249
11	258	278
12	271	300
13	155	215
14	195	290
15	320	390
16	150	210
17	199	233
18	219	
19	264	291
20	242	240
21	198	
22	272	300
23	295	
24	275	
25	195	209
26	166	280
27	218	263
28	207	251

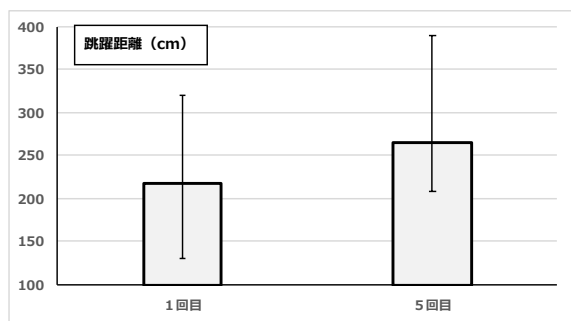


図7. 走り幅跳びの記録 (平均値, 最大値, 最小値)

表4, 図7に走り幅跳びの授業実践の1回目と5回目の記録を示した. 1回目と5回目の記録測定の結果をもとに, 対応のあるt検定を行った. (n=22) 統計的検定の有効水準は5%とした. t検定の結果, 1回目と5回目の平均の差に有意な差は見られなかった. (P=4.82, p>0.05). 児童個人で結果を見た場合, 番号20の児童だけ1回目に比べて5回目の記録が低下している. (1回目242cm, 5回目240cm) 全体の平均値, 最大値, 最小値全てにおいて1回目より5回目の方が高い記録となっていることが分かる. 特に, 番号26の児童は114cm記録を伸ばすことができていた (1回目166cm, 5回目280cm).

(2) アンケート結果

ねん ぼん なまえ ()

*どうしてもかきたくないときはかかなくてもだいじょうぶです

◎あてはまるものになるをつけてください たとえば) とてもでた

① オノマトペ (タタターンなど) をつかったじゅぎょうはやる気ができましたか?

- ・とてもでた
- ・すこしでた
- ・あまりでなかった
- ・でなかった

② オノマトペをつかうことで楽しくじゅぎょうができましたか?

- ・とても楽しかった
- ・すこし楽しかった
- ・あまり楽しくなかった
- ・楽しくなかった

③ オノマトペをつかうことで動きなどがわかりやすくなりましたか?

- ・とてもわかりやすかった
- ・すこしわかりやすかった
- ・あまりわからなかった
- ・わからなかった

④ ③のりゆうを教えてください (たとえば) タターンのリズムで動きやすかった. 動きをイメージできた

[]

⑤ はしりはばとびのじゅぎょうでいちばんいんしょうにのこっていることはなんですか?

[]

⑥ ほかのどんなこと (じゅぎょう) にオノマトペがつかえそうですか? (たとえば) やさいをザクザク切る. せすじをピンをのばす.

[]

図1. 走り幅跳びの授業アンケート

①オノマトペ (タタターン) などをつかったじゅぎょうはやる気ができましたか?

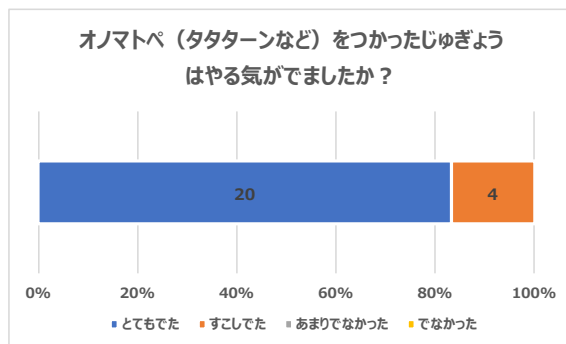


図8. オノマトペ (タタターン) などをつかったじゅぎょうはやる気ができましたか? アンケート回答者24名の内20名が「とてもでた」. 4名が「すこしでた」と回答した. 「あまりでなかった」「でなかった」とネガティブな回答をした児童はいなかった.

②オノマトペをつかうことで楽しくじゅぎょうができましたか?

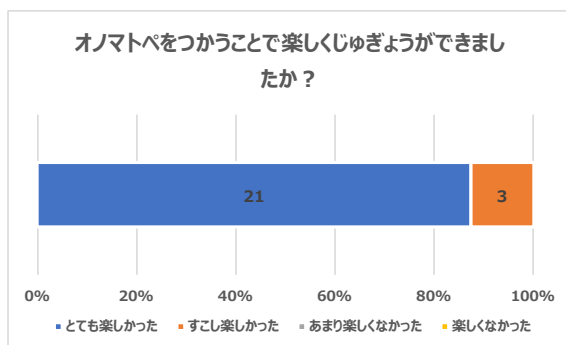


図9. オノマトペをつかうことで楽しくじゅぎょうができましたか? アンケート回答者の24名の内21名が「とても楽しかった」. 3名が「すこし楽しかった」と回答した. 「あまり楽しくなかった」「楽しくなかった」とネガティブな回答をした児童はいなかった.

③オノマトペをつかうことで動きなどがわかりやすくなりましたか?

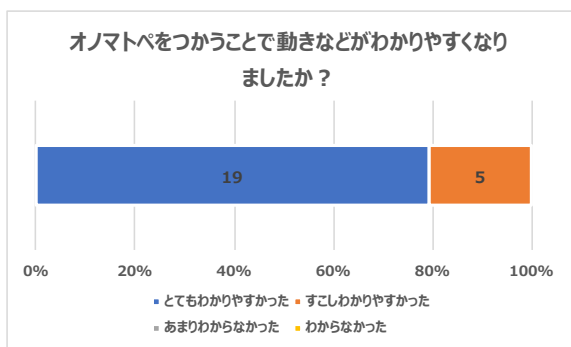


図 10. オノマトペをつかうことで動きなどがわかりやすくなりましたか？

アンケート回答者の 24 名の内 19 名が「とてもわかりやすかった」、5 名が「すこしわかりやすかった」と回答した。「あまりわからなかった」「わからなかった」とネガティブな回答をした児童はいなかった。

④③のりゆうを教えてください

表 5. 問 3 のりゆうを教えてください

問 4 : 問 3 の理由を教えてください
タタターンを心の中で言っていると体が勝手に動く
心の中でいうとやる気が出た
最後の時に分かったと言っている
タタターンのリズムでスムーズに跳べた
タタタターンのリズムでやったら、かなりやり安かった
うごきおしかりできた
おのまとべをつかうとどうやって動けばいいかわかった
タターンのリズムがすぐにイメージできた
オノマトペをつかえばどんなかんじにとんだのかわかるから
あびびびたいそうがわかりやすかった
走るときのやりかたがよくわかった
うごきをイメージしやすくて、やりやすかったから
マリオみたいにイメージしてタタタターンをやった
なんども練習した。記ろくがだんだんのびていく
タターンの音がピツリ足とあうからやりやすい
タタタターンのうごきをうまくできた
はばとびははじめてやったから
オノマトペがたのしかった
リズムを考えてとべた
あびびびたいそうをできた
タターンのうごきをいしきたらしんきろくが出た
タタターンを使うと、リズムでとびやすくなった
できた
ターンと時にとぶってというのが分かったから

アンケート回答者 24 名の内 10 名が「タタターン」や「ターン」の様なオノマトペを使用して記述していた。直接的にオノマトペで記述していない児童も、オノマトペを使用した授業で動作がわかりやすくなったという様な回答をしていた。

⑤はしりはばとびのじゅぎょうでいちばんいんしょうにのこっていることはなんですか？

表 6. 走り幅跳びの授業で一番印象に残ったことはなんですか？

問 5 : 走り幅跳びの授業で一番印象に残ったことはなんですか？
ジャンプする時
めちゃくちゃ記録が伸びたこと
うまく足をひらいたこと
1 番いいスコアがでた
今日の授業で 3m いった人が多かった
2m90
高くとぶこと
2m90 までとべたこと
いっしょうけんめいジャンプする
足をまえにだすこと
3m いったことです
ハイスコア (2m15cm) がでたとき
アビビビ体そう
記ろくがクラス 1 位になれた
2m いったことです
足を前に
自分のきろくをこえれた
2m38m いったこと
はかたりした時 さいこう記ろくをとったとき
あしあげたことをです
アビビビ体そう
アビビビ体そう
ちやくちするところです
すなになおれこむみたいなかんじでちやくちすること

アンケート回答者 24 名の内 11 名が自身の記録や記録の向上について記述していた。

⑥ほかのどんなこと (じゅぎょう) にオノマトペがつかえそうですか？

表 7. 他のどんなことにオノマトペが使えるそうですか？

問 6 : 他のどんなことにオノマトペが使えるそうですか？
自転車でリソリン
ピョンと跳ぶ
立つ時スタ
大がテッチテッチーとはしる
いどうするときはトコトコしずかあるく
ごはおぼくぼく
バソコンのきりかえにつかえるトントントン
でくてあるく
えびふらいをあげる→じゅわじゅわ
たいこをたいてトントン
はしるぞんぞんぞんぞんびよーん
道をとことこあるく
つかえそうです。(ミキサーでジャカジャカまぜる)
算数さードン
なわとび→タタタタタタ タン タン タン タン
も字をスラスラかく、てつぼうをくるとまわる
土をふわとさせる
せんせいのはなしをキキとキキ
たぶん使える
あびあびあびあび
つかえそう？
雨がポツポツふるに使える
いそいでいるからさらさらーと書きましようとかズンズンと算数の力がついていこうにがんばろう！など

実習校では 1 学期にオノマトペに関する授業を行っていたので、今回行なった体育授業に限らず、様々なことに対してオノマトペを持っていた。

6. 考察

(1) 記録から見る授業実践の効果

1回目と5回目の授業で行なった記録測定の結果から、統計学的な有意差を確認することはできなかった。記録測定実施者22名の内21名が1回目より5回目の記録測定で記録を伸ばすことができていた。また、記録の平均値、最大値、最小値を見ても全ての項目において記録の向上が見ることができることから、授業実践が児童の走り幅跳びの記録に関してポジティブな影響を与えたことが示唆される。実習校は1学年1学級の小規模学級であったため、母数が22と少なかったことや、授業は学校教育で行われるものなので「オノマトペを用いた授業実践を行なった群」と「オノマトペを使った授業を行わなかった群」に分けて授業を行うと一部の児童が不利益を被ってしまうことがあるため、統計学的な結果が出にくかったと考えられる。また、走り幅跳びという競技の特性から、トップクラスの選手でも2回の試技数の中で自身の最大限のパフォーマンスをすることが難しく2回の記録測定で自分の力を出し切ることができなかった可能性も考えられる。

(2) アンケートから見る授業実践の効果

藤野ほか(2005)が体育会運動部に所属する大学生を対象にオノマトペを使用した指導を行った際の評価をもとに、「学習意欲」「効率化」「内容理解」「楽しさ」「印象」から小学校低学年に合わせわかりやすい言葉に変更してアンケートを行なった。質問項目に対してポジティブな回答を4ネガティブな回答を1とした時、問1の「オノマトペ(タタターン)などをつかったじゅぎょうはやる気がでましたか?」では平均値3.86であり、オノマトペを使用した授業により学習意欲が湧いたことが伺える。

表8. アンケート結果

	平均値
問1	3.86363636
問2	3.90909091
問3	3.77272727

問2、問3に関しても同様で高い平均値であり、「楽しさ」「内容理解」の点で見てもオノマトペを使用した授業は児童にポジティブな効果があると考えられる。

問5に自身の記録のことを記述していることから、体育授業で自身の記録を伸ばすことが児童にとって授業の楽しさでもあり印象に残ることであると考えられる。吉川(2012)の体育・運動嫌いに関する研究では、体育、運動に良い印象がないことが体育・運動嫌いの発生要因になるとしている。オノマトペを使用した授業実践で楽しく記録の向上をすることができれば、体育、運動が好きになるきっかけにもなると考えられる。

7. 引用文献

- ・吉川政夫(2013) 運動のコツを伝えるスポーツオノマトペ. バイオメカニズム学会誌 Vol. 37, No4
- ・日本陸上競技連盟
- ・藤野良孝・井上康生・吉川政夫・仁科エミ・山田恒夫(2005) 運動学習のためのスポーツオノマトペデータベース. 日本教育工学会論文誌 29, 5-8.
- ・文部科学省(2017) 小学校学習指導要領・体育編.
- ・吉川麻衣・山谷幸司・笹生心太(2012) 「運動嫌い」「体育嫌い」の実態と発生要因に関する研究-小学生・中学生・高校生における「運動嫌い」と「体育嫌い」の関連性に着目して-. 仙台大学大学院スポーツ科学研究科修士論文集 Vol. 13.