

## みんなで楽しく体を動かそう ～地域資源の活用～

箸本淳也

### 1. はじめに

年度当初、体育の時間に「坂のぼり」を行ってきた。これは、近所にある坂道まで歩き、かけのぼりという実践であり、心拍数を測定しながら、個に応じた対応も行った。しかし、意欲をもって我先にとかけ上がる子もいたが、ほとんどの子どもたちがのびのびとしたとはほど遠い表情で取り組んでいた。「体力をつける」といった訓練的な考え方が色濃く反映された授業だったので、子どもたちはやりたいなあと見えなかったのかもしれない。運動負荷の増大や場所的な変化があっても、子どもたちには興味をもてない活動になっていたのではないのだろうか。この実践より、“楽しさ”がないと子どもたちはのびのびと主体的に活動できないという思いを再認識し、子どもたちがやってみたい、楽しいと感じる授業を考えていくことにした。

### 2. 研究テーマ設定の理由

子どもたちが楽しく体を動かすためには、まず、魅力的な環境を設定することが重要である。ここでいう環境とは、手だてや道具、教材等も含めるが、地域にある自然や施設、人材をうまく活用していくことで、より開放的で楽しい授業ができるのではないかと考え、本テーマを設定した。

また、子どもたちがのびのびと主体的に活動する姿を願い、次の視点から実践を積んでいくことにした。

- ・子どもの思いや考えを大切にする
- ・子ども一人ひとりの実態にあわせる
- ・人とのかかわりや活動の場を少しずつ広げる
- ・体をダイナミックに使い、やり遂げた達成感をもてる

### 3. 研究の経緯

これまで犀川緑地自転車道路を活用したサイクリング、角間里山自然学校を活用したオリエンテーリング、馬事公苑を活用した乗馬を通して、本研究での実践を行ってきた。

ここでは、里山で行ったオリエンテーリングの例を紹介していきたい。



サラブレッドに乗ったよ

#### 4. 実践例：オリエンテーリング ～先生をさがせ～

##### (1) 題材設定の理由

これまで中学部では、体育の授業の中で「坂のぼり」「休まずに走ろう！」等の「歩く・走る」活動を行ってきた。今回その「歩く・走る」活動に、より“楽しさ”を加えるために、里山を活用したオリエンテーリングを設定した。里山の変化に富んだコースを歩くことで楽しく体を動かすことができ、四季折々の自然を楽しむことで情緒の安定を得ることができる。また、興味があるものを探す活動により、意欲をもって体を動かす姿が期待できると考える。

里山での実践を行う前に、何度か学校の敷地を使ってオリエンテーリングを行った。コースには、体をダイナミックに動かしたり、工夫して写真をとったり、友だちと協力したりする場面を設け、子どもたちの自主的な活動を促すことにした。また、数種類のカードを用意することで、個に応じた対応を行い、みんなが楽しめる活動にした。

##### (2) 角間里山自然学校について

金沢大学角間の里山自然学校は、金沢大学角間キャンパスの里山を積極的に保全するとともに、里山資源を教育研究活動に積極的に活用すること、地域を対象とした生涯学習プログラムを提供することを目的として設立された。本校でも「竹の子掘り」や「どんぐり拾い」などの行事で里山を活用している。

##### (3) ねらい

###### ①題材のねらい

- ・里山の自然に触れ合い、積極的に体を動かす
- ・ルールを理解し、友だちや先生とオリエンテーリングを楽しむ

###### ②個人のねらい（資料）

##### (4) 計画

第一次	オリエンテーリングのルールを知ろう	2時	
第二次	オリエンテーリングin秋の里山	4時	<本時>
第三次	オリエンテーリングin冬の里山	4時	

##### (5) 今回のルール

- ・山の中に隠された先生の顔写真を5枚ゲットし、写真カードを完成させる
- ・大きな顔写真を見つけ、その周辺に隠されている写真を集める
- ・豚汁を食べるための箸と椀をゲットする
- ・顔写真や箸、椀を集め、ゴールに戻る
- ・学年ごとにスタートし、クラスメイトを意識しながら歩く
- ・一人でもまわってもOK
- ・3種類のカードがあるので、個に応じたカードを選び、参加する
- ・顔写真は工夫したり、体を動かしたりしてとらなければいけない所に設置してあるので自分たち自身で課題を解決していくようにする
- ・ゴールしてからみんなで見せ合ったり、豚汁を食べたりして達成感を味わう

## (6) 指導のポイント及び発展

### ◆子どもの思いや考えを大切にす

大好きな先生の顔写真を見つけ喜ぶ子、先生や友だちとおしゃべりを楽しんで歩く子、一番にゴールするぞとコースを走りまわる子、おいしそうに豚汁を食べる子等、子どもたちはそれぞれの楽しみを見つけ、体を動かしている。子どもたちの思いを大切にしながら自主的な活動を促していきたい。

### ◆子ども一人ひとりの実態にあわせる

見通しがもてない活動が苦手な子どもたちにとって、このオリエンテーリングは難しいのではないかという意見も事前にあった。そこで、個別のねらいをたて、カードを数種類用意する等の個に応じた対応を行うようにした。また、先生の顔写真を探すことが難しい子どもたちには、豚汁を食べる道具を探しにいくという設定で、みんなが楽しめる活動にしていきたい。

### ◆人とのかかわりや活動の場を少しずつ広げる

先生や友だちをはじめ、人とのかかわりを広げていくことも楽しさにつながると考える。集団学習の中で、「みんなで一緒に何かをする」ということを大切に、先生や友だちとのかかわりを深めていきたい。また、地域に目を向けることで、人とのかかわりや活動の場を少しずつ広げ、自信としていきたい。

### ◆体をダイナミックに使い、やり遂げた達成感をもてる

起伏に富んだ里山のコースを歩くことで、気軽に体を動かすことができる。また、体をダイナミックに動かす場面を設定することで、普段の生活には、見られないような動きも期待できる。ゴールした時には、みんなでできたことを喜び、豚汁を食べ、満足感を味わえるようにしたい。

## (7) 里山での子どもたちの様子 (記録日誌より抜粋)

朝はあいにくの雨。今日の天候では、オリエンテーリングは難しいと思っていましたが、先生や子どもたちの願いが通じたのでしょうか、雨も上がり、日中には、陽が差すようにもなりました。さあ、里山へ出発です。大学では、お手伝いの先生や学生さんたちに出迎えられ、一緒に里山の広場まで歩いていきました。今日は何ととっても、「山の中を歩く」「青い空の下、豚汁を食べる」等と普段体験できないような活動が待っています。入り口の広場に着くと、今日のオリエンテーリングのルール説明が始まりました。落ち葉を踏みながら歩きまわる子、念入りに説明を聞く子、豚汁のにおいが気になる子等、どの子も「いつもの活動とは違うぞ。」という思いを感じていたのではないのでしょうか。「山に隠された先生の顔写真を探し出す」「豚汁を食べるためのアイテム(箸と椀)を自分たちの手で探し出す」、これがこの里山での課題です。起伏のある道を歩いたり、斜面をのぼったり、茂みに入ったりしなければなりません。子どもたちが工夫したり、ダイナミックに体を動かしたりする場面がいっぱい設定されています。子どもたちには、五感でこの里山の自然の美しさを感じ取って欲しいと願っていました。



写真はどこ？

1年生からの出発です。2・3年生に見送られ、

手を振りながら元気に山に入って行きました。A男さんは、我先にタイプ。でも今回は、少し慎重になっていたようです。しばらく、クラスメイトと一緒に歩いていましたが、先生に声をかけられ、一人で走って行きました。C子さんは、豚汁を食べる活動だと勘違いし、何度も引き返そうとしていました。事前の練習で見通しをもてる子も増えてきましたが、場面が変わり、オリエンテーリングと結びつけることが難しい子もいました。さらに、豚汁を食べるという魅力の方が大きかったのかもしれませんが。C子さんの写真探しは4、5人目になると慣れ、自ら探すことができました。D子さんは足元の落ち葉を踏みしめる感触を味わっていました。途中坂道が楽しくなり、山の斜面をのぼったり、おりたりしていました。茂みの中に入る等、普段の生活では味わえないような経験ができたようです。E子さんは、首にカードを掛けて歩きました。大好きな先生の顔写真を見つけると「あった。あった。」と喜んでいました。F子さんはどんぐりや落ち葉等、森の贈り物に心ウキウキとした感じでした。街の中で見るものよりも「大きい。すごい。」と声にだして喜んでいました。見つけた物は袋に入れ、学校に持って帰りました。里山の自然の中で、感動をいっぱい見つけたようです。1年生は箸を持ってくるのを忘れ、慌ててA男さんが取りに戻っていました。



角間の里山自然学校

2年生はマイペース。G男さん、I男さん、J男さんは、慣れてくると、1番をめざして走り出していました。G男さんは、説明をよく聞いていて、箸や椀が隠されていることを知ると「なんてことをするんだ。俺が取り返してやる。」と叫んでいました。学生さんたちと一緒に探しましたが、ほとんど自分たちの手で写真を集め、ゴールすることができました。かなりのスピードで運動量もあったと思います。その分、お腹が減ったのでしょうか、何杯も豚汁をおかわりしていました。最後にG男さんは、「熊や蛇に出会わなくてよかった。」と安心していました。

K男さん、L男さんは先生と一緒に歩きました。先生の声かけで近くにある写真を取っていましたが、慣れない場所で不安があったかと思います。見通しをもてずに何回か引き返しそうになりましたが、最後まで休まずに歩くことができました。豚汁もおおいそうに食べていました。

3年生は、時間がかかりましたが、クラスの子どもたちがまとまってオリエンテーリングに取り組んでいました。友だちの分を取ってあげたり、手伝ったり、歩くことが遅い子を待ってあげたりしていました。P男さんは一度も座り込むことなく椀の入った袋を下げ歩いていました。ゴールをしてからは、もう活動が終わったと思ったのか、スクールバスに戻り、じっと座っていました。O男さんは、足元がしっかりしない山道をよく歩き通していました。写真を取りにいく友だちに励ましの声をかけたり、茂みの中の写真を取ろうとしたりしていました。M子さんは、最初、一人で探していましたが、途中から中3のグループに合流して、友だちの分の写真を取ったり、探したりしてリーダーシップをとっていました。友だちのカードに1枚貼り忘れていたことに気づき、走って戻り、取ってきかせるたくましさも見せてくれました。高い木にくっついた写真を長い木の枝で落としていました。N子さんは、マイペースでオリエンテーリングを楽しんでいたようですが、がんばりすぎて、その夜、足がこむらがえりになってしまいました。1枚1枚着実に集め台

紙に貼っていました。Q子さんは久しぶりに会う学生さんと2人でずっと歩いていました。途中立ち止まって休んでいましたが、最後まであきらめずに歩くことができました。終始、笑顔で楽しそうでした。R子さんは、自分から写真を探そうと一生懸命になっていました。一人で山道に入っていくこともあり声もよくでていました。里山という広い空間の中でうれしくなり、大きな声で「やっほー」とくり返していました。

3年生が、先にゴールした1・2年生に迎えられ、拍手の中、戻ってきました。カードに先生の写真がそろったことを見せ合い、喜んでいましたが、それ以上に豚汁のことが気になっているようです。我慢できない子どもたちが自分たちの探してきた椀や箸をにぎりしめ、サインを出していました。広い空の下、里山の大自然に囲まれ食べた豚汁はとてもおいしかったです。おかわりを何杯もしている子に、お手伝いして下さった大学の先生や学生さん。豚汁の味にみんな大満足の様子でした。3つあった大きな鍋も最後にはからっぽになっていました。

#### (8) まとめ

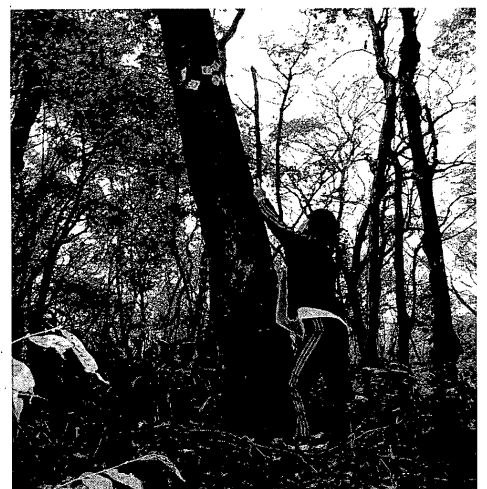
今回、大学関係者の支援の下、里山を活用し、オリエンテーリングを実践することができた。子どもたちの笑顔やのびのびと体を動かしている姿を見ることができ、手応えを感じている。今後、距離を伸ばしたり雪道を歩いたりして活動を広げていきたい。また、活動を十分に楽しめなかった子に対しての手だてを、再度検討し、みんなが楽しめる活動にしていきたい。

#### 4. 最後に

オリエンテーリングは、今年度初めて中学部で取り組んだ実践であった。サイクリングや乗馬でも地域の自然や施設を活用することで、学校生活では見られない表情で体を動かす子どもたちの姿を見ることができた。これらの活動を体力、健康づくりにつなげていくためには、継続していく必要もあると考える。研究として取り組んで1年目ということで、まだ手探りの状態でもあるが、今後もこれらの実践を積み重ね、検証していきたいと考える。



みんなで記念撮影



木の枝を使って写真を撮るM子

資料：個人のねらい

	今までの活動の様子	里山でのねらい
A男 1年	積極的に活動している。写真を早く集めようとコースを走りまわっていた。	・工夫したり、積極的に体を動かしたりして写真を集める ・ルールを理解し、友だちとオリエンテーリングを楽しむ
B男 1年	先頭を歩き、自分なりの解説を入れながら、オリエンテーリングを楽しんでいた。	・工夫したり、積極的に体を動かしたりして写真を集める ・ルールを理解し、友だちとオリエンテーリングを楽しむ
C子 1年	先生と一緒にコースをまわっている。自分から写真を取りに行くようになってきた。	・写真を取りに行ったり、歩いたりして自ら体を動かす場面を増やす ・里山の自然を味わい、先生や友だちとオリエンテーリングを楽しむ
D子 1年	先生や友だちと一緒にコースをまわっている。自転車を見つけると、乗りたいことを訴えていた。	・写真を取りに行ったり、歩いたりして自ら体を動かす場面を増やす ・里山の自然を味わい、先生や友だちとオリエンテーリングを楽しむ
E子 1年	カードを首に掛け、先生や友だちと写真を集めていた。写真を逆さまにして貼っていることがあった。	・写真を取りに行ったり、歩いたりして自ら体を動かす場面を増やす ・里山の自然を味わい、先生や友だちとオリエンテーリングを楽しむ
F子 1年	先生や友だちのおしゃべりを楽しみながら歩いている。途中であきらめてしまうことがあった。	・最後まであきらめずにコースを歩き、自ら体を動かす場面を増やす ・里山の自然を味わい、先生や友だちとオリエンテーリングを楽しむ
G男 2年	難しい所に設置した写真を、工夫して集めている。他の先生も加えて欲しいことを話していた。	・工夫したり、積極的に体を動かしたりして写真を集める ・ルールを理解し、友だちとオリエンテーリングを楽しむ
H男 2年	同じ先生の写真をカードに何枚も貼っていた。高い所に設置した写真を椅子にのって取ることができた。	・最後まであきらめずにコースを歩き、自ら体を動かす場面を増やす ・里山の自然を味わい、先生や友だちとオリエンテーリングを楽しむ
I男 2年	事前に行った2回のオリエンテーリングには、体調不良のため参加できなかった。	・最後まであきらめずにコースを歩き、自ら体を動かす場面を増やす ・里山の自然を味わい、先生や友だちとオリエンテーリングを楽しむ
J男 2年	先生の声かけで写真を取っていた。先頭に立って、歩いている。	・写真を取りに行ったり、歩いたりして自ら体を動かす場面を増やす ・里山の自然を味わい、先生や友だちとオリエンテーリングを楽しむ
K男 2年	途中まで先生と一緒に歩いていたが、コースをはずれベンチに座っていた。	・友だちや先生と一緒にコースを歩く ・豚汁を食べたり、里山を歩いたりすることを楽しむ
L男 2年	事前に行った2回のオリエンテーリングに参加することが難しかった。	・友だちや先生と一緒にコースを歩く ・豚汁を食べたり、里山を歩いたりすることを楽しむ
M子 3年	リーダーシップをとり、意欲的に取り組んでいる。自分なりに工夫して集めることができた。	・工夫したり、積極的に体を動かしたりして写真を集める ・ルールを理解し、友だちとオリエンテーリングを楽しむ
N子 3年	友だちの様子を見ながら、マイペースに写真を集めている。カードに写真を丁寧に貼っていた。	・工夫したり、積極的に体を動かしたりして写真を集める ・ルールを理解し、友だちとオリエンテーリングを楽しむ
O男 3年	ルール説明をよく聞いている。意欲もあり、友だちに声をかけながら一生懸命に写真を集めていた。	・写真を取りに行ったり、歩いたりして自ら体を動かす場面を増やす ・里山の自然を味わい、先生や友だちとオリエンテーリングを楽しむ
P男 3年	先生と一緒に歩いていたが、外に出るとコースからはずれ、走りまわったり座りこんだりしていた。	・友だちや先生と一緒にコースを歩く ・豚汁を食べたり、里山を歩いたりすることを楽しむ
Q子 3年	先生や友だちに取ってもらった写真を嬉しそうにカードに貼っていた。	・写真を取りに行ったり、歩いたりして自ら体を動かす場面を増やす ・里山の自然を味わい、先生や友だちとオリエンテーリングを楽しむ
R子 3年	コースをまわることは難しかったが、カードを首に掛けたり、好きな先生の写真を持ったりしていた。	・写真を取りに行ったり、歩いたりして自ら体を動かす場面を増やす ・里山の自然を味わい、先生や友だちとオリエンテーリングを楽しむ