

はじめに

あそびの要素を高めた指導との出会い

大学では、教育学部学校教員養成課程の保健体育専修でスポーツ方法学の研究室に所属し、いかに運動をうまく習得するかを学んでいました。当時、小学校や中学校の体育の先生を目指していた筆者は、子どもたちに「できた」の成功体験を届けるために段階的な練習指導を考えていました。大学4回生の時に縁あって見学した幼児体育の現場で、保育園の1歳児クラスから5歳児クラスの子どもの対象とした指導と出会いました。指導の中に見た子どもたちの発達の成長過程に心引かれた筆者は、大学卒業後の就職を機に幼児体育・学童体育の世界に入ることにしました。

体育講師になりたての当初、子どもたちに「できた」の成功体験を届けるはずが、ことごとくうまくいかず、大失敗の連続でした。子どもの年齢が低くなればなるほど、講師の言うことを聞かない子や体育をやらない子が出ていました。また、学童の子どもたちになると、はっきりと「つまらない」「参加したくない」「自由遊びがしたい」などと子どもが連呼し、参加拒否を訴える子ども達に対して学童指導員が「せっかく来てくださっているのにそんなこと言わない

の!!」という言葉が出るようになっていました。子どもたちに「できた」の成功体験を伝え、運動が楽しいと思ってもらうべく一生懸命に練習メニューを考えて行っていましたが、子どもたちにとっては私が行う運動の時間が苦痛の時間となっており、当時はかなり自信を失い、この仕事が自分に向いていないと思う日々でした。

そんな日々を過ごす中で、あらゆる本や指導動画、さまざまな団体の研修や講座などでひたすら学びました。また、受講した講座で実際に実践している講師を見つけると実際の指導現場を見学させていただいたり、子どもの運動あそびの場である公園やアミューズメント施設、野外施設などをめぐったりと子どもが楽しいと思える運動指導とは何かを常に探していました。

その中で出会ったのが「あそび」です

さっそく実際の指導現場で「あそび」の要素を大切に試行錯誤しながら指導を展開しました。すると、子どもたちの反応が一変しました。幼児や学童の指導現場では、静かだった子ども達が「キャーキャー」という楽しそうな笑顔に変わり、参加しない子は、どんどんいなくなりました。学童においては、子どもたちの会話が「今日は何するの?」「またしたい!!」「次はいつくるの?」などと変わり、普段から室内あそびを好んでいる子も外で遊びだす姿が見られるようになりました。

子どもには、子どもの発達に合った運動のかかわり方があり、スポーツにおいても子ども達の発達に合った「あそび」の要素を含むスポーツ（大人のルールで行われない）が大切だと実感しました。子ども達は常に「あそび」の中で成長していくことに気づいた瞬間でした。

子どもの 子どもによる 子どものための 運動（スポーツ）

「あそびながら高めるこころとからだ」を基本軸とした指導展開は、今まで「頑張れ」と言って苦勞していた運動の習得もいつの間にか自然と習得できるようになり、参加しなかった子が参加し、積極的に挑戦するようになりました。また、指導の時間だけでなく、普段の自由時間の過ごし方も変化が見られるようになりました。保育園や学童の自由時間に運動あそびをする姿や家庭での自由な時間も運動あそびをする様子が保護者より聞かれるようになり、集団生活では、子どもたちが自然とルールを守ったり、話を聞けるようになったりと運動あそびを通して生活面における変化も聞くようになりました。

「あそび」には、無限の可能性がある！！

運動あそびには、運動能力を高め、体力を育むというからだの動きだけでなく、友達とのかかわり方や課題を解決する工夫、集団生活をする上でのマナー、課題への挑戦心と

いったころの動きにも大きく影響を及ぼす力があります。それは、総合的な人間形成にとってとても大切であり、運動あそび指導の中で総合的な人間形成を含む教育的なねらいを組み込むことで、すべての子どもたちが楽しみながらからだところの成長を育むことができます。

そんな、「あそび」の中から育む究極の運動指導・スポーツ指導「あそびがもたらす最高の教育」を現在も実践研究しながら突き詰めて活動しております。

どんな子どもも活発になる運動 ASOBI 指導
— あそびがもたらす最高の教育 —

目 次

はじめに..... 1

あそびの要素を高めた指導との出会い 1

子どもの 子どものよる 子どものための 運動（スポーツ） 3

「あそび」には、無限の可能性がある!! 3

第1章 高まる運動あそびの重要性..... 13

1. 運動の効果 13

2. 子どものからだのおかしさとその対策 16

3. 生涯スポーツ・運動と幼少期の運動経験 18

(1) 運動の苦手意識について 18

(2) 体力について 20

(3) 運動を始めるきっかけ 23

4. 運動が苦手になる理由 24

(1) 経験不足 24

(2) 技術指導の低年齢化 27

(3) 大人のルールをそのまま子どもへ 27

(4) 競争あそび 28

5. 運動の苦手の悪循環が変わる「楽しい」が生む好循環

第2章 あそびには価値がある!! 33

1. あそびがもたらすもの 34
 - (1) 仲間から新しいあそびを知る。(伝承) 34
 - (2) 未知のものを知り、新しいことができるようになる。
(感動体験) 35
 - (3) 上手な人を見て学ぶ。(見取り学習) 35
 - (4) できるようになる創意工夫や繰り返し練習をする。
(努力、体力、知恵、運動スキルを身につける) 36
 - (5) ルールやあそび方を創意工夫する。(創造力) 36
 - (6) 仲間とのやり取りがある。(コミュニケーション、
思いやり) 37
2. 家庭でも友達同士でも遊ぶ機会が減っている 46
3. あそびのきっかけを大人の手で作る時代 48
4. 「あそびがもたらす最高の教育」あそびから ASOBI へ 48
5. ASOBI プログラムで変わった子どもたち 49

第3章 こころもからだも育む ASOBI プログラムとは？

..... 57

1. ASOBI とは？ 57
2. ASOBI プログラムとは？ 58
3. 子どもが主体となる自己決定の大切さ 62

4. 「できた」という有能さが大切 62
 - (1) 金子氏の運動形成の5位相 62
 - (2) チクセントミハイ氏のフロー理論 64
 - (3) 基礎感覚 67
 - (4) 多様な基本的な動作の経験 69
 - (5) 動作の洗練化 71
 - (6) 多様な動作経験から動きの洗練化をするとうなるか? 72
 - (7) ASOBI プログラムのスマールステップと運動アナログン 74
5. 楽しいから生まれる好循環 76

第4章 あそびを子どもたちに合わせる ASOBI 指導の工夫

..... 79

1. 同じあそびを年齢に合わせて発展させていく 79
2. 年齢ごとの発達の特徴 80
 - (1) 基礎感覚あそび 82
 - (2) 基本的動作から複雑な動作へ 84
 - (3) 個々から集団へ 86
 - (4) ごっこ性からゲーム性へ 88
 - (5) 考える力の育ち 92
3. 遊び込みから変わる楽しみ方の違い 95
4. イメージの世界で遊ぶ楽しさ 96

5. 異年齢でのあそびにおける「楽しい」の違い	101
-------------------------	-----

第5章 苦手意識ある子どもたちも夢中にさせる工夫

.....	105
1. あそびのエンドレス展開	105
(1) しっぽとり	106
(2) ドッジボール	109
(3) エンドレスリレー～トラックバージョン～	112
(4) エンドレスリレー～遊具バージョン～	115
(5) エンドレスだるまさんが転んだ	117
2. 手作り道具からの運動あそび	118
(1) 紙でっぼうあそび	120
(2) 飛行リング	121
3. 創作・表現と合わせて展開	122
(1) 風船あそび	122
(2) 障害物わたりあそび	123
4. 絵本の物語から展開	124
(1) おおきなかぶ	124
(2) 3びきのこぶた	125

第6章 どんな子も楽しめる鬼あそびの工夫へ

— 子ども理解の視点からの分析 —	127
1. 子ども理解の視点	128

2. 鬼あそびの工夫から見る子ども理解 132
 - (1) 事例 ルールの理解やわかりやすさについての工夫 132
 - (2) 事例 注意散漫に対する工夫 134
 - (3) 事例 鬼を怖がる子どもに対する指導展開の工夫 136
 - (4) 事例 鬼を怖がる子どもに対する刺激の工夫 138
 - (5) 事例 捕まえる時の力加減の工夫 139
 - (6) 運動に苦手意識をもつ子への工夫 140
 - (7) 鬼を怖がる子への言葉かけの工夫 141
3. どんな子ども楽しめるあそびの工夫へ 142

第7章 運動に苦手意識がある子が活発になった事例

..... 145

1. A 君 145
2. B 君 146
3. C 君 147
4. D 君 148
5. E 君 148
6. F 君 149
7. G 君 150
8. H ちゃん 151
9. I 君 151

10. J ちゃん 152

11. K 君 153

12. 小学生低学年の子どもたち 153

おわりに..... 155