

今回のテーマは、『成功する体育の授業』についてです。

体育授業における「楽しさの4原則」って？

体育の学習の楽しさとは何かについて、教育者の高田典衛氏が提唱した体育授業における「楽しさの4原則」というものがあります。それは、「動く楽しさ(爽快感)」「集う楽しさ(仲間との喜び)」「伸びる楽しさ(上達の実感)」「解る楽しさ(発見の喜び)」の4つを指し、子どもの主体的な学びと体育授業の質の向上に重要な考え方だと言われています。(高田4原則と言われています。)この高田4原則を意識した授業に取り組めるといいかもしれません…

高田4原則

① 動く楽しさ

体を動かすこと自体の爽快感や、運動量が増えることによる心地よさのことです。

② 集う楽しさ

仲間と一緒に活動し、協力したり競い合ったりする中で感じる喜びや一体感のことです。

③ 伸びる楽しさ

自分の技能が上達したり、以前できなかったことができるようになったりする達成感のことです。

④ わかる楽しさ

体育のルールや動きのコツ、体の仕組みなどを理解し、新たな発見をする喜びのことです。



体育授業の根本的なおもしろさって？

ボール運動(バスケットボールやサッカー等)の場合は、特に得点をいれることがおもしろさになりますよね。器械運動であれば、運動によって得られる感覚がおもしろさとなります。例えば、跳び箱運動であれば、ふわっと浮く感覚、マット運動では回転の感覚などがそれにあたります。陸上運動では、走るときのスピード感や走り続けるときの高揚感のようなものが、おもしろさにあたります。また、自分の限界に挑戦する感覚、つまり記録への挑戦が、おもしろさになります。この**感覚を体感させることが、小学校の体育の基礎中の基礎**になります。この感覚の体感が「もっとやりたい」という行動へと移らせる強烈な動機につながります。

おもしろさって、長続きしないの？

人間の感覚とは不思議もので、ずっと体感していると、良くも悪くも**「慣れて」**きます。**始めはおもしろかった感覚もどんどん色あせてきます**。そうすると、一層刺激的な感覚を味わいたくなります。難度を上げていくことで、次のおもしろさを体感しようとしていきます。それが**技の追求**です。つまり、新しい技に挑戦させるためには、今できる技を十分すぎるほど体感させておく必要があります。

例えば、同じ開脚跳びでも、踏切位置をなるべく後ろに下げたり、跳躍時の高さを高くしたり、着地の位置を遠くにするよう目標を決めたりさせます。いわゆる「大きな跳躍」を目指させる。段の高さはそのまま十分です。跳躍そのものを大きくさせていきます。それで得た**跳躍のおもしろさの感覚に慣れてきたら、子どもたちは自然と次の技に向かいたくなります**。子どもたちが次のステップに行きたがらないとすれば、それはまだ、**心地よさやおもしろさを十分に体感していないから**です。

一つの技を飽きるまでさせる。そして、同じ技の中で難度を高くし、おもしろさをずり上げるように高めていく。そのためには、**主運動の時間を十分に確保した学習が必要**となります。

体育のおもしろさを飽きるまで体感し、追及すると成功する体育の授業につながるかもしれないですね…