

字ぶ

体力が落ちた子どもたち

「動き続ける授業」実践

この日の授業でも、プログラムの一環で作成したガイドブックにある「チャレンジカード」を活用。プログラムの作成にも携わった中京大スポーツ科学部(愛知県豊田市)の中野貴博教授とゼミ生が授業をサポートした。

カードは縄跳び、水泳などさまざまな種目があり、子どもたちが挑む技が記載されている。鉄棒なら前回り、後ろ回り、足かけ回り、ぶら下がり降りる技の四種類に、それぞれレベル一から五まで計二十の技。「できた!」「パーフェクト!」と二段階で印を付ける欄があり、子どもが達成感を感ずる機会を増やしている。

中野教授は「体力をつける

「いいね!」「上手だよ」「できるよ!」。十月下旬、瀬戸市立下品野小の体育館で教諭や大学生が子どもたちを褒める声が響いていた。

一年生の体育の授業。三十人が鉄棒に臨んだ。それぞれ挑戦したい技を決め、高さの違う六台の鉄棒から一つを選び、五、六人ずつに分かれて次々に試していた。

同市では、子どもたちが運動を好きになり、体力をつけられるようにしようと、小学校などで「瀬戸の運動促進プログラム」を進めている。



中京大の学生と鉄棒に取り組み児童ら。愛知県瀬戸市立下品野小で

2021年度体力・運動能力調査 21年5~10月、6~79歳を対象に、全国の4万8000人から回答を得た。6~19歳の青少年のテスト項目は、握力、上体起こし、長座体前屈、反復横跳び、20mシャトルランもしくは持久走、50m走、立ち幅跳び、ソフトボール投げもしくはハンドボール投げ。青少年の21年度の合計点は、18年度に比べ、7、9、16歳女子を除いて低くなった。

ために学校の授業でできることは、子どもたちが動く時間を作できるだけ長くすること」と断言する。話し合いやお互いの動きを見ることが大事だが、そうした時間が長くなると、「やってみよう」という気持ちが消えてしまう。「挑戦したい!」と思っているうちに動けるようになる工夫が必要だという。

今回の授業では、四十分間のうち、準備運動の次に担任がめあてや授業の流れを話し

大学生ら補助 楽しさ伝える

た五十分間以外、最後に「大学生に技のこつなどを質問しよう」と呼びかけるまで、二十分以上、子どもたちの動きを止めなかった。鉄棒が六台あったため、子どもたちが個々に動きを止める時間も短かった。担任の教諭は「鉄棒は特に事故が起きやすいので注意が必要だが、サポートのおかげで中断せずに運動を続けられた」と話す。

中野教授は「子どもが動き続ける授業」を実践するには人手も必要だと指摘する。ただ、「授業だけで運動量が十分確保されるわけではない。授業をきっかけに運動の楽しさを知り、学校の休憩時間中にも体を動かしてほしい」と話す。この授業直後の休憩時間中、運動場では、二年生の子どもたちが再び鉄棒に向き合っていた。



授業の様子を撮影した動画はQRコードから