

# 球技の感覚づくりを考える

## 1. はじめに

私は、85年同志会大阪大会を前後して、大阪の「接続」問題研究委員会（幼・低学年の「接続」を考える研究会）に参加して、「身体運動能力」の分野から共同研究をしてきました。4歳から7歳の時期は、よく遊び、運動し、からだをつくるとともに、友だちや親・先生ともおおいに話し合い、言葉を使う力を身につけ、豊かな交わりの力を伸ばすことができます。この「接続」問題研究委員会では、これからの力を就学能力として、3点あげてきました。①「身体運動能力」②「言語能力」③「社会性の能力」つまり、運動発達が土台にあって、言語能力や社会性（とりわけ人と交わる能力）が育っていくものとして、仮説を立てて取り組んできました。

「身体運動能力」の内容については、同志会の低学年分科会でも出されてきました。3つの力

（①姿勢制御の力②予測・判断の力③スピードをコントロールする力）は基礎的運動能力として位置づけて取り上げてきました。

しかし、2003年、同志会教育課程自主編成プロジェクトでは、「基礎的運動感覚」として用語使用してきました。「『基礎的運動感覚』とは、基礎的運動能力一般を指すのではなく、体系的な運動学習を行う上で特に重要となる運動感覚を言いそれらを意図的計画的、特に集中的に体験する中で『感覚』として意識化していくことを目的としたものである。またこのことは、『運動技術の認識』に発展するための土台としての『運動知覚』であることを意味する（1.）と述べていることに同感します。以後「基礎的運動感覚」という用語を私も使用することにしてきました。同志会では、4・5歳を就学前後期、6・7歳を学童期前期と位置づけています。

## 2. 幼・低学年では、

### とりわけ基礎的運動感覚を重視する

これまでの基礎的運動感覚では、姿勢制御の運動感覚は、器械・リズム・水泳といった領域の教材、予測・判断したりする運動感覚では、球技・おにごっここの領域の教材、スピードやリズムをコントロールする運動感覚では、かけっこ、障害走などの陸上運動の教材が適しているとされてきました。こうしたことに異論はありません。

NHK「あさイチ」という番組で、今の子どもに体に異変!? という特集がありました。サッカーやバスケットボールのゲーム中にバランスをくずして、骨折する生徒が、全体のケガの中で10パーセントにのぼるといふ報告がありました（2）。

ケガした生徒たちは、クラブでもある程度の

運動能力があると考えられます。高学年以上では、球技で必要な力の1つとして、「身体的能力」が必要と考えられます。

つまり、ボディバランス、左右両足の協応動作、膝の柔軟性などの姿勢制御の運動感覚、ランニングの方向転換などは、いわゆるスピードをコントロールする運動感覚などが充分身につけていないのではないかと考えられます。とりわけ、球技では、予測・判断の運動感覚は重要ですが、相手の防御に対して、自由自在に身体を支配する立ち直り反射、バランス感覚も重要な要素であります。球技教材においては、基礎的運動感覚は、最も重要ですので、どの子にも、あらゆる機会を通じて身につけさせたい感覚と言えるのではないかと思います。

### 3. とりわけ小学校段階までに 球技でつけさせたい力とは何か

特に、ボール遊びでは、ボールの空間移動をどう読みとるのか。落下地点へどうすばやく移動するか、空いた場所へどう動いてボールを受け取るかなど、ボール・味方・相手に対する予測・判断する力が必要になってきます。

小学校段階までに、球技でつけさせたい力として、次の4点があげられるのではないかと思います。

#### (1) ボールの性質を知り、それを操作する能力(ボール操作能力)

球技では、ボールを投げたり、受けたり、ついたりするようなボール扱い慣れが重要です。いろいろな遊びの中で自分のボールの距離感がわかったり、正確に投げたり、スピードに自分の体をうまくタイミングよく合わせられることが大切です。

幼児のボール投げについて、ワイルドは、次のような研究結果を示しています。

- I、肩の上に構えたボールを前腕の前方下へのスイングに投げる。(2・3歳児)
- II、胴体を右に回転させて頭の後方までふりかぶったボールを胴体の左への回転と腕全体の前方へのスイングによって投げる。(3～5歳児)

III、IIのパターンに投げる手と同じ側の足のステップが加わって投げる。(5・6歳児)

IV、足を前後に開いて身体全体を右に回転して体重を右足にのせて構える。投げる動作は、左足のステップによって開始され、身体の左への回転運動を体重の左足への移動、腕のスイングが続く。ほぼ大人と同じ完成されたフォーム (6歳以降) (3)

ボール投げではできるだけ腕を大きく動かし、手首を柔らかく使い、身体全体でボールを投げることです。ボールキャッチでは、顔の前あたりで両手を開いてとります。特に真上に高

く上げて、速く落ちてくるボールをできるだけ視覚上方で捕る練習を多くすることが必要です。

#### (2) 空いた場所に走り、パスをもらってシュートができる(空間認識力)

ゴール前での密集型ゲームから、最重要空間(A、シュートができる イ、守りがいない ウ、味方とダブらない エ、パスがもらえる) を発見させたり、つくったり、使いこなせる力が重要です。そのためには、コート、ゴールエリア、ゴールの空間関係の認識力が必要になってきます。

#### (3) 味方の動き、相手の動きがわかる(人間関係の認識力)

ディフェンスがいない有効なところへ動いたり、ディフェンスをかわせる動きがきたり、パスが届く位置に走ったりなど、常に味方の動き、相手の動きを予測・判断し、球技の本質であるシュートへつなげていく人間関係の認識力が重要です。

#### (4) 初歩的な作戦をたてることができる

チームがどうしたら勝つことができるのか、そのためにはどのようなことをしたらよいかなど初歩的な作戦を工夫することができます。

幼・低学年球技では、ボールや仲間に関わり

ける楽しさを味わいながら、「ボール慣れ遊び」「的当てゲーム」からの発展として攻めたり、守ったりする攻防入り乱れたゲームを考えることが大切です。

#### 4. 幼・低・高学年のこれまでの

##### 球技教材

前述したように球技のおもしろさは「シュート」(特質)にあります。だからこのおもしろさを最大限使える教材を考えることが大切です。子どもの基礎的運動感覚の発達を考えて、次のような教材が各年齢に適しているのではないかと思います。

・乳児：転がしの当て

(0・1歳児)

・幼児：攻防を含まないの当てゲーム

(2・3歳児)

・幼児：攻防を含むの当てゲーム(4・5歳児)

・低学年：シュートボール・じゃまじゃまサッカー

(1年)

・低学年：ラグハンドボール・じゃまじゃまサッカー

(2・3年)

・中学年：ハンドボール・フラッグフットボール

(3・4年)

・高学年：フラッグフットボール・サッカー・バスケットボール

(5・6年)

まず攻防入り交ったゲーム認識は、4歳半以降と考えられますので、4歳ごろまでは球技の

おもしろさである、投げて当てる「シュート」を中心としたゲームを工夫する必要があります。攻防入り交じったゲームの最初に「シュートボール」を行う理由は、3歳児までの的当てゲームの発展としての「シュートボール」ということです。さらに、的に当てる音がする、倒れるなどはっきりと幼児(4・5歳児)にも得点の認識ができるからであり「シュートボール」の特徴であるゴールエリアが円形のため、どこからでもシュートが打てるということにあります。

また低学年教材に「ラグハンドボール」を位置づけたのは「ラグハンドボール」の特徴であるゴールが大きく、目の高さぐらいの位置にあるため、思いっきり投げられるということと、また歩数制限をし、ドリブルを加えることによって「ハンドボール」や「バスケットボール」につながっていく教材として考えているためです。

#### 5. これまでの球技の感覚づくり

例えば「フラッグフットボール」教材の感覚づくりとして、「しっぽとりゲーム」「インベードゲーム」「ボール運びゲーム」「王様ボール運びゲーム」など感覚づくりとして位置づけこれまで取り組まれてきました。「ボール運びゲーム」や「インベードゲーム」では、相手の

動きを予測し、空いた空間に走り、タッチダウンすることにあります。また、発展として「王様ボール運び」は、作戦を考えて、ボールを持っている味方(王様)を守りながら、相手(デیفエンス)をかかわして、タッチダウンするあそびです。

「じゃまじゃまサッカー」もサッカーの感覚づくりの1つです。デیفエンスの空間をつくることによって、作戦を考え、パスを工夫し、シュートにつなげるようにするあそびです。

就学前の実践では、「しっぽとりゲーム」チーム対抗の「しっぽとりゲーム」「旗とりおにごっこ」など独立した教材あそびとしてすでに前から実践されています。

これらの教材あそびは、鬼や相手から逃げたり、捕まえたり、チームで行い作戦を工夫しながら、楽しむあそびで、相手に対する予測・判断といった身体制御能力が必要となってきました。幼・低の球技の感覚づくりに必要な教材なので、これからも引き続き取り組みたい感覚づくりあそびです。

#### 6. これからの球技の感覚づくり

私の小学生のころは、平屋の屋根にボールを投げ、名前を呼ばれたものが、そのボールを取り、そのボールを地面に落としたら、みんなが逃げて、落とした子どもが、すばやく当ると

いう遊びをしてきました。また家の前でワンバン三角ベース、ピッチャーがワンバンで投げそれを手で打ち返して塁に走る遊びもやりました。こうしたボールを使った遊びを通じて、視覚上方のボールキャッチやボールの空間移動を読みとり、落下地点にすばやく走る。そして動いている相手に正確に当てるなどボールの感覚づくりと言われる力を生活や遊びの中で身につけてきたように思います。

他にも、近くに神社や原っぱなどがありましたので「チャンバラごっこ」「おにごっこ」「べったん」「ビー玉」「かんけり」「石けり」など色々な伝承あそびなども行ってきました。このような日常空間での外遊びを通じて、空間感覚や相手との予測・判断の力が身につけられてきたと思います。まさに日常空間でのあそび場が感覚づくりの実験場であったと思います。

しかし、今日、遊びの復権が必要とさげられています。「現在の5歳児は、昔の3歳児である」<sup>(4)</sup>といわれたり、保育士からは「現在の子どもは発達が一歳遅れている」<sup>(5)</sup>などともいわれていたりします。さらに、2008年から実施している全国体力テストでは握力とボール投げの記録低下が止まらず、男女とも最低を更新しています。これらの状況から考えますと、基礎的運動感覚が全般的に落ちてきているのではないかと思います。

こうした現状を踏まえて、本号では、球技に

おける感覚づくりとして、「伝承あそび」やコオーディネーション運動を通じて、発展として、ボール運動教材へと試みようとする企画されたのではないかと思います。

ただこれらの遊びが、体育学習の補填として位置づけられるだけでよいのではなく、生活やあそび全般として考えていく必要があります。

子どもは文化を食べて生きていけると言われているように「あそび文化」は、遊びそのものが楽しい、おもしろいものであり、目的論でありません。何かの手段、体力づくりであったり、ドリル学習（反復練習）であったりしてはいけません。運動文化の特質（おもしろさ）を明らかにして、教材文化としての遊びを位置づける必要があります。

最後に、コオーディネーション運動について述べておきたいと思います。

徳島大学の荒木秀夫は、コオーディネーション能力は、20ほどの能力に分類できるが、それらは、三層構造（3つの段階）となっており、4つの能力群にまとめることができるとして、第一の段階では、最も基礎的能力となるのが「平衡能力」であるとし、バランス能力だけでなく、身体運動における時空間平衡の操作を意味しているとして述べています<sup>(6)</sup>。

私たちが提起している基礎的運動感覚と共通するものがあり、今後、しっかりと検討していく課題ではないかと思えます。しかし、「コオー

ディネーション運動は、ただ一点、体づくり運動ではないか」<sup>(7)</sup>と主張している点については、異論があります。東京の小学校では、コオーディネーション運動として、「体力づくり体育」「反復練習」などを行っていると言われます。こうした取り組みは、私たちの考えと異なるものであり、今後、批判的に検討していく必要があると思います。

（くろい）のぶたか／大阪支部・元小学校教員

【注】

- (1) 学校体育研究同志会教育課程自主編成プロジェクト編『体育・健康教育の教育課程試案（20003）』創文企画、40頁。
- (2) NHKあさイチ「子どもの体に異変!?」2015年4月6日。
- (3) ワイルド「スポーツ心理学概論」不味堂出版、305頁。
- (4) 汐見稔幸（2013）「外遊びの効用」『たのしい体育・スポーツ』9月号、8頁。
- (5) 口野隆史（2006）「幼年期の発達とめざす力」『たのしい体育・スポーツ』1月号、24頁。
- (6) 荒木秀夫（2013）「体づくり運動とコオーディネーション」『たのしい体育・スポーツ』5月号、28頁。
- (7) 同上、29頁。

【引用・参考文献】

- 拙著（1999）『幼児・学童期の運動あそび』フォラムA。
- 拙稿（2011）「幼・低学年のボール運動指導の工夫」『たのしい体育・スポーツ』10月号。