

運動が苦手な子へのかかわり

# 運動が苦手な子をどう勇気づけるか

上越教育大学教職大学院准教授

赤坂真二 あかさか しんじ

## マラソン大会の思い出

新採用のときに担任した学級にユウヤくん（小四）がいた。ユウヤくんは、学年で一番体が大きかった。「気は優しくて力持ち」という形容がぴったりの子どもだった。この学校ではマラソン大会があった。今でこそ行事の精選や意義の問い直しのために実施されなくなってきたようであるが、当時は花形行事の一つであった。

私が生どものころ、最も嫌いな行事を挙げると言われたら迷わず挙げるのがマラソン大会。子どものころはユウヤくんのような体型で、走ることにかなり困難があった。したがって、大会では常に後ろから十本の指に入っていた。三年生のときには、真正正銘のビリになった。ゴールしたときのあの恥ずかしさは、今でも忘れられない

い。

練習で辛そうに最後尾を走る彼に自分を重ねていた。

私は彼に自分と同じような思いをさせたくないと思い、せめてもの励ましのつもりで手作りの「がんばりカード」を用意して子どもたちに渡し、「マラソンは自分との戦い」だと、言い続けた。そして、必ず子どもたちと一緒に走った。当時の私は、それが彼に逆にプレッシャーを与えることになるかもしれないなんて考えもしなかった。そして、他の子どものいないところで「一緒にがんばろうな。先生も、子どものころ、いつもビリだった」なんて勝手な自分の思いを彼に語っていた。

マラソン大会当日、大勢の保護者が応援に来ていた。彼は幾分緊張気味の表情をしていたが「がんばれよ」と言う「ウン」と笑顔で答えた。そして出発。私は伴走

役だったので子どもたちの最後尾を走った。そう、彼の後ろを。タイムは大幅に伸びたものの、本番も彼はピリリだった。私は、彼の順位を一つも上げてやることができなかつた。

体育の指導は、運動が苦手だった子どもたちの自分の姿と目前の子どもの姿が重なり、迷うことや戸惑うことがよくあつた。

### 勇気づける

後になってアドラー心理学と出会う。アドラー心理学を学ばれた方なら「勇気づけ」は、お馴染みの言葉であるが、耳慣れない感じをもつ方もいるだろう。アドラー心理学では、問題のある行動をするのは、適切な行動をする勇気をくじかれていからであると考えられる。治療や教育の過程で「勇気づけ」によって、適切な行動に導いていく。「勇気」という言葉がしっくりこない方は、やる気や意欲と置き換えていいのではないかと思つていく。適切な行動をする意欲をもたせることは「勇気づけ」の重要な要素であろう。運動嫌いか苦手というのは、それまでにさんざんいやな思いをしていたり、恐怖心などがあつたりして、やる気をもたせることはなかなか

か難しい。子どもはみんな体を動かすのが大好きかというところ、このごろはそうでもない。運動へ消極的な子どもたちにどうかかわればいいのかだろうか。

### 跳び箱が苦手な二人の少女(小四)

私の学級に運動に消極的なカスミさんとマリアさんがいた。カスミさんは、休憩時間をもっぱら教室で遊んだり、本を読んだりしている。体育の学習というよりも体を動かすこと自体があまり好きではないようだった。一方マリアさんは、明るく活発だったが、歩行にハンデをもつ子どもだった。体育は嫌いではないが、困難な運動にはどうしても消極的になる。

跳び箱の学習が始まった。いくつかの技を紹介して、できる技をもっと上手に、そして、できる技の一つでも増やすという学習だったが、二人は紹介した技が一つもできなかった。他にもそういう子どもはいたが、数回の練習で腕立て開脚跳びはできるようになった。腕立て開脚跳びとは、跳び箱というコレ、というくらい定番の技である。跳び箱に両手をつけて足を開いて飛び越す技といえばあああれか、と思われるであろう。

跳び箱の指導には少しは自信があつた。かつての教え

子に「先生は魔法使い」と言われた。跳び箱が跳べない子どもたちが、数回の指導でどんどん跳べるようになってきたからだ。助走の仕方、跳び箱への手のつき方、そして、跳び箱上での体重移動の仕方を丁寧に教えれば、ほとんどの子どもは跳べる。しかし、それらの技術を駆使しても、彼女たちではできるようにならなかった。

二人とも跳び箱にまたがるのが精一杯だった。体の大きくなってきたカスミさんは、跳び箱の中央あたりでお尻を、ペタンとつけてしまう。感情の起伏の激しい彼女は、跳べない自分に腹を立てる。「どうせ、私なんか」と怒りを露わにする彼女に、「ちょっと、休憩したらどうだい」とインターバルをおかせる。感情的になつていく彼女に同情したり慰めたりしたら、彼女はますます自分を惨めに感じ、やる気を失うだろう。気分が落ち着いたところで言う。「いいかい、前の時間、カスミさんお尻は、ここへ落ちた」と跳び箱の中央より少し手前を指さす。そして、跳び箱の中央辺りにその指をずらし、「でもね、今日は、ここへ落ちた。わかる？」と言うと頷く彼女。「このお尻の落ちるポイントがどんどん前に出て行ったらどうなる？　そう、跳べる」。彼女の目にほんの少し、精気が戻る。そこで、「じゃあ、もう一回

体重移動の練習をしてみようか」と促すと、彼女は練習を始めた。それでも跳べない。彼女は地団駄を踏んで悔しがらる。投げ出しそうになるたびに、「大丈夫」と繰り返し、進歩した部分を指摘した。それが、どんなに小さくても見つけ出して知らせるようにした。

マリアさんの場合は、跳び箱にまたがってしまったばなるとかなると思つたが、小柄な上に助走のスピードが確保できない彼女にとって、跳び箱に乗ることは、至難の業であった。だったら低い跳び箱を用意すればいいのではと思つたろうが、その提案は彼女に拒否された。ハンデがあるからと言つてみんなより低い跳び箱を跳ぶのはいやなのである。他の子と同じ高さを跳びたいのである。手を引いて助走のスピードを体感させたり、一緒に走つて跳ぶタイミングを教えたりしたが、ロイター板（いわゆる踏み切り板）を強く両足で踏み切ることができないのである。がんばり屋の彼女は口には出さないが、踏み切るときに痛みが走っているはずである。だから、一日たくさんは練習できない。かなり体力を消耗するので、数回跳ぶと「休んでいい？」と聞きに来る。真冬だというのに、額は汗でビッシヨリである。それだけがんばっても跳べない。「先生、やっぱり、私無理なの

かな……」。うつむく彼女に、適切な言葉が浮かばない。「大丈夫」と言いたい。でもダメかもしれない。「無理だと思ったら、そこで終わり。マリアさんは、無理と思われることをちゃんと今までやってきたでしょ。ここまでやってきてあきらめたら、ここまでがんばった自分に失礼だろ、休んだらやるぞ」。後は、彼女の力を信じるしかなかった。ダメならダメでまた、そのとき考えようと思った。彼女が「やる」と思っている以上は手伝おうと思った。彼女は、挑戦をやめることはなかった。

ドラマは突然訪れた。いったんは跳べた子どもたちも、次の体育の時間には跳べなくなっていることがある。そういう子どもたちと一緒に練習しているときに、ふとカスミさんに目をとめた。タタタ……いつものように彼女は助走を始めた。跳び箱に手をつく彼女の体がフワッと浮いた（ように見えた）。跳べた。私は彼女に駆け寄り「やったね！」と声をかけた。彼女は、信じられないといった表情で、呆然と立っていた。そばで見ていたマリアさんも「カスミちゃん、よかったね」と声をかけた。そこで、彼女は初めて笑顔を見せて「う、うん」と頷き笑顔を見せた。

その時間も、マリアさんは跳べなかった。あと二時間

しかない。さすがに私も焦ってきた。そして体育の時間。やはりドラマは突然訪れた。「先生、見ててね」と言うとおぼつかない足取りで彼女は助走を始めた。タタ、タン……跳び越えた。いや、正確に言うとお尻が跳び箱のマット側の端に少しひっつかかった。しかし、間違いなく跳び越えた。私は「やった！」と言ったが、彼女は満足せず、「先生、もう一回見てて！」と言って再び挑戦した。今度は、きれいに跳び越えた。正直言ってビックリした。マリアさんは、カスミさんや他の子どもと喜びを分かち合っていた。

### 勇気づけのシステム

実は、冒頭のユウヤくんのお母さんから、あのときの私の対応が嬉しかったと彼が言っていたと聞いた。「どんなに小さくても進歩や努力を認める」とか「子どもを信じる」とか、私は、勇気づけに必要な態度をユウヤくんや彼女たちに示していたのかもしれない。新採用のころと違うのはそれを意図的にしていたことだろう。

しかし、彼女たちがやる気を失わなかったのはそれだけではない。ここで同じクラスのある子どもの日記を紹介する。

この子も運動面では苦手意識をもつ一人である。

次に3オン3（バスケットボールの授業）をやりました。私は、パスしてもらったのに取られてしまいました。でも、Rくんは「今度はボールをとってね」怒りもせずと言ってくれました。Yちゃんがアドバイスしてくれたり、Kくんもほめてくれたりアドバイスしてくれたのでとてもうれしかったです。終わってからYちゃんが「がんばったね」と言ってくれて、「またやろう」と勇気づけてくれました。みんなが支えてくれたのでできたことがたくさんあります。

アドラー学派のディンクマイヤー、ドライカースは、やる気を起こさせる方法として「子どもがめざましい進歩を遂げるにはグループの刺激が必要である」(1)と言う。日記の子どもの周辺に起こったことが、カスミさんやマリアさんの周りでも起こっていたと考えられる。彼女たちの日記にも、他の子どもたちの声かけについて書かれていることがよくあった。私の勇気づけの態度も影響したのかもしれないが、他の子どもたちの力も大きか

った。しかし、この学級は、最初からけっしてそのような学級ではなかった。クラス会議などの民主的なコミュニケーションの体験を繰り返すうちに、勇気づけ合う関係を構築していった。

子どもを勇気づけるときに、教師の態度はとても大切だ。だが、子どもたちの周りには他の子どもが大勢いる。学級や学年など、その子どもが所属する集団の教育力を生かすことで、より大きな力を得ることができているのではないだろうか。

〈主な参考文献〉

- (1) ドン・ディンクマイヤー、ルドルフ・ドライカース著、柳平彬訳『子どもやる気』創元社、一九八五