

学ぶ意欲を育み、 実践的な行動力を培う保健体育科の学習

(小)小田 信之 (中)山田 睦 谷村 典子
(共同研究者)油野 利博(鳥取大学)

1 はじめに

本校の児童・生徒の課題を考えた時、休憩時間の運動遊びや体育の学習でも仲間とのかかわり合いが上手くできなかつたり、仲間の体や気持ちについて理解できず、相手を傷つけたり苦しめたりしてしまうことが考えられる。また、苦手なことを避けて、自分の関心のあることのみ追究するといった児童・生徒のアンバランスな行動も見られる。このことから、活発に運動する児童とそうでない児童とに分かれる運動の二極化の傾向も問題となってきた。

そこで、児童に多様な運動を経験させることで、わかるようになった喜び、できるようになった喜びを味わわせていきたいと考える。そして、新しい運動や技に対して、より意欲をもって挑戦する児童を育てていきたいと思う。

本校の体育・保健体育科では、学ぶ意欲を高めるための授業づくりと実践的な行動力を育成するための授業づくりの両面を意識しながら考え、特に学ぶ意欲を高めるための授業づくりに重点を置いて実践に取り組むことにした。学ぶ意欲を高めるための授業構成として「活動」からのアプローチが考えられる。「活動」とは目標達成に向けて学ぶ意欲の高まりを意図して行うものであり、児童・生徒によって展開させる行為である。本時の授業の中でどのような活動を展開したいか考えて授業を組み立てていくことで、子どもたちに身につけさせたい力を明らかにし、その力をつけるための支援をより具体的にすることができると考えた。

まず初めに考えたことは、基本的な運動感覚や動きの経験をしっかりさせることである。特に運動経験によって児童一人一人の個人差が大きく、そのことが学ぶ意欲と大きくかかわってくる。そこで、児童の実態をしっかりと把握した上で全員に身につけさせたい力を明らかにし、それにもとづく運動を数多く経験させたいと考えた。次に、確実に力をつけるためにどのような流れで学習していくのが学習計画を明確にし、児童一人一人に見通しをもたせたいと考えた。そして、児童一人一人が自分のめあてにあった場が選択できるよう多様な場を設定することを考えた。また、活動に取り組む中で、友達同士で見合ったり、気づいた技のポイントを教え合ったりしながら進めていくことにした。そして、一人ではできない、集団でこそできる運動場面も設定することで、より仲間とのかかわり、楽しく活動できると考えた。また、集団で様々な運動を考え、取り組むことで、一人一人が自分の役割を果たそうとしたり、自分のよさを生かそうとしたりする機会が生じてくる。グループで考えた運動を作り上げるその過程で、わかった、できたという喜びを味わわせ、より一層意欲を高めていきたいと考える。そのことから、運動の日常化も図れると考えた。

2 実践例

(1) 小学校6年生「マット運動」の取り組みより

「マット運動」を学習するにあたって

児童にとった事前アンケートから分かったことは、マット運動は非日常的な動きが多いため、

普段の生活の中でも経験があまり多くないということである。それに伴って当然，逆さ感覚や回転感覚・腕支持や着地などの多様な運動感覚や動きを経験することもなく，意図的に学習していかなければこのような力はなかなか身につけていけない。また，児童一人一人の個人差も学年が上がるにつれて大きくなり，マット運動に対して意欲的に取り組む児童とそうでない児童が見られるようになってくる。そこで，今回の実践における大きなねらいを，次のように考えた。

人とかかわり合いを通してマット運動における個々の学びを確実にしていくこと（基本的な運動感覚や動きの経験の積み上げ）

マット運動にしっかり取り組み，マット運動の楽しさを味わわせながら，的確な判断力を養うこと（学習計画の工夫と場の設定）

「自分」を生かそうとすることで，より確かな学びにしていくこと（集団演技の取り組み）

以下，実際の授業について，具体的に紹介していきたい。

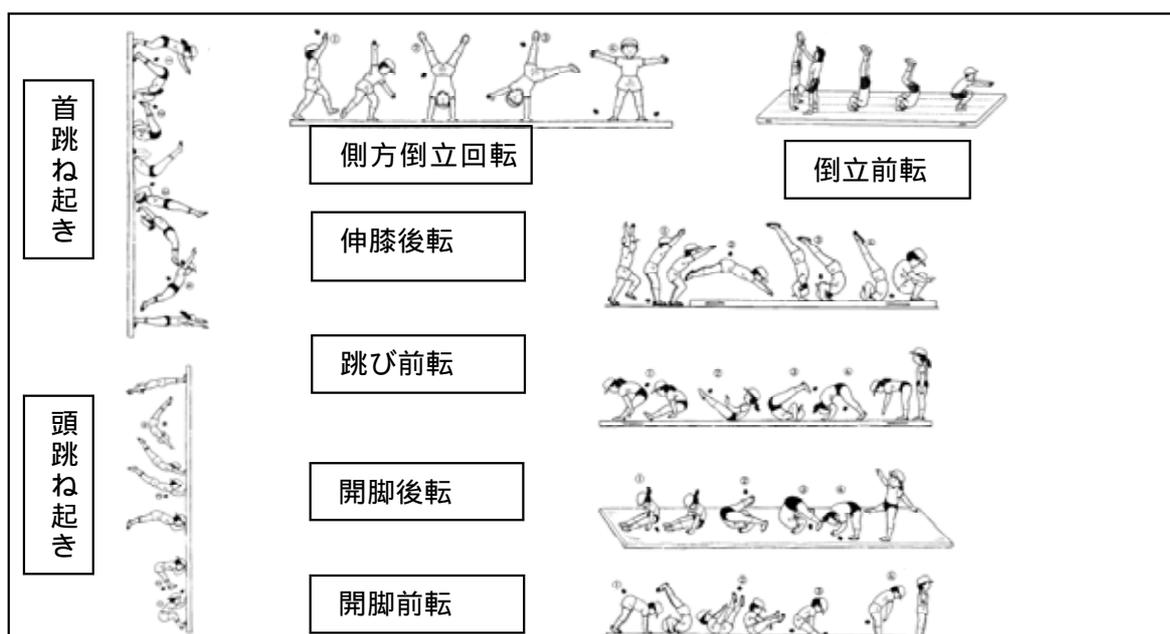
授業の実際

動作の習得について

6 学年の学習では，集団演技を中心に学習していくことをオリエンテーションで示し，グループでかかわり合うことを大切にしていこうとする意識をもたせていった。また，スムーズに学習が進められるよう，高校生の新体操の演技を事前に見る機会を設けた。その中で仲間と技を作り上げていくことのすばらしさや技を合わせることの美しさに着目させるようにしていった。そのことをもとに6～7人のグループを編成し，またその中でも2人～3人のグループで補助し合う，動きを見合うことができるように助言した。

また，準備運動の中にストレッチとして基本的な運動感覚を養う動きを取り入れたり，前転や後転，アンテナから開脚，開脚後転などを取り入れ，ポイントを明らかにしながらスキルアップの場としても活用することにした。そして1時間目のオリエンテーションと2時間目の時間に様々な技に挑戦できるような場づくりを考えていった。安全面を確保することから，新しい技については練習段階の技に挑戦するようにしていった。そのことが自分がさらに挑戦したい技を決めることにもつながっていった。しかし，後転が不完全であるにもかかわらず，難易度の高い技に挑戦しようとする児童も見られ，3時間目以降の学習のあり方を変えていった。

<オリエンテーション・2時間目の場の設定>



学習計画の工夫と場の設定

1	2	3	4	5	6	7	8
オリエンテーション ・学習の進め方を知る。 ・安全について約束やマナーを理解する。 ・いろいろな技を知り、今できる技を楽しむ。	体ほぐしをする。 ねらい 今できる技をより上手にしたりできそうな技に挑戦したりして楽しむ。 めあて 自分の今できる技をより上手にしたり組み合わせたりして楽しむ。 めあて 練習の仕方を工夫して、できそうな技に挑戦する。			体ほぐしをする。 ねらい グループの友達と動きを合わせながら集団マットに挑戦する。 めあて 練習の仕方を工夫して、自分の今できる技のできばえを高める。 めあて 友達と動きを合わせて集団マットに挑戦して楽しむ。			まとめ

2時間目に技に慣れるとともに、自分のできる技を生かしてスムーズな連続技に取り組むことを意識させていった。そして、3時間目から連続技を続けていくとともに、新しい技を絞り、ポイントを意識しながらできそうな場所を選び、取り組んでいくようにした。

3時間目は、跳び前転、4時間目は倒立前転を中心にスモールステップで活動できるような場づくりに努めた。

< 跳び前転 >
セーフティーマットの上で跳び前転
跳び箱の上から腕支持前転
ペアの友達を土台に跳び越し前転
跳び越し前転

< 倒立前転 >
手押し車で前転
かべ倒立から前転
セーフティーマットで倒立前転
補助倒立前転
倒立前転

このように新しい技を絞ることで、安全面に配慮することができるとともに、子どもにできるようになったという満足感を味わわせることができた。そして、それぞれの活動を通して、技のポイントを意識して取り組むことができた。また、難易度が上がるともう少し前の場で練習しようと自分で場を選び、自分なりに工夫しながら練習する姿も見られた。もう少しでできそうだという子どもも自分の課題を見つけ、次の活動のめあてを明確にもつことができた。

マット運動学習カード

種目		時間				名前 ()			
		1	2	3	4	時間	めあて	自己評価(◎・○・△)	今日のひと言
前転		◎	◎	◎		1 いろいろな技に 挑戦しよう!	楽しく活動できましたか。	◎	いろいろな技が できました! 他の技もしてみたい です!
開脚前転			○	◎	練習の仕方を工夫しましたか。		○		
跳び前転				○	挑戦した技ができましたか。		○		
後転		◎	◎	◎		2 連続技に 挑戦しよう! <small>飛び前転 の連続 練習要</small>	楽しく活動できましたか。	◎	上手にできました。 アドバイスをしても らい首はね跳びか? 練習でできました!
開脚後転					練習の仕方を工夫しましたか。		◎		
伸びつ後転					挑戦した技ができましたか。		○		
倒立回転						3 とび前転に 挑戦しよう!	楽しく活動できましたか。	◎	とび前転は友達と やるのができました。 それから連続技は もっとおしりにできるよ うになりたいです!
側方倒立回転					練習の仕方を工夫しましたか。		◎		
ロンダート					挑戦した技ができましたか。		○		
首はね跳び			○			4	楽しく活動できましたか。		
頭はね跳び					練習の仕方を工夫しましたか。				
ハングスプリング					挑戦した技ができましたか。				

◎うまくできた ○できた

集団マットの取り組み

< 集団マットを取り組むにあたって >

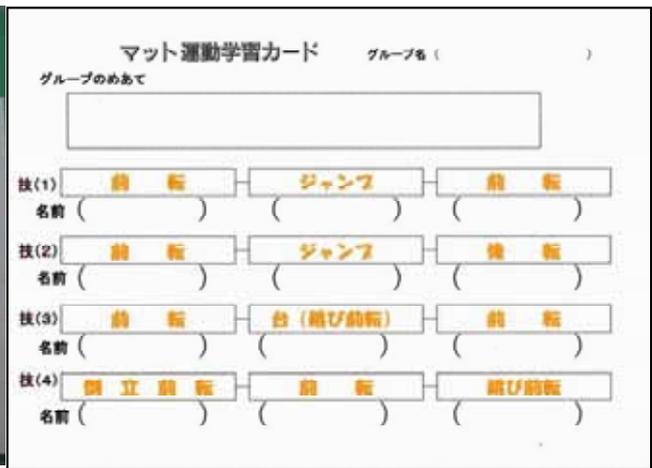
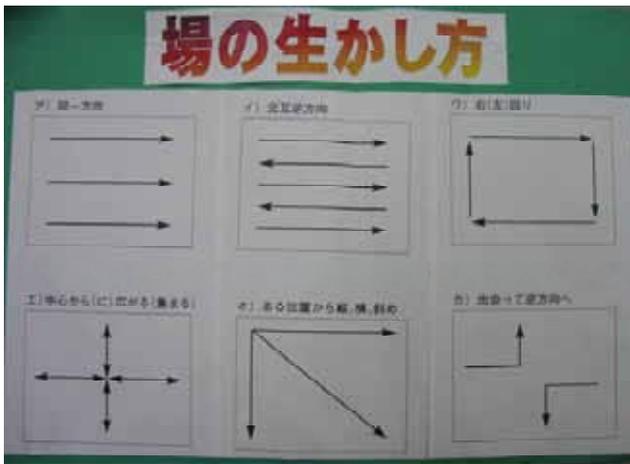
これまで子どもたちが経験してきたマット運動は、個人で取り組むものであった。しかし事前アンケートやこれまでの体育の取り組み方を見ていると、友達とかかわり合うことでより運動のもつ楽しさにふれることができると考え、集団演技に取り組むことにした。また、自分がこれまでに経験してきた技を生かすことのできる場でもある。一人ではできないことでも友達と技を合わせることで、よりきれいな技へ発展させることができるのである。また、友達と動きを合わせるということは、正しい動きを習得することが要求されてくる。そこで、自分の技をより正しくきれいにしていきたいという子どもの意欲が高まってくる。

< 活動の見通しを持たせる支援 >

マット運動での集団演技は、子どもたちにとって初めてなので、インターネットを活用し、小学生の取り組んだ集団マットの演技を紹介することで、具体的なイメージをもたせるようにしていった。また、集団マットの技の例示や場の生かし方の例を示すことで、見通しをもたせるようにもしていった。集団マットに入った1時間目、つまり5時間目の学習では、初めてにもかかわらず、手拍子を取りながら合図として動きを合わせる工夫や、できる技を確実に合わせていく工夫、場を上手に使って友達同士で同じ向きで動きをそろえたり交差したり、回転したりするなど様々な工夫が見られた。



< インターネットで技のポイント研究中 >



< 集団演技場の生かし方の例 >

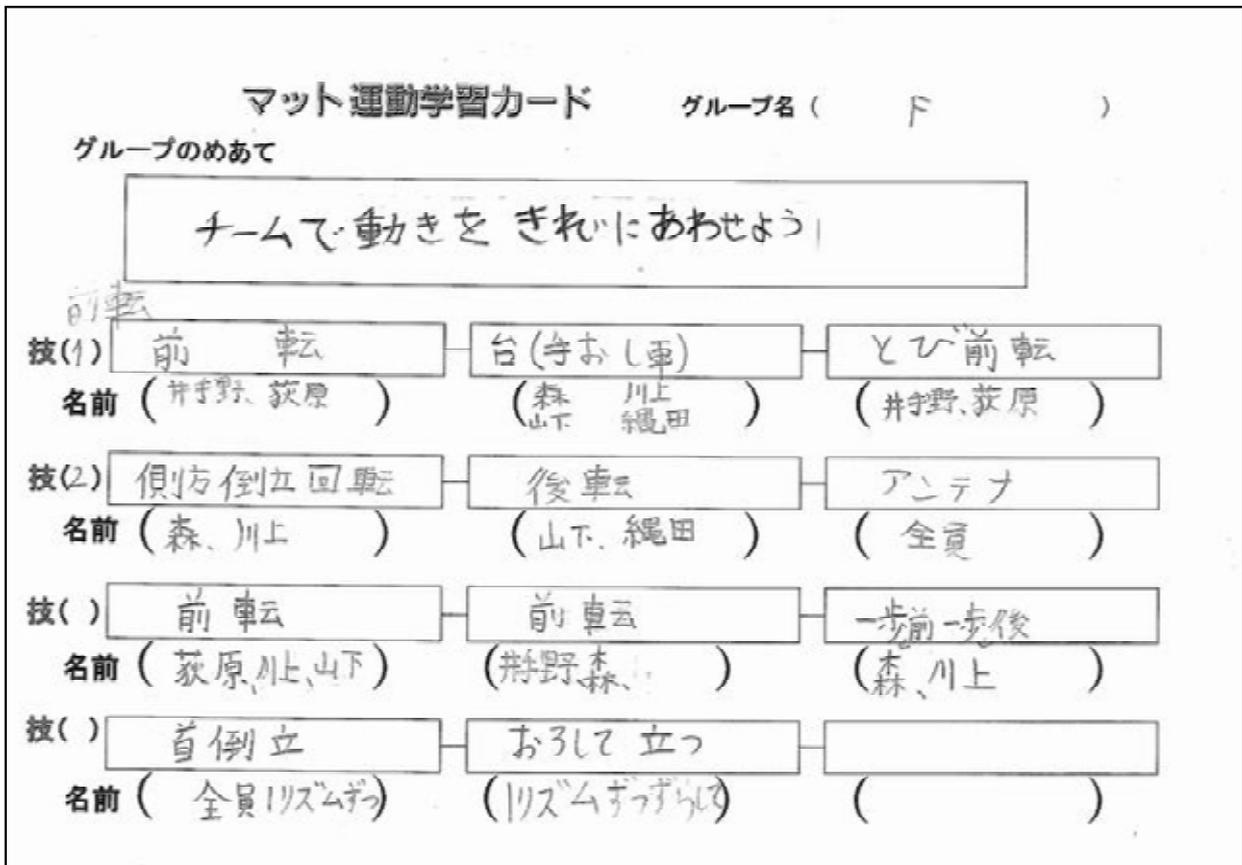
< マット運動集団演技例 >

< グループ内での関わり合い・グループ同士の関わり合い >

集団演技を構成するにあたり，子どもたちに3つの視点を提示した。

- ・ 技が正確にできているか
- ・ リズムよくできているか
- ・ 技の組み合わせを工夫しているか

この3つの視点をもたせることで，グループ内で話し合いをスムーズに進めることができた。また，技の組み合わせに対しては，工夫しているグループの動きを他のグループに紹介し，動きの参考にさせるように助言した。そして，技のバリエーションを増やしていくとともに，自分が今もっている技を十分発揮していくことが，「自分を生かす」ことになることを伝えていった。



(2) 小学校6年生体ほぐしの運動」の取り組みより

「体ほぐしの運動」に取り組むにあたって

体ほぐしの運動では、手軽な運動や律動的な運動を行うことで、体を動かす楽しさや心地よさを味わうことができる。そして、この体ほぐしの運動のねらいは運動を通して自分や仲間の体や心の状態に気づくことができること(体への気づき)、日常生活での身のこなしや体の調子を整えることができること(体の調整)、仲間と豊かにかかわることの楽しさを体験し、仲間のよさを認めることができる(仲間との交流)という3つである。

そこで、本単元では体ほぐしの運動で様々な運動に挑戦することで、これまで意識しなかった自分や仲間の体に対して気づくということを体験させたいと考えた。また、高学年ならではの固定化された人間関係も見られるので、様々な仲間とかかわる機会を設け、一緒に活動する中で仲間のよさにも気づかせていきたいと考えた。

授業の実際

かかわり合いについて

子どもたちは体ほぐしの運動は様々な運動における準備運動や易しい運動の段階で経験してきているものの、明確に体「ほぐしの運動」というものを意識してきていない。そこで、「体ほぐしの運動」を4時間で計画し、仲間と一緒に運動できて楽しい段階をじっくり経験することを大切に考えた。運動を通して自分や仲間の体や心の状態に気づくことができる(体への気づき)ようにするために、毎時間ペアでストレッチを取り入れることにした。落ち着いた雰囲気を作り、相手に言葉をかけながらストレッチすることにより、自分や相手の体がどのように変わっていったか把握できるようにしていった。また様々なペアをつくり、「ミラーリング」「ゴー・アンド・ストップ」「ブラインド・ウォーク」に取り組ませ、かわりの幅を広げていった。また、手つなぎ鬼をすることで、活動的な動きを体験させるとともに、クラス全員での円形コミュニケーションができるようにしていった。そして5・6人のグループで棒チェンジや風船バレーにチャレンジし、仲間意識をもちながらレベルアップした運動に取り組むことができた。



学習計画 全4時間

1	2	3 (本時)	4
オリエンテーション 体ほぐしのねらいを知る。 ・体への気づき・体の調整 ・仲間との交流 易しい運動をやる。やる。 気づいたことを出し合う。 ・ふれあいを中心に	仲間と一緒にいろいろな運動をやる。 ・活動的な運動 円形コミュニケーション ・ゆったりとした静かな運動 二人組でストレッチング, リラクゼーション ・グループで活動的な運動 気づいたことを出し合う。 ・体や気持ちの変化を中心に		工夫してやる。 ・これまでに経験した運動からやる。 ・もっと楽しくなる工夫をやる。 単元のまとめ

子どもたちは体ほぐしの運動を様々な運動における準備運動や易しい運動の段階で経験してきているものの、明確に意識してきていないので、仲間と一緒に運動できて楽しい段階をじっくり経験することを大切に考えた。そして、運動に徐々に慣れるとともに、少しずつ自分たちで活動を考えたり、応用させたりする楽しさが加わり、自分たちの生活に運動を取り入れることができるように考えた。また、体への気づき、体の調整、仲間との交流の3つのねらいが意識できるようストレッチを取り入れながら毎時間自分の取り組みや気持ちを振り返らせ、それを学習カードに書かせ、具体的な気づきができている子の考えを全員で共有させ、気づきを広げていくようにしていった。

体ほぐしの運動学習カード

名前 ()

時間	今日のもあて	自己評価(◎・○・△)		今日のひと言
1	体ほぐしの運動に挑戦する。	自分や友達の状態に気づくことができましたか。	○	手つなぎおにをやりました。おにがとても長くて、最後にはタリサされてしまったけど、みんなでいっしょにすることに意味があるのかなと思いました。
	身のこなしや体の調子を整えることができましたか。	○		
	仲間と楽しくかわり、仲間のよさに気づきましたか。	◎		
2	色々な人と楽しく仲良く活動する。	自分や友達の状態に気づくことができましたか。	○	「ぼう」を使った運動をやりました。ペアの人は大津帯でした。大津帯が上手だったのでぼうがとりやすかったです。いろいろな人と協力して活動できてよかったです。
	身のこなしや体の調子を整えることができましたか。	○		
	仲間と楽しくかわり、仲間のよさに気づきましたか。	◎		
3	友達と協力してすることは出来たので、体の状態に気づけるようにしたいです。	自分や友達の状態に気づくことができましたか。	◎	仲間と楽しくすることは出来ました。自分の体について少し分かりました。自分はいまややくをして左にたおす方が右の方にたおした時よりかたかったです。
	身のこなしや体の調子を整えることができましたか。	○		
	仲間と楽しくかわり、仲間のよさに気づきましたか。	◎		
4		自分や友達の状態に気づくことができましたか。		
		身のこなしや体の調子を整えることができましたか。		
		仲間と楽しくかわり、仲間のよさに気づきましたか。		

3 成果と課題

体育の授業で、基本的な運動感覚や動きの経験をしっかりさせる多様な場を設定し、繰り返し練習することで、わかった、できたという満足感を味わわせることができた。それに伴い、児童一人一人が、自分の力に合った運動や技に挑戦しようという姿勢が見られるようになった。

集団演技や体ほぐしの運動など仲間との交流が図れる運動場面を設定することで、児童の意欲はさらに高まりを見せ、休憩時間や放課後を活用し、自主的に練習に取り組む児童が増えてきた。

また、演技や技の構成を考えることに対して意欲をもち、自分たちのグループならではの演技や技を作ろうと一生懸命取り組む姿が見られた。自分の力に合った技を入れ、自分や仲間のよさを生かしながら活動する楽しさを見出すこともできた。

集団で取り組むことにより、お互いの技や動きをじっくり観察し、「こんな技をしてみたい」「より正しくきれいな技にしたい」という気持ちが見えてきた。インターネットを使って自分が挑戦する技に対する見通しをもたせたり、完成させたい技のポイントを明らかにしたりすることで、自分ができる技を増やすことができた。また、スポレコを活用し、友達の良い動きをイメージ化したり、自分の動きはどうなっているのか客観的に分析したりすることができるようになった。



<場をうまく活用して・・・みんなで回ろう>

多様な動きを身につけることを意識して単元を構成していったが、一人一人の技を高める手立てをさらに考えていく必要がある。

映像をもとにしてイメージを作るようにしていったが、それぞれの運動において言葉によるイメージ化が図れるような手立てを今後も考えていきたい。

学年の発達段階を考慮し、系統立てた年間指導計画や評価規準を明確にしていく必要がある。

(参考文献)

藤崎 敬，萱野政徳編，小学校体育見通しがもてる全単元・全時間の授業の全て，東洋館出版社
杉山重利他新学習指導要領による小学校体育の授業第6学年，大修館書店
学校体育実技指導資料第7集 体づくり運動 - 授業の考え方と進め方 - ，文部科学省