

縄跳び指導での反省からシステムと個別指導のバランスを

岡 篤（兵庫）

はじめに〜縄跳び指導のきっかけ

私が縄跳び指導を意識し始めたのは、8年前のことです。3年生を担当し、縄跳びが苦手な子にも何とか二重跳びができるようにしてやりたいと思いながら、そのまま終わったことが頭に残っていました。翌年は、6年生を受け持ち、このときも色々やってみたものの納得いく成果は出せませんでした。

私の縄跳び指導〜二重跳びに絞って

その次に1年生を担当し、二つのことを考えました。一つは、体育の指導計画にとられずに、縄跳びに年間通じて取り組んでいこうということ。もう一つは、色々な跳び方があるが、まずは二重跳びに限定して指導していこうということです。

これは、縄跳びを体育の一分野としてではなく、学級経営の手立ての一つと位置づ

けるということでもあります。二重跳びを通して、子どもに自信、自己肯定感、達成感などを味わわせることが主な目的です。

「二重跳びができるようになりました」というのは、保護者にも分かりやすく、応援してもらいやすいということもあります。家で、「すごいね。お母さんは、5回くらいしかできなかったのに、十回もできるの」といった会話にもつながります。

一年担任の二年間で、この方針の効果は実証できました。このときは、普通学級でありながら、学級児童数8人、4人という数の面でいうと、まず考えられないくらいの条件にめぐまれました。

ここで、徹底して実践し、自分なりの一般化を目指そうと決意しました。一般化までできれば、人数が多くなってもある程度は通用するはずですが、逆に、人数が少なくないと再現できないようでは、恵まれた環

境でのみ起きたことに過ぎません。

一般化に至るまでの試行錯誤は、少数の方がやりやすいこともたくさんあります。この機会を生かさない手はありません。

その結果、たった8人、4人でしたが、全員が二重跳びをできるようになっただけでなく、1年生でもはやぶさやなどができると子が出ました。

二重跳びができるようになるまでのステップとして、前跳び百回、三〇秒跳び七〇回、ジャンピングボードでの二重跳び五回といった段階と数の目安も作ることもできました。

私にとって、特に大きな収穫だったのは、苦手な子の上達でした。このときのクラスには、いわゆる、「キレル」子がいました。私も筆箱やいすを投げつけられることが何度ありました。もちろん、ふつうに座って音読や連絡帳を書くこともできません。

縄跳びも苦手で、一回旋一跳躍（前跳び）もなかなかできませんでした。というより、まず練習をしません。他の子の邪魔をしたり、寝転んだり…。

その子を叱ったり、褒めたりしながら、

指導を続けました。素直に指示通りすることの方が少ないのです。とても、二週間や一ヶ月では成果は出ません。

最初の成長は6月ごろに見えました。リズムがよくなり、前跳びが続けられるようになったのです。顔つきが変わりました。最終的には二月に、ジャンピングボードを使つての二重跳びができるようになりました。このときの表情は、忘れられません。

縄跳びの進歩は体育の技能としてだけではなく、本人の自信や落ち着き、集中力といった面で教室での学習や友達関係にもよい影響を与えていました。

昨年度4年生を担任したときに、同じ方針で指導し、やはり成果を出すことができました。このときは、三〇人学級でした。個別の関わりはかなり少なくなりましたが、自分なりに一般化ができていたのでそれに沿つて取り組みました。六月の運動会までかなりの伸びをほとんどの子が見せてくれました。

システムの力く縄跳び検定

勤務校では、縄跳び検定というものもあ

ります。これは、8級から1級までであり、CDに音楽と跳び方を指示した声が入っています。

私が今までと同じように、縄跳びの指導をしていると、「縄跳び検定もしたい」という声が子ども達から出てきました。

やってみると、確かに喜んでやっています。何よりも、休み時間や放課後なども自主的に練習している子がいるのがすばらしいと思いました。縄跳び検定というはつきりとした目標があることの力です。

今年度の三年生には、体育の授業の前は、縄跳び検定のCDを流すだけでした。

気がつくど…

ところが、二学期になって、一人ずつチエックしていくと、元々上手な子はどんどんうまくなっているのですが、苦手な子がまったく伸びていないことに気づきました。

縄跳び検定では次々と色々な技をやるようになっていきます。苦手な子は、同じところでひっかかってしまい、練習も避けようとするのでいつまでも同じところで失敗し続けるのです。

もう一度、個別指導を

そこで、一番苦手な子から順に個別指導していくことにしました。集中して指導し、励ますことで、縄跳びが苦手な子どもの中からもそれに応えて自分から練習する子が次々に出てきました。

徐々に成果が出て、二学期スタートの時点で二重跳びが一回できるかできないかの子が、二回、三回と増え、十月には十五回を越えるようになっていきました。

「二重跳びができないときは、縄跳びが嫌いだっただけど、今は好きになった」というその子の言葉が、印象的です。

おわりにくシステムと個別指導のバランスを

得意な子がどんどん挑戦していく縄跳び検定というシステムは優れています。これからも活用していくつもりです。ただし、苦手な子の底上げには、どうしても個別の指導も必要です。

システムと個別指導のバランスを再認識させられた今回の縄跳びの取り組みでした。