

# 鉄棒運動に意欲的に取り組み、楽しさを味わう支援の工夫 —小学校低学年「鉄棒を使った運動遊び」における鉄棒カードの作成と活用—

Device Supporting Students' Enthusiasm and Enjoyment of the Horizontal Bar  
— Creation and use of "horizontal bar cards" for lower-grade elementary schoolchildren—

清水 秀夫\*<sup>1</sup>、前川 莉菜\*<sup>2</sup>、石橋 優美\*<sup>1</sup>  
Hideo SHIMIZU, Rina MAEKAWA, Yumi ISHIBASHI

## 要 旨

小学校体育の目標には、各種の運動に親しむとともに、健康の保持増進と体力の向上を目指し、明るく楽しい生活を営む態度を養うことが示されている。特に低学年においては、各種の運動遊びの楽しさに触れ、自ら進んで取り組むことで、将来にわたって運動に楽しむ態度を育成することが求められている。本研究では、低学年のうちから鉄棒運動に対して苦手意識をもつ子どもが多いという意識調査の結果を基に、子どもが楽しみながら、主体的に取り組むことのできる「鉄棒カード」を作成し、実際に活用させ、その効果を検証した。鉄棒カードには、「低学年で身に付けさせたい技」、「難易な技」、「子どもが自由に考えた技」を取り入れた。その結果、それぞれの技に多く取り組んだ子どもほど、鉄棒を使った運動遊びに好感がもてていることが明らかとなった。

## 1. 問題の所在

中央教育審議会答申(2016)によれば、小学校体育では、子どもたちが運動の楽しさや喜びを味わえるように教育内容の改善・充実を図ることが示されている。そして、子どもたちが楽しく、安全に運動ができるよう指導することで子どもの体力の向上につなげること、運動が苦手な子どもや意欲的でない子どもへの指導の在り方について配慮することなどが求められてい

る。これを受けて、小学校学習指導要領(2017)では、体育の目標に、育成すべき資質・能力として、「運動に親しむとともに健康の保持増進と体力の向上を目指し、明るく楽しい生活を営む態度を養うこと」が示されており、特に低学年では、各種の運動遊びの楽しさに触れ、自ら進んで取り組むことが求められている。

これらのことから、小学校体育では、さまざまな運動に対して、子どもが楽しさを味わいながら取り組めるようにすることで、将来にわたって運動に楽しむ態度を育成することが大切である。

表1 意識調査した運動種目

設問	低学年	中学年	高学年
1	性別		
2	体育科の学習全体に対する意識		
3	A 体づくり運動の「縄跳び」		
4	Bイ マットを使った遊び	Bア マット運動	
5	Bウ 鉄棒を使った遊び	Bイ 鉄棒運動	
6	Bエ 跳び箱を使った遊び	Bウ 跳び箱運動	
7	C 走・跳の運動遊び	C 走・跳の運動	C 陸上運動
8	D 水遊び	D 泳ぐ・浮く運動	D 水泳
9	Eア「ボールゲーム」	E ゲーム	E ボール運動
10	Eイ「鬼遊び」	F 表現運動	
11	F 表現リズム遊び		

筆者らは、群馬県内小学校2校の児童(1年生98人、2年生97人、3年生115人、4年生117

\*1 共立女子大学 \*2 横浜市立汐見台小学校

人、5年生130人、6年生125人)、計682人を対象に、表1に示した各種運動に対する意識調査を行った。

意識調査は、体育の学習全般に対する意識と、現行学習指導要領の低・中・高学年に示された主な運動種目について、「好き」、「少し好き」、「少し苦手」、「苦手」の4段階から選択させ、その理由も記述させた。

意識調査の結果を図1(1年生)、図2(6年生)に示す。

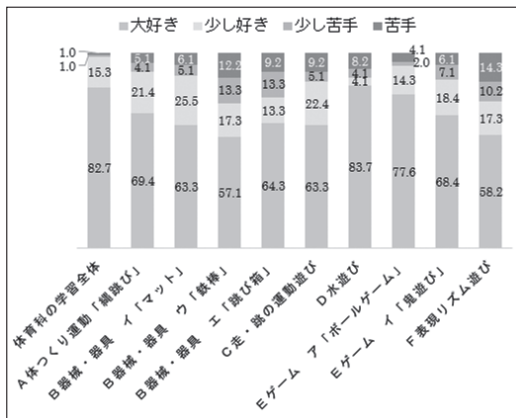


図1 意識調査の結果 (1年生)

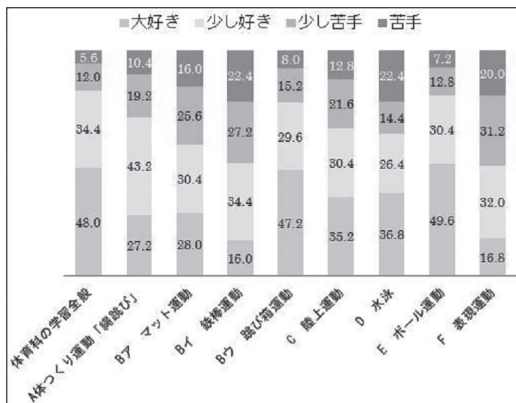


図2 意識調査の結果 (6年生)

体育の学習全般に対する意識では、1年生で約98%、6年生でも約82%の児童が、「好き」

または「少し好き」と回答していることから、体育の学習を好意的に受け止めていることがわかった。一方、「少し苦手」、「苦手」と回答する子どもの割合がどの学年でも多かったのが「鉄棒運動」で、学年が上がるにつれて、「少し苦手」、「苦手」の割合も高くなる傾向にあることも明らかとなった。

調査した各種運動の中で、鉄棒を使った運動遊びで、1年生の約25%の子どもが「少し苦手」または、「苦手」と回答し、苦手意識が最も高い種目であることがわかった。苦手な理由としては、「技ができない」、「落ちるのが怖い」が多かった。子どもが鉄棒運動に対して苦手意識をもっていることは、高村(1998)によっても報告されている。これらのことから、鉄棒を使った運動については小学校低学年の段階から子どもが意欲的に取り組み、楽しさを味わえるような指導方法を工夫していく必要がある。

運動への意欲を高めることに関する研究は多い。岡沢・諏訪(1998)は、体育の授業では、運動に自信のある子どもは積極的に参加し、運動が苦手な子どもは積極的に参加しない傾向にあることを指摘している。また、岡沢・馬場(1998)は、運動が苦手な子どもは運動の楽しさを体験する機会も少なくなってしまうと述べている。さらに、上家ら(2014)は、運動に対する好感度は、体力や運動実施時間及び運動有能感と言った要素と深く関係していることを示し、運動に対して好感度が低い子どもは、自分自身の能力に対する自信の無さから劣等感を感じ、体育の授業への苦手意識を形成している可能性を示唆している。これらのことから、小学校低学年においては、技能の習得に偏ることなく、鉄棒遊びに進んで取り組み、運動の楽しさを味わえる方が必要である。

そこで、本研究では、鉄棒遊びに意欲的に取り組み、鉄棒を使った遊びの楽しさを味わうことを目的とした「鉄棒カード」を作成することとした。そして、休み時間、放課後等に活用することで、子どもが鉄棒を使った遊びの楽しさ

を味わうことができたか検証することとした。

○前回り下り      ○逆上がり

## 2. 研究の目的

小学校体育低学年「鉄棒を使った遊び」において、子どもが楽しみながら主体的に取り組むことのできる鉄棒カードを作成する。また、作成した鉄棒カードを実際に活用させ、活用後の感想等からその効果を検証する。

## 3. 研究方法

### 3.1. 「鉄棒カード」の作成

鉄棒カードは、「低学年で身に付けさせたい技」、「難易な技」、「子どもが自由に考えた技」の3つの要素を取り入れ、作成した。

#### (1) 低学年で身に付けさせたい技

小学校学習指導要領解説体育編には、鉄棒を使った遊びで子どもに取り組ませる技を例示している。この例示を参考に、以下の7つの技を取り入れた。

- ふとん干し      ○こうもり
- さる(ぶた)のまるやき      ○ツバメ
- 跳び上がり      ○しりぬき回り
- ちきゅう回り

また、子どもが友達と関わり合い、楽しみながら取り組めるように、以下の3つの技も取り入れた。

- ふとん干しじゃんけん
- うんてい足じゃんけん
- うんてい片手じゃんけん

#### (2) 難易な技

鉄棒を使った遊びが得意な子どももいることから、学習指導要領解説体育編に示された中学年に示されている技の例示から、子どもにとって身近な以下の2つの技を取り入れた。

#### (3) 子どもが自由に考えた技

鉄棒を使った遊びに苦手意識をもっている子どもは、その理由として「技ができないこと」を挙げていた。このことから、技ができなくても鉄棒を使った遊びを楽しめるように、子ども自身が考えた技を5つまで鉄棒カードに記入できるようにした。そして自分で考えた動きを技として捉えられるようにした。

#### (4) 自己の取り組み状況を把握し、意欲を高める鉄棒カードの作成

前述3つの要素を取り入れ作成した鉄棒カード(表面)を図3に示す。

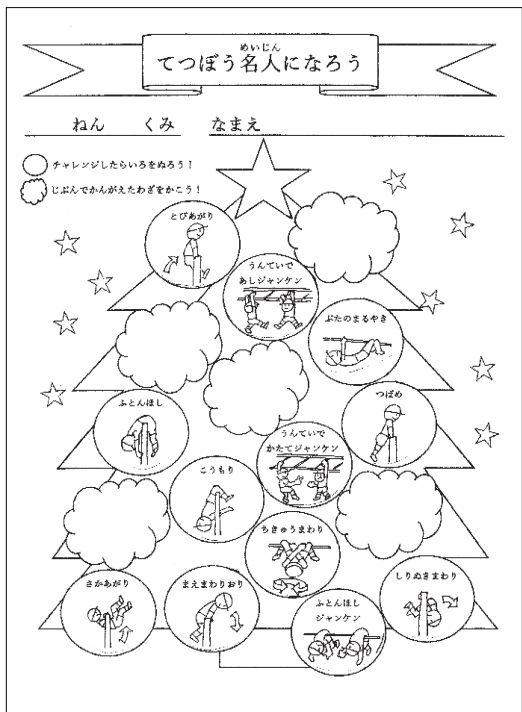


図3 鉄棒カード(表面)

本研究では、鉄棒の技が習得できなくても、鉄棒を使った遊びに楽しさを感じることができ

るか検証することを目的としているため、技ができなくても挑戦すれば色を塗ることができるようにした。

次に鉄棒カード（裏面）を図4に示す。裏面には、鉄棒カードを活用したことで、鉄棒が好きになったかどうかを選択させるとともに、自由に感想を記述できるようにした。選択肢は、「好きになった」、「変わらない」、「苦手になった」の3項目から選択させようと考えたが、「好きになった」については、その程度を明確に把握するため、「とても好きになった」、「好きになった」に分け、4項目から選択させることとした。

☆☆☆

1. このカードをつかってみて、てつぼうあそびは  
すきになりましたか？  
（じぶんのあてはまるものに○を付けましょう）

<input type="checkbox"/>	とても好きになった
<input type="checkbox"/>	好きになった
<input type="checkbox"/>	かわらない
<input type="checkbox"/>	にがてになった

2. このカードをつかったかんそうをかきましょう。

図4 鉄棒カード（裏面）

### 3.2. 鉄棒カードの活用

作成した鉄棒カードを子どもに活用させた。調査対象及び調査時期、手続きは以下の通りである。

(1) 調査対象

- ・群馬県内公立小学校4校の1、2年生（A校89人、B校102人、C校66人、D校20人）、

計277名。

(2) 調査時期・期間・手続き

- ・平成29年11月下旬～12月中旬の2週間。
- ・学級担任が子どもに鉄棒カードを配布し、活用方法を説明した。子どもたち自身に休み時間や放課後に活用させた。

## 4. 研究の結果

調査期間後、子どもが活用した鉄棒カードを回収した。その結果、237人（85.6%）から結果を得ることができた。

### 4.1. 鉄棒カードの活用状況と子どもの意識

鉄棒カードの決められた12の技の欄は、ほとんどの子どもが色を塗っており、意欲的に挑戦したことがうかがえた。抽出児Aの鉄棒カード（表面）を図5に示す。

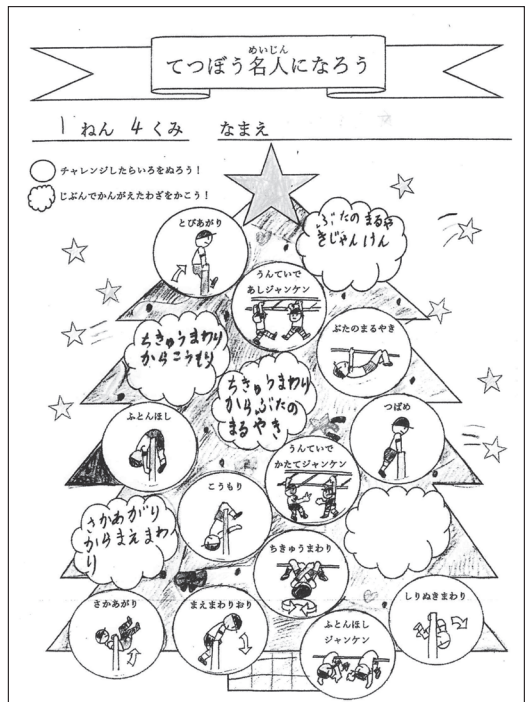


図5 抽出児Aの活用後の鉄棒カード（表面）

この子どもは、「しりぬきまわり」を除くすべての技に挑戦している。また、自分で考えた技としては、「ぶたのまるやきじゃんけん」という、友達と関わりながら取り組む技や、「ちきゅうまわりからこうもり」などの連続技を記述している。

一方、鉄棒カードを活用したことに対する意識及び感想について、抽出児Bの鉄棒カードを(裏面)を図6に示す。

この子どもは、鉄棒カードを活用したことで、「鉄棒を使った遊びがとても好きになった」と解答している。また感想では、鉄棒の技に興味をもち、技を考え出すことに楽しさを感じたことがうかがえる。また、今後の取組についても意欲的であることがうかがえる。

1. このカードをつかってみて、つぼうあそびは好きになりましたか？  
(じぶんのあてはまるものに○をつけましょう)

<input checked="" type="radio"/>	とても好きになった
<input type="radio"/>	好きになった
<input type="radio"/>	かわらない
<input type="radio"/>	にがてになった

2. このカードをつかったかんそうをかきましょう。

すごくたのしかった。ほかにどんなつぼうのわざがあるのかなあと思ってた。くものところにいっばいわざをかけたうれしかった。むす"かしいわざ"がいっばいできるようになりたいです。

図6 抽出児Bの活用後の鉄棒カード(裏面)

鉄棒カードを活用した子どもの意識を表2に、また、主な感想を表3に示す。

鉄棒カードを活用することで、鉄棒遊びを好意的に捉えた子どもはおおよそ80%いた。感想から、楽しさを感じた理由として、「カードを使

表2 鉄棒カード活用後の子どもの意識

子どもの意識	人数	割合(%)
とても好きになった	116	48.9
好きになった	71	30.0
変わらない	47	19.8
苦手になった	3	1.3

(N=237)

表3 鉄棒カード活用後の主な感想

「とても好きになった」「好きになった」子ども	人数
・鉄棒カードを使ったら好きになった	51
・鉄棒カードを使ったらできるようになった	31
・(できない技もあったが)楽しかった	30
・技がたくさんあってよかった、たくさん知れた	13
・自分で技を考えて書くのがよかった	12
「変わらない」「苦手になった」子ども	人数
・違う遊びをして鉄棒カードを使わなかった	23
・技ができなかった	7
・もっとできるようになりたい、好きになりたい	7
・もともと好きだから変わらない	3

うこと」や「技ができたこと」、「技を知ることや考え出すこと」等を挙げている子どもが多かった。

一方で、20%以上の子どもが、「変わらない」、「苦手になった」と捉えている。感想からは、鉄棒カードを与えても興味を示さず活用しない子どもがいることや、技ができないことが楽しさを味わえない理由であることがうかがえた。

#### 4.2. 技への取組状況と子どもの意識

鉄棒を使った遊びが好きになった原因について、「低学年で身に付けさせたい技への取組状況」、「難易な技への取組状況」、「技の考案状況」から分析を行った。

(1) 低学年で身に付けさせたい技への取組状況と子どもの意識



鉄棒カードには、学習指導要領解説体育編に例示された技を参考に、低学年で取り組ませたい技として10の技を取り入れた。子どもが取り組んだ技の数とカード活用後の意識との関連を表4に示す。

表4 取り組んだ技の数と鉄棒カード活用後の意識との関連 (人)

活用後の意識	技の数		合計
	0~5(技)	6~10(技)	
大好き・好き	49	138	187
変わらない	24	23	47
苦手	3	0	3
合計	76	161	237

(N=237)

取り組んだ技の数と鉄棒カード活用後の意識との関連をみるため、技数(2:技の数5以下/技の数6以上)×意識(3:大好き・好き/変わらない/苦手)の人数分布に対し、Fisherの正確確率検定を試みた。その結果、技数による有意な差が見られた( $p < .001$ )。多重比較を行った結果(有意水準はHolm法によって5%に調整)、6つ以上の技に取り組んだ子どもにおいて、鉄棒を使った遊びを好きになったと感じる子どもが多かった。

### (2) 難易な技への取組状況と子どもの意識

本研究では、鉄棒を使った遊びが得意な子どももいることから、学習指導要領解説体育編に示された中学年に示されている技の例示から、「前回り下り」と「逆上がり」を鉄棒カードに取り入れた。「前回り下り」の取組状況とカード活用後の意識との関連を表5に、「逆上がり」の取組状況とカード活用後の意識との関連を表6に示す

難易な技に取り組んだことと鉄棒カード活用後の意識との関連をみるために、「前回り下り」と「逆上がり」についてそれぞれ、技への取り

組み状況(2:有/無)×意識(3:大好き・好き/変わらない/苦手)の人数分布に対し、Fisherの正確確率検定を試みた。その結果、取組の有無による有意な差が見られた(どちらも $p < .001$ )。多重比較を行った結果(有意水準はHolm法によって5%に調整)、鉄棒遊びを好きになったと感じた子どもは難易な技に取り組んだことが分かった。

表5 「前回り下り」の取組状況と鉄棒カード活用後の意識との関連 (人)

活用後の意識	取組状況		合計
	有	無	
大好き・好き	157	30	187
変わらない	26	21	47
苦手	1	2	3
合計	184	53	237

(N=237)

表6 「逆上がり」の取組状況と鉄棒カード活用後の意識との関連 (人)

活用後の意識	取組状況		合計
	有	無	
大好き・好き	130	57	187
変わらない	21	26	47
苦手	0	3	3
合計	151	86	237

(N=237)

### (3) 技の考案状況と子どもの意識

鉄棒カードには、決められた技ができなくても鉄棒を使った遊びを楽しめるように、子ども自身が技を考え、記入できるようにした。技の考案状況を表7に示す。

半数を超える子どもが何らかの技を考案し、技を5つ考案した子どもは全体の13.9%であった。しかし、1つも技を考案しなかった子どもも多かった。

表7 技の考案状況

考案数	0	1	2	3	4	5	計
人数	110	51	22	14	7	33	237(人)
割合	42.2	21.5	9.3	5.9	3.0	13.9	100(%)
(N=237)							

鉄棒カードを活用した子どもが考えた技は様々で、47の技が書かれていた。この中には、呼び方は違っても同じ技であることが推測される技が見られた。また、活用させた鉄棒カードにはない、小学校の体育で学習した技も含まれていた。鉄棒カードに5人以上が記述した技を表8に示す。

表8 5人以上の子どもが考案した鉄棒を使った遊びの技

じゃんけん
<ul style="list-style-type: none"> <li>豚の丸焼きじゃんけん</li> <li>ツバメじゃんけん</li> <li>コウモリじゃんけん</li> </ul>
連続技
<ul style="list-style-type: none"> <li>地球周りからコウモリ</li> <li>地球周りから豚の丸焼き</li> <li>豚の丸焼きからコウモリ</li> <li>豚の丸焼きからコウモリで地球回り</li> </ul>
例示のアレンジ
<ul style="list-style-type: none"> <li>コウモリ下り</li> <li>コウモリふり</li> </ul>
その他
<ul style="list-style-type: none"> <li>足かけ上がり, 足かけ回り, 足かけふり</li> <li>足抜き回り</li> <li>踏み越し下り</li> <li>だるま</li> <li>天国回り, ズボン回り</li> </ul>

次に、考案した技の数とカード活用後の意識

との関連を表9に示す。

考案した技の数と鉄棒カード活用後の意識についても、その関連をみるため、技を1つでも考案したか否か(2:技の数0以下/1~5)×意識(2:大好き・好き/変わらない・苦手)の人数分布に対し、Fisherの正確確率検定を試みた。その結果、技の考案の有無による有意な差が見られた( $p < .05$ )。技を1つでも考案した子どもは、鉄棒を使った遊びを好きになったと感じていることが分かった。

表9 考案した技の数と鉄棒カード活用後の意識との関連

活用後の意識 \ 技の数	技の数		
	0	1~5	合計
大好き・好き	79	108	187
変わらない・苦手	31	19	50
合計	110	127	237
(N=237)			

## 5. 考察

### 5.1. 鉄棒カードの効果

本研究で作成した鉄棒カードの回収率は85.6%であったこと、鉄棒カードを使って「楽しさ」を感じた子どもはおよそ60%であったことから、子どもたちはカードを活用して意欲的に鉄棒を使った運動遊びに取り組んだと考えられる。一般的に、体育で活用されるカードは、「技ができたら色を塗る」「取り組んだ分、走った分だけ色を塗る」等、成果を求めるものが多い。本研究で取り入れた「挑戦したら色を塗る」という活用方法は、技ができなくても色を塗ることができ、このことが意欲的に取り組み、楽しさを味わうことにつながったと考えられる。

### 5.2. 低学年で身に付けさせたい技を取り入れたことの効果

本研究では、学習指導要領解説体育編の低学

年に示された例示を基に、子どもに取り組みたい技として「ふとん干し」や「こうもり」等、10の技を鉄棒カードに取り入れた。その結果、6つ以上の技に取り組んだ子どもにおいて、鉄棒を使った遊びを好きになったと感じる子どもが多かったことが明らかとなった。これは、鉄棒カードに、子どもの発達に合った挑戦できる技が明確に示されたことによるものと考えられる。

### 5.3. 難易な技を取り入れたことの効果

本研究では、鉄棒を得意とする子どもも楽しめるよう、学習指導要領解説体育編の中学年に示された例示である「前回り下り」、「逆上がり」を鉄棒カードに取り入れた。その結果、鉄棒を使った遊びを好きになったと感じた子どもにおいて、難易な技に取り組んだことが明らかとなった。このことから、鉄棒が得意でない子どもも難易な技に積極的に挑戦したことがうかがえる。難易な技に取り組ませることも楽しさを味わうことにつながったことが示唆された。

### 5.4. 技を考案させたことの効果

本研究では、鉄棒を使った運動遊びが楽しめるよう、子どもが技を考え、鉄棒カードに書いて挑戦できるようにした。その結果、技を1つでも考案した子どもは、鉄棒を使った運動遊びを好きと感じていることが明らかとなった。

子どもが考案した技は様々である。小学校によって取り上げる技は異なり、技の呼び方も異なる。鉄棒カードには、カードに示されていない既習の技も書かれていた。子どもが考案した技の特徴として、次の2点が挙げられる。

1点目は、「じゃんけん」を記述した子どもが多かったことである。表8に示すように、豚の丸焼きやツバメ、コウモリ等の技から派生した技である「ふとん干しじゃんけん」が鉄棒カードに取り入れられていたこともその要因と考えられる。じゃんけんは友達と関わり合うことができることから、この技に取り組んだことが楽

しさを味わうことにつながったと考えられる。

2点目は、連続技を考案した子どもが多かったことである。表8に示すように、「地球周りから豚の丸焼き」、「豚の丸焼きからコウモリ」等の連続技を考案した子どもが多く見られた。これは、子どもが挑戦できる技を組み合わせることで鉄棒を使った運動遊びの楽しさを味わっていたのではないかと考えられる。一方で、小学校低学年の子どもにとって技を考案することの難しさも示唆された。

## 6 結論

本研究では、まず、学習指導要領に示された主な運動種目について意識調査を行った。その結果、鉄棒を使った運動遊びに苦手意識をもっている子どもが多いという結果を得て、鉄棒を使った運動遊びを楽しむための鉄棒カードを作成し、実践を通してその効果を検証した。鉄棒カードには「低学年で身に付けさせたい技」、「難易な技」、「子どもが自由に考えた技」を取り入れた。その結果、友達と関わり合いながら鉄棒を使った運動遊びに意欲的に挑戦し、楽しさを味わうことができたと考えられる。

小学校の体育の授業で活用される多くの学習カードは、「できたら色を塗る」、「走った分だけ色を塗る」等、成果を求めるものが多い。体育の学習において、基礎的な技能を身に付けることは大切であるが、「運動を楽しむ」という視点から、本研究で作成した挑戦型のカードを作成し、積極的に授業の中で活用していくことも必要ではないかと考える。

## 謝 辞

本研究を進めるにあたり、本実践を受け入れていただいた群馬県内公立小学校の先生方には、事前の打ち合わせから準備、ワークシートの活用、とりまとめ等で大変お世話になった。また、本実践に対する有益なご指導、ご助言をいただいた。ここに深甚の謝意を表する。



## 付 記

本論文の一部は、日本教育工学会第34回全国大会にて発表したものである。

## 引用文献

- 岡沢祥訓・諏訪祐一郎：「運動の楽しさと運動有能感とのとの関係」、体育科教育、第46巻、第12号、pp.44～46、大修館書店、1998.
- 岡沢祥訓・馬場浩行：「運動有能感が体育授業中の児童生徒行動に及ぼす影響」、体育科教育、第46巻、第14号、pp.43～45、大修館書店、1998.
- 上家卓・中道莉央・神林勲・石澤伸弘・森田憲輝・奥田知靖・高橋正年・山形昇平・岩田悟・朝倉潤・溝口仁志・楢山聡・秋月茜・福岡亮佑・松野修造・中島寿宏・志手典之・新開谷央：「小学生における体育授業への苦手意識に関する研究－運動有能感に着目して－」、北海道教育大学紀要 教育科学編、第64巻、第2号、pp.101～109、北海道教育大学、2014.
- 高村文武：「器械運動（領域）における指導の課題－児童生徒の学習意欲及び学習環境の実態調査－」、保健体育研究室研究紀要、pp.1～13、山梨県総合教育センター、1998.
- 中央教育審議会：「幼稚園、小学校、中学校、高等学校及び特別支援学校の学習指導要領等の改善及び必要な方策等について（答申）」、pp.168～192、2016.  
[http://www.mext.go.jp/b\\_menu/shingi/chukyo/chukyo0/toushin/\\_/\\_icsFiles/](http://www.mext.go.jp/b_menu/shingi/chukyo/chukyo0/toushin/_/_icsFiles/)

afieldfile/2017/01/10/1380902\_0.pdf.  
(2018.6.25)

文部科学省：「小学校学習指導要領」、東洋館出版社、p.142、2017.

文部科学省：「小学校学習指導要領解説体育編」、東洋館出版社、p.38、2017.

## Abstract

Goals for elementary school physical education include familiarizing students with various exercises while maintaining and improving their health and physical fitness. Achievement of these goals cultivates student attitudes for living a bright, enjoyable, and active life. Especially in lower grades, students must experience joy in various types of exercise play and pursue them independently to foster future enjoyment of exercise. Based on awareness survey results that reflected many children's difficulty with horizontal bar exercises from the lower grades onward, I created "horizontal bar cards" that children can use independently during play. I then implemented the cards' use and verified their effectiveness. The cards include three skill categories: "skills that lower-grade children want to learn," "difficult skills," and "skills children thought of themselves." Results showed that the more the children worked on each skill, the more they enjoyed exercise play on the horizontal bar.