

# 小学校における体づくり運動で行う伝承遊び 「エスケン」の有効性

青山 翔

(2019年8月9日 受理)

## The Efficacy of the Traditional Game “Esuken” Performed by Physical Exercise in Elementary School

Sho AOYAMA

### Abstract

The present study examined the effective by performing traditional play “Esuken” in the physical activity of physical education (PE). We conducted the tradition play “Esuken” in the PE class for 25 (14 boys and 11 girls) second graders in the elementary school. In order to examine the effective of “Esuken”, we asked children to write a questionnaire about “Esuken”. We also set out children and observed their transformation. As a result, it became clear that many children who experienced rich interaction with their friends, felt the importance of keeping the rules, and improved their consciousness for others, and felt that their physical strength had increased.

**Keywords:** physical education 体育, elementary school 小学校, traditional play 伝承遊び, Esuken エスケン

### 1. はじめに

生涯にわたって豊かなスポーツライフを実践していくためには、幼い頃のスポーツや遊びの体験が重要であると考えられる。この時期にスポーツや遊びをいろいろな仲間と行うことで、コミュニケーション能力を高めながら運動ができるようになっていくと考えられる。しかし、現在日本では、不登校、就職離職率の増加など、コミュニケーション能力不足による社会問題が表面化している。それらの問題を解決していくためにも、スポーツや遊びを通してコミュニケーション能力を高めていくことが大切である。実際、小学校の教育現場で私自身は、子どもたちが過剰なまでに守られ過ぎていて、小さいけがを恐れて、大きいけがを防ぐ術を身に付け

ていない、友達関係のトラブルを避ける傾向にあるということを実感してきた。そこで、教育現場において伝承遊びを行うことが前述した問題を軽減し、解決していくために重要な活動であると考え、伝承遊びについての実践研究を進めることにした。

伝承遊びは、子どもの遊び集団の中で自然発生的に生まれ、代々共有されてきた遊びであり、子ども社会の縦横のつながりによって、また大人から子どもへの経路を通して伝えられ、受け継がれてきた遊びの総称である（中地，1988）。また、伝承遊びは、平成29年度小学校学習指導要領解説体育編から、体づくり運動の内容の中に位置づけられている。体づくり運動の中にある体ほぐしの運動は、仲間と関わり合うということをねらいの一つとしており、仲間のよさを認め合うとともに、仲間の心と体の状態に配慮しながら豊かに関わり合う楽しさや大切さを体験すると記述されている（文部科学省，2017）。さらに、伝承遊びは身体活動量が多く、伝承遊び欲求の高い子どもは低い子どもより、身体的有能さの認知や、運動の日常生活の効果、運動の否定的感情、運動種目の上達願望、運動中の友好関係などが高いということを報告がみられる（山下・都築，2019）。この伝承遊びは、かつて、子どもたちが集団で遊ぶ中で自然に伝わっていった。しかし、現代の子どもを取り巻く環境を考えると、かつてのように伝承遊びが継承されていくのは非常に困難であるといえる（桧垣，2016）。よって、学校教育の中で指導者が伝承遊びを取り入れて子どもたちに体験させることが、子どもたちの成長において重要であると考えた。

様々な体づくり運動の実践が行われているが、私は以前から伝承遊びの中のエスケンという遊びに魅力を感じていた。エスケンとは、参加者が2チームに分かれて、地面に大きく描かれたS字状の陣地を用いて相手チームを全滅させるか、もしくは、相手陣地にある宝物を奪うことを目的とした伝承遊びである。エスケンは、運動が苦手な児童も得意な児童も自己の役割を見付け、どの児童も夢中になりながら、それぞれの能力に応じて活躍できるので、誰もが喜んで活動し、激しく運動するという体育的に見てかなり魅力的な特性がある。

以上の理由から、伝承遊びのエスケンを授業で実践していけば、仲間とのかかわり合いが密になり、仲間との豊かな交流にとっても有効であると考えた。さらに、片足で速く移動し、不安定な姿勢で競い合うことは、体力の向上にも効果的であると考えられることから、体づくり運動として取り組むことに、大変意義があると判断する。

そこで、本研究では、小学2年生の児童を対象に、体育の体づくり運動で伝承遊びエスケンを行うことによる有効性について検討することを目的とした。

エスケンは、勝ち負けにこだわって陣地取り合戦を行う遊びである。特性として、夢中になって取り組める反面、ルールを守らないなど、相手に対して厳しい言動が起りやすい。しかし、継続していく実施していくと、相手のことを考えて行動できる人間関係能力を身に付けられる

ようになる。そのためには、「自分のことだけでなく、一緒にエスケンを行う全ての仲間が楽しくできるようにするには、どのようなことに気をつければいいのか」ということや、「遊びの中で、相手がどのような反応をするのか」ということなどを個々が実感していく経験を増やしていくことが大切である。

エスケンの有効性を検討するために、次のような手立てのもと、実践を試みることにする。

- (1) 児童の意識変化を捉えるにあたり、エスケンに関するアンケートを実施し、伝承遊びエスケンの有効性（体力や意識向上）を探る。
- (2) 伝承遊びエスケンを効果的に行うための、ルールと安全確保の工夫を行う。

## 2. 方 法

### (1) 対象児

小学2年生25名（男子14名抽出児童A含む、女子11名抽出児童B含む）

### (2) 領域・時期

体づくり運動（4時間）

### (3) 計画

体づくり運動（4時間）

時間	1	2	3	4
活動 内容	準備運動			
	転び方指導			
	ルール説明	エスケン練習1	エスケン練習2	エスケン大会
	試しのエスケン			
	振り返り			
	整理運動			

### (4) 抽出児童

本研究を進めるにあたって、次の児童の変容を考察し、仮説についての検証としていく。

<抽出児Aについて>

Aは、休み時間に学年全員で行うドッジボールでは、「突き指などのけがをしたくない。外は暑い。」などの理由から、自分からはなかなか外に出ようとしない児童である。そこで、伝

承遊びを行うにあたり、他の児童と密にかかわることを通して友達と一緒にいられることの喜びを感じさせたい。さらに、けがが生じることを防ぐために、転び方の指導を徹底することを意識していく。その結果、自ら進んで友達と遊ぶ姿が見られるように変容させてあげたい。

<抽出児Bについて>

Bは、4月当初から、人のことを強い口調で注意してしまい、泣かせてしまうことがあり、友達に対して思いやりに欠ける言動が多かった。そこで伝承遊びを通して、みんなが楽しく遊べるためにどうすればよいのかということを常に意識させていく。さらに、倒し方について、相手がけがをしないための押し方について、徹底した指導を行うことを大切にしていく。その結果、Bが、友達に対して思いやりをもって接する場面が何度も見られるよう変容させてあげたい。

### 3. 研究の実際

#### (1) 児童の実態

本学級の児童は、外で遊ぶことは多いが、クラス全員で遊ぶという習慣が1年生の時はなかったこともあり、仲のよい友達としか遊ぼうとしなかった。しかし、休み時間に伝承遊びを行っていくことで、児童はみんなで遊ぶことの楽しさ、心地よさを実感していった。その結果、毎日のように学級全員もしくは学年全員で遊ぶことが当たり前となっている。

#### (2) ルールの工夫・改善と安全確保の取組

エスケンのルールを表1のようにして、実践に取りかかった。エスケンのコートを図1に示す。第1回目のエスケンの実践において、エスケンについて知っている児童は一人もいなかった。エスケンは、様々な局面があり、ルールがたくさんある。さらにファジーな部分があって、判断に困るような場面がたくさん出てくる伝承遊びである。そのような理由から、ルール説明時

表1 本学級のエスケンのルール

- 
- ・参加者は2チームに別れ、それぞれの陣地（A、B）の内側に入る。
  - ・開始の合図と共にそれぞれの陣地のS字型の切れ目から攻撃部隊が出撃し、相手陣地に攻め込む。このとき、双方の陣地外での行動はケンケンに限定されており、疲労、格闘での敗北を問わず、両足を地面についたり、足以外の体の一部を地面につけたりした者、また、ラインを踏んだり、コーンを動かしたりした者は相手の捕虜となる。
  - ・捕虜となった者は、相手陣地の角を先頭に手をつないで並んでいく。味方が敵陣に侵入し、先頭の者に触れることができれば、捕虜は全員解放され、自分の陣地に入ったところから、再スタートできる。
  - ・安全地帯では、お互い格闘はしないゾーンとする。
  - ・相手を全員捕虜にする、もしくは、捕虜以外の者が全員10秒以上安全地帯にいた時、勝利となる。
-

には、図を使うことで、できる限り端的に、分かりやすく行うように心がけた。説明をしっかりと聞いても、具体的なイメージがわからなくて、戸惑っている児童が多数見られた。実際にエスケンを始めてみると、基本的なルールが全ての児童に浸透していなかったということもあり、うまく進まなかった。そこで、実際にプレイをしながら戸惑いそうな一つ一つの局面を作り出し、丁寧にルールの確認を行っていった。すると、初めのうちは、捕虜になったら相手の陣地に行くということなどの基本的なルールを忘れていた児童も、継続して行っていくうちに、全ての児童がルールを理解してゲームに参加できるようになっていった。ルール説明の場面を写真1に示す。

そして、エスケンを行う時に一番気を付けておくべきことは、頭を地面に打ちつけないということであり、もし打ちつけてしまうと大変な怪我をする可能性があるということを説明した。そこで、具体的に、押されて、後ろに倒れた時には、出来るだけおへそを見て、背中を丸めながら後ろに転がり、両手で地面をたたくなどをして、衝撃を和らげるようにということを指導した。最初は、何度も手本を示し、上手な転び方ができている児童を紹介しながら、一人一人転び方の合格者を増やしていった。全員が合格することができるようになってから、第1回目のエスケンをスタートさせた。しかし、それでもうまく受け身を取ることができない児童がいたため、再度危険性を説明し、転び方の指導を行い、その都度、全員に転び方練習を何度も行わせた。その後も、エスケンを行うたびに、転び方のチェックは行った。とっさに受け身を取ることが苦手な児童が多かったこともあり、みんなで解決策を話し合った。ある児童が「倒す方が、倒し方に気を付ければいいのではないか」と発言し、周りの児童は、その意見に賛同した。夢中になり、勝ちにこだわりながらも、相手のことも考えて遊ぶ方法を考えることを身に付けていることが伝わってきた。どんな時でも、しっかりと受け身を取れるようにしてほしいと願っていたが、すぐに身に付かなかったことから、倒す方に目を向けていく必要があると自身も感じていたため、児童からの発言に驚いた。転び方指導の様子を写真2に示す。

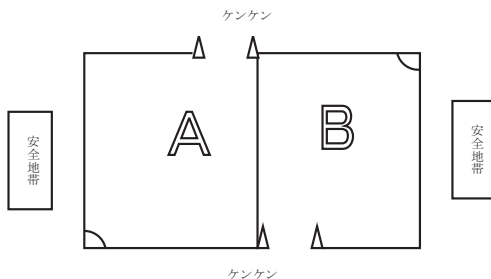


図1 エスケンのコート



写真1 ルール説明の場面



写真2 転び方指導

### (3) エスケンに関するアンケートの活用

「エスケンに関するアンケート」(資料2)は、4月～7月の間の合計3回実施した。資料3はその結果を示している(◎=4・○=3・△=2・×=1として換算する)。

資料3 エスケンに関するアンケートの集計結果(計3回の平均値)

質問事項 ( ◎ ・ ○ ・ △ ・ × )	平均値
① エスケンによって、クラスの多くの友達と仲良くなったと思いますか。	3.37
② エスケンによって、クラスは楽しくなりましたか。	3.37
③ エスケンによって、友達に思ったことを何でもお話出来るようになったと思いますか。	3.27
④ エスケンは好きですか。	3.27
⑤ エスケンによって、友達に強い言い方で言わなくなったと感じますか。	3.35
⑥ エスケンによって、体力が高まったと思いますか。	3.36
⑦ エスケンによって、遊びの時に、ルールを守ることは、大切だと思うようになりましたか。	3.84

資料2 エスケンに関するアンケート

エスケンに関するアンケート

2年 くみ ばん  
名まえ ( )

★ 次のしつもんにあてはまるものを○でかこみましょう。

◎・・・とてもそう感じている	○・・・そう感じている
△・・・あまり感じない	×・・・ほとんど感じない

① エスケンによって、クラスのおおくのともだちとなかよくなったと思いますか。  
( ◎ ・ ○ ・ △ ・ × )

② エスケンによって、クラスはたのしくなりましたか。  
( ◎ ・ ○ ・ △ ・ × )

③ エスケンによって、ともだちにおもったことをなんでもおはなしできるようになったと思いますか。  
( ◎ ・ ○ ・ △ ・ × )

④ エスケンでの外あそびはすきですか。  
( ◎ ・ ○ ・ △ ・ × )

⑤ エスケンによって、あそんでいるときなど、ともだちにつよい言いかたで言わなくなったと感じますか。  
( ◎ ・ ○ ・ △ ・ × )

⑥ エスケンによって、体力が高まったと思いますか。  
( ◎ ・ ○ ・ △ ・ × )

⑦ エスケンによって、あそびのときに、ルールをまもることは、たいせつだと思ようになりましたか。  
( ◎ ・ ○ ・ △ ・ × )

★ 次のしつもんにごたえましょう。

(1) エスケンをやってみて、体でせいちょうしたと思うことを書きましょう。

(2) エスケンをやってみて、心でせいちょうしたと思うことを書きましょう。

(3) エスケンをやってみて、せいちょうしたと思うことを書きましょう。

## 4. 結果と考察

### (1) 集団の変容

エスケンに関するアンケートの結果から、質問⑥を除いた仲間と豊かに交流することに関する質問すべてにおいて平均値が3以上あったことから、エスケンによって、仲間と豊かに交流することができてきたことが考えられる。⑥の質問は平均値3.36を示した。これは、エスケンによって体力が高まったと実感できた児童が多いということを示している。

集団の変容を、「エスケンに関するアンケート」(表3)や「授業中の場面」を分析することによって、エスケンの有効性について、(ア) 仲間の豊かな交流、(イ) ルールの遵守、(ウ) 相手を思いやる意識の向上、(エ) 体力の高まりという視点で述べていく。

#### (ア) 仲間の豊かな交流

エスケンに関するアンケートに書かれた内容を以下に示す。

- ・みんなでの助け合いが大切だと思った。
- ・みんなで協力して、相手チームに勝って嬉しかった。
- ・強い子を、仲間と協力して倒せて嬉しかった。
- ・みんなと仲良くなって、学校を休むことがなくなった。
- ・友達と一緒にケンケンをして面白い。
- ・友達が増えて、仲良く遊べて楽しい。
- ・エスケンで、みんなとやる遊びや体育が好きになった。

これらの記述は、エスケンの体験ならではの実感であり、他の体づくり運動では、なかなか味わうことができない体験であると考えられる。特に「強い子を、仲間と協力して倒せて嬉しかった」という記述は、「勇気」や「協力」というような人と人とのつながりにおいて、大切な心の働きに気づくことができたと考えられる。「クラスのみならず、学校を休むことがなくなった」と記述した児童は、昨年度、学校を休みがちであった。しかし、本年度はまだ、まだ1日しか欠席していない。さらに、「エスケンで、みんなとやる遊びや体育が好きになった」と記述した児童は、ドッジボールは、苦手で、楽しくない様子であった。しかし、エスケンを行う時は、自分の役割を仲間と相談しながら明確にもち、夢中になって遊んでいる様子が見られた。これらのことは、仲間と豊かに交流する楽しさを実感した結果だと考えられる。



## (イ) ルールの遵守

- ・ルールを守らないとみんなが楽しめないということが分かった。
- ・ルール違反があった時は、責めすぎず、優しく言うことが大切だと思った。
- ・見つからなければルール違反してもいいやという気持ちをやめようと思った。
- ・みんなで決めたルールを守らないと嫌な雰囲気を作ってしまうと思った。

みんなが楽しむことができるためにも、ルールを守るということが大切と書く児童がいることは予測していた。しかし、違反者に対しても思いやりをもって接することが大切だと考えた児童がいたことには驚いた。その理由を聞くと、「相手の気分を悪くさせてしまうから」また「自分が見間違いかもしれないから」ということであった。ルールについて、もめた二人がお互い譲り合えない時には、必ず動きを止めて、みんなで考えさせた。「ジャンケンをすればよい」という意見ばかり出たが、中には「相手に譲る」という意見も出された。まだまだ、譲り合うことまでは出来ていないが、徐々にジャンケンではない解決策が出るようになってきたと考える。

## (ウ) 相手を思いやる意識の向上

「友達に大丈夫と言うようになった」と記述した児童は、日常生活でも、友達が不安な表情をしている時に、自然と「大丈夫？」と聞くことができるようになっていった。ある時、2回戦中2回ともBチームが勝って、全体の振り返りの時、Aチームで泣いている児童が1人いた。最初は、負けて悔しいから泣いていると考えた。しかし、その理由を聞くと答えない。隣にいた児童がその子のつぶやきをひろって「Bチームに勝ったことを自慢された」と発言することができた。そのことについて、みんなで話し合った結果、「勝ったチームこそ負けたチームに対して思いやりをもたないとみんなが楽しめない」ということをみんなの共通理解とした。ルールにはないが、思いやりを大切にして取り組む重要性に子どもたちは気付いていった。自己中心的で、勝つことにこだわりがちな2年生の発達段階からすれば、これらのことは、人間関係を円滑にするためのレベルの高い考え方であると思われる。以下は児童が書いた主な感想である。

- ・相手を倒す瞬間、けがをさせないように力をぬくことも大切だと思った。
- ・強く押しすぎないように気を付けるようになった。
- ・相手が気付いていないのに押しではいけないと思った。
- ・強い口調で相手を責めすぎないように気を付けるようになった。

- ・友達に「大丈夫」と言うようになった。
- ・けんかにならないように、やられたことを口に出さないことも大切だと思った。
- ・勝っても、いじわるな言い方をしないように気を付けたい。
- ・けんかをしないで、やさしく声をかけられるようになった。
- ・人が心を痛めたとき、僕は、人のことを考えていなかったと思った。
- ・譲り合うことが大切だと思った。
- ・相手を思いやることが大切だと感じた。

### (エ) 体力の高まり

エスケンでは、普段の生活では行わない片足でのケンケン運動で移動する場面が多いので運動負荷はとても大きく、長い距離を移動することは低学年児童にとっては難しい。しかし、感想から、足の力がついたら実感していた児童が多くいたことが明らかになった。さらに、7月に行った立ち幅跳びの記録が、4月に行った記録より平均すると11 cmの向上がみられた。また、「ケンケンでの手の使い方が上手になった」という記述から、ケンケン運動での、上半身の使い方もよくなってきたことも分かった。

- ・ケンケンが上手になり、長くできるようになった。
- ・ケンケンでの手の使い方が上手になった。
- ・手で押す力が強くなった。
- ・足の力がついてきた。
- ・足が速くなった。
- ・転んでも少しのことで泣かなくなった。

## (2) 抽出児の変容

### < Aの場合 >

Aは、第1回目のエスケンで、とても興奮し、楽しそうに遊ぶことができていた。実際に、質問1の「エスケンによってクラスの多くの友達と仲良くなったと思いますか」という質問に◎を付けていた。しかし、小さなけがに対しても恐れ、人とぶつかりあうことが苦手であるAは、ある時、力の強い児童に後ろから押されて、転んでしまった。けがはなかったが、エスケンに対して恐怖心を抱いてしまった。その結果、質問1では×をつけた。その時間の振り返りの時、「どうしたら、友達に痛い思いをさせなくて済むか」と問いかけると、その押してしまった児童は「相手が気付いてから押し合う」さらに、「相手より自分の力が強ければ倒すときに

そっと倒すことが大切だ」と発言した。それ以後、後ろから押すことは、危険であり、倒す直前は痛くならないように配慮する大切さを伝えていった。それでも、すぐには、Aは恐怖心をぬぐいきれずに、積極的なプレイが見られなかった。それでも、仲間から、「がんばって」、「一緒に勝とう」などの励ましの言葉を何度ももらう中で、「仲間と協力して勝ちたい」と思うようになり、自分の役割をはたそうとし、夢中にプレイする姿が見られるようになってきた。そして、3回目のエスケンに関する振り返りシートの質問1の項目では、×から△を付けるようになった。さらに、休み時間にやるドッジボールでは、以前は、自分からはなかなか外に出ようとしなかったAが、最近休み時間はいつも、自分から外へ出て、積極的にみんなと遊ぶように変容することができた。

#### <Bの場合>

エスケンを始めてすぐ「ラインを踏んだのになんで捕虜にならないんだ」「僕は両足をついてない、うるさい」「後ろから押してない、横から押したんだ」と強い口調で言ってしまう、周りの雰囲気悪くしてしまった。Bはとても素直で、勝つために夢中になって取り組んでいた。どうしても勝ちたいと思うあまり、負けた時の理由、そして、自分が倒された時の理由を、相手のせいにする傾向が目立った。そこで、振り返りの際「勝つということも大切であるが、負けた人も含めて楽しかったと思えるようになるためにどんなことが大切か」と問うと、「ルールを守ること」「判定に困るときは、ジャンケンをすること」「ルールを破っていないと思っても、勘違いかもしれないから捕虜になるよと譲り合う、または、見逃してあげるということも大切」と述べた。エスケンは、判定に困る部分が多い。判定に困った際の解決策として、ジャンケンで決めるということが出てくることは予想されたが、見逃してあげるという広い心をもつことも大切だと気付くことができていたことは、2年生の発達段階からすると、驚きに近い感動を覚えた。Bは、その後も、素直に譲りあうことができなかったが、だんだん悔しくて泣きながらも、相手に譲るという場面を幾度か見るできるようになってきた。友達に対して、注意することが少なくなり、注意する時には、優しい口調で言えるようになった場面がたくさん見られた。周りの児童も「Bが最近優しくなった」と言うようになり、Bは、仲間と豊かに交流する術をエスケンから身につけていったと考えられた。

## 5. 今後の課題

本実践を通して、他の学級よりもけがが多かったことが課題として残った。エスケンには、けがが付きものではあるが、けがをしないように予め教師が手を打っておくことは大切である。倒す側にも、突き放す倒し方ではなく、相手の腕をもちながら倒すなど、けがが起きにくい方

法を練習することも今後、力を入れたいと実感した。

また、穂丸ら（2007）は、伝承遊びを導入する際の課題として、指導者の伝承遊びに対する理解不足と指導が難しいことを報告している。本研究では、実施者が伝承遊びについてよく知っていたためにエスケンを取り入れることにためらいは一切なかったが、あまり知らない指導者が実施するためには、校内研修等で伝承遊びについて学ぶ機会を設けることが大切だと考えられる。

今回は、伝承遊びの中の「エスケン」を取り上げたが、今後は、エスケン以外の様々な伝承遊びについても研究し、子どもたちに紹介し実践していく中で、思いやりの心を高め、世界中の様々な価値観をもった人と豊かな交流ができる人間を育成したいと思っている。

そして、生涯にわたって豊かなスポーツライフを続けていく中で、より多くの仲間との出会いを大切にしていけるような能力と態度が身に付くよう、今後も教育実践を積み重ねていきたい。



写真3 仲間と交流する姿

## 文 献

- 1) 平山宗宏他編 現代子ども大百科 中地万里子「伝承遊び」中央法規. 1988.
- 2) 文部科学省. 【体育編】小学校学習指導要領（平成29年告示）解説  
[http://www.mext.go.jp/component/a\\_menu/education/micro\\_detail/\\_icsFiles/afieldfile/2019/03/18/1387017\\_010.pdf](http://www.mext.go.jp/component/a_menu/education/micro_detail/_icsFiles/afieldfile/2019/03/18/1387017_010.pdf)（2019年5月6日アクセス可能）
- 3) 山下玲香, 都築繁幸. 運動と伝承遊びの欲求が運動意識に及ぼす影響. 名古屋短期大学研究紀要 2019; 57, 27-36.
- 4) 松垣淳子. 保育現場における伝承遊び—保育者の視点より—. 中村学園大学・中村学園大学短期大学部研究紀要 2016; 48, 43-50.
- 5) 穂丸武臣, 丹羽 孝, 勅使千鶴. 日本における伝承遊び実施状況と保育者の認識. 名古屋市立大学大学院人間文化研究科人間文化研究 2007; 7, 57-78.