

「課題解決に向け、『主体的・対話的で深い学び』を実現するための学習過程と評価の工夫～運動する楽しさを味わい、学習と生活をつなげる学びになるように～」

横須賀市立浦賀小学校 総括教諭 小菅 大作

1. はじめに

本学級の児童は、教師の話をよく聞き、前向きに学習に取り組む児童が多い。体育の学習においても、めあての達成や課題の解決に向けて意欲的に学習に取り組む姿が多く見られる。また、比較的運動やスポーツが好きで、その大切さも理解している。

その一方で、体づくり運動の学習経験が十分ではないという実態もある。事前のアンケートでは、5年生までに行った体づくり運動に対して、「準備運動」や「ウォーミングアップ」といった印象を持っていることが分かった。また、学校を休みがちな児童がいたことや、昨年度から体育を見学しがちな児童がいるという実態がある。また、体力テストの結果からも、様々な種目で全国の平均値に届いていない。これらの原因には、体づくり運動を行う意味や体育学習の楽しさを十分に味わえていないということや日常生活の中で意識的に体を動かす機会が少ないことが考えられる。そこで、体づくり運動の楽しさを存分に味わってもらうために上記のような研究テーマを設定した。

2. 研究の概要やねらい

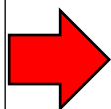
本研究では、体づくり運動の体の動きを高める運動を通し、以下のねらいを設定した。

①運動の楽しさや喜びを感じられるようにすること。

②日常生活の中でも運動意識を持たせること。

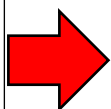
この2つのねらいを達成するために体の動きを高める運動の特性が効果的だと考えられる。

①運動の楽しさや喜びを感じられるようにする。



- ・勝敗がないこと。
- ・運動の難易度を調整できること。
- ・自分の体力に合わせて運動の工夫ができること。

②日常生活の中でも運動意識を持つ。



- ・学習したことを生活の中で結びつけやすいこと。
- ・取り組む際の負担感が少ないこと。

運動が苦手な児童も、体の動きを高める運動においては、できる・できないを気にすることなく、取り組むことができると思われる。その要因としては、学習指導要領解説編において唯一、技能ではなく、運動と表記されているように、他領域と違い、明確にできる・できないをつきつけられることが少ないからだと考えられる。

また、生活の中でも運動意識を持ちやすい学習であると考えられる。例えば、「体の柔らかさを高めるための運動」は、体の各部位の可動域を広げることを目的として行うが、テレビを見ながらストレッチをするなど、ちょっとした意識で取り組めることから負担感は少ないと思われる。

学習を通して児童が少しでも自分の体の動きを高めることへの関心を高められれば幸いである。

3. 研究について

授業について

日 時 令和6年(2024年)6月7日(金)～7月2日(火)
場 所 横須賀市立浦賀小学校 体育館
児 童 第6学年1組 35名(男子18名 女子17名) 支援級児童4名
単元名 みんなで体の動きをUP!～Enjoy My Life～【A体づくり運動 イ体の動きを高める運動】

単元目標

【知識及び技能】

体づくり運動の行い方を理解し、体を動かす心地よさを味わったり、体の動きを高めることができるようにする。

【思考力、判断力、表現力等】

自己の体の状態や体力に応じて、運動の行い方を工夫するとともに、自己や仲間の考えたことを他者に伝えることができるようにする。

【学びに向かう力、人間性等】

運動に積極的に取り組み、約束を守り助け合って運動したり、仲間の考えや取り組みを認めたり、場や用具の安全に気を配ったりすることができるようにする。

単元の指導内容

【知識及び技能】

- ①体づくり運動の行い方について言ったり書いたりすること。
- ②自己のねらいに応じて、体の柔らかさ、巧みな動き、力強い動き、動きを持続する能力を高めるための運動ができること。

【思考力、判断力、表現力等】

- ①自己の体の状態や体力に応じて運動を選ぶこと。
- ②運動の工夫について、自己や仲間の考えたことを伝えること。

【学びに向かう力、人間性等】

- ①体の動きを高める運動に積極的に取り組むこと。
- ②運動の行い方について仲間の気付きや考え、取り組みのよさを認めること。
- ③運動の場の危険物を取り除くとともに、用具の使い方や周囲の安全に気を配ること。

研究題目やブロックテーマ及び単元目標達成のための手立て

	内容及び観点	手立て
1	児童が知識・技能を高めるために(運動の特性を味わうために)【知・技】	ⅡⅢ
2	児童が体力面の課題を解決するために【知・技】	ⅠⅢ
3	自分の体力や体の状況に応じた運動を選ぶために【思・判・表】	ⅠⅢ
4	運動の行い方を工夫するために【思・判・表】	ⅠⅢⅣ
5	児童が見通しをもって主体的に学習に取り組むために【態度】	ⅠⅢⅤ

手立てⅠ…単元計画 手立てⅡ…学習資料 手立てⅢ…掲示物

手立てⅣ…体育のノート 手立てⅤ…学習教材

児童が学習の見通しを持つことができるようにする

児童が学習の見通しをもつことができるようにするために、資料を提示しながら説明をした。主な内容としては、「体力の必要性」「体力について」「体の動きを高める動きについて」「学習と生活をつなげる」である。特に、「学習と生活をつなげる」ことを伝えたことで、学習のゴールが明確になり、意欲的に取り組むきっかけになったと感じる。

また、体力テストの結果をもとに、自分の体力の現状を分析し、高めたい力の目標を立てる活動を行った。右図の通り、「体の柔らかさ」と「体の巧みさ」を高めたい児童が多かった。これは社会体育に所属している児童が自身が行っているスポーツに生かすために選んだ傾向があると思われる。

新体力テスト (6-1)	握力	上体起こし	長座体前屈	反復横跳び	20mシャトルラン	50m走	立ち幅跳び	ソフトボール投げ
平均値 (男)	17.5	23.1	36.4	42.3	57.2	9.0	150.8	23.7
全国平均値 (男)	20	22	36	46	61	8.8	166	25
平均値 (女)	18.8	19.8	41.2	39.2	39.5	9.1	149.3	13.3
全国平均値 (女)	20	20	41	43	48	9.2	156	16

図1 クラスの体力テスト結果

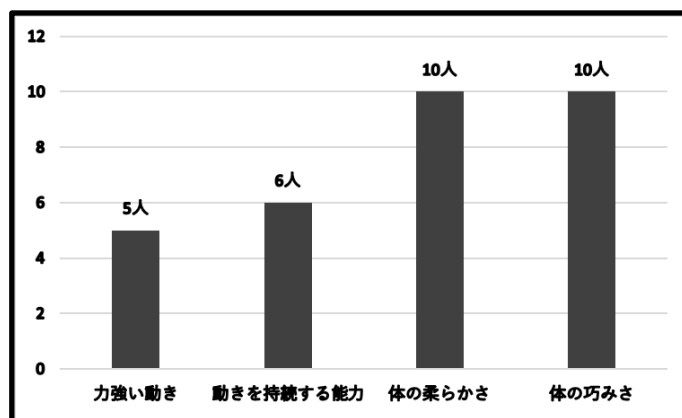


図2 体力テストの結果から高めたい力を選んだ結果

運動のポイントを共有し理解をする

体の動きを高める運動に関しては、技能ではなく、運動の位置づけとなっているため、指導要領解説の例示の中でも、細かく技能の掲載はされていない。しかし、児童の学習経験が乏しかったことと、運動のポイントをおさえ、丁寧に運動に取り組むことができるようにすることで、動きの高まりをねらいたいと考えた。そこで、運動のポイントを共有し、理解できるよう学習活動を取り

○体の使い方

- ・手首を素早く返す
- ・素早い体重移動
- ・手を広げて上げたり下げたりしてバランスをとる

○よく見る

○リズムよく動く

図3 体の巧みさを高める動きのポイントの共有内容

学習と生活をつなげ、運動に関心をもつ

それぞれ4つの力を高める学習の内容をもとに普段の生活を意識した振り返りを行った。生活を意識した振り返りとは、例えば、体の柔らかさを高めるためには、普段の生活でどのような動きを意識すればよいか考える振り返りである。この振り返りでは、「腕立てを何回行うようにする。」や「ランニングを何分行うようにする。」など、普段の生活にプラスして行うものは奨励しなかった。理由としては、その取り組みはあまり長続きしない可能性が高いからだ。普段行っている動きを運動と捉えたり意識したりすることで、無理なく続けていけると考えた。

また、単元終了時には、図4の学習カードを配付し、自分が高めたい動きを選び、一週間取り組んだ。

みんなで体の動きを
～Enjoy My Life～

児童A

生活の中で、自分に合った動きを
運動や動き
家でボールや人形を投げて色々な
キャッチの仕方や投げ方をする。

(イラストもしくは写真、空想やできずも構わないでよい。)

1/2	2/3	3/4	4/5	5/6	6/7	7/8
○	○	○	○	○	○	○

感想
成功は少なかったけど、高まっている気がしたので、よかったです。

(このカードを1週間、毎日練習する。)

図4 児童Aの学習終了後に取り組んだ運動内容

4. 研究の成果と課題

授業後に児童が体育ノートに記入した振り返りやアンケートの結果から成果について考察する。図5では、運動のポイントを共有したことによる児童の振り返りである。掲載している児童の振り返りは一部ではあるが、多くの児童が同じような振り返りを行っており、運動のポイントを共有したことで児童が運動の質の高まりを実感することができた。

図6、7では、単元終了してから3か月後にとったアンケートである。自分なりに運動に取り組み続けていた児童が8割いることが分かった。運動に取り組んだ理由として、「簡単な動きで高められるので、せっかくならやろうと思いました。」「体を動かすと楽しくなるからです。」「毎日を気持ちよく過ごせるからです。」などが挙げられた。

また、今後も体の動きを高めていきたいかという質問に対しては、全ての児童が肯定的に答えている。理由としては、「体の健康状態を維持できるし、楽しいからです。」「睡眠改善ができそうだからです。」「授業で習ったから少しでも高めたいです。」などが挙げられた。

これらのアンケート結果から、学習と生活をつなげる手立てによって児童の運動意識を高めることができたといえるだろう。

○今まで苦手だったこと（ボールをよく見る、物を操る）の苦手意識がなくなった。
○運動の行い方を知って体をより伸ばすことができるようになった。
○巧みな動きを高める運動で、授業をやる前より、「手首を返す」「リズムよく」「よく見る」などの力を少し身につけられたと思います。

図5 児童の振り返り内容（抜粋）

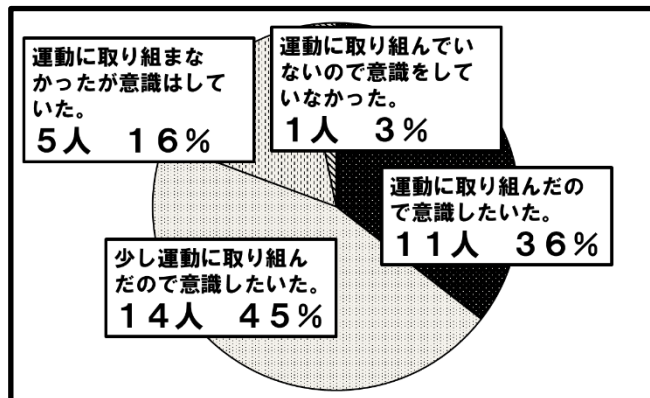


図6 単元終了後の運動の意識調査①
「学習終了後、体の動きを高める意識があったか」

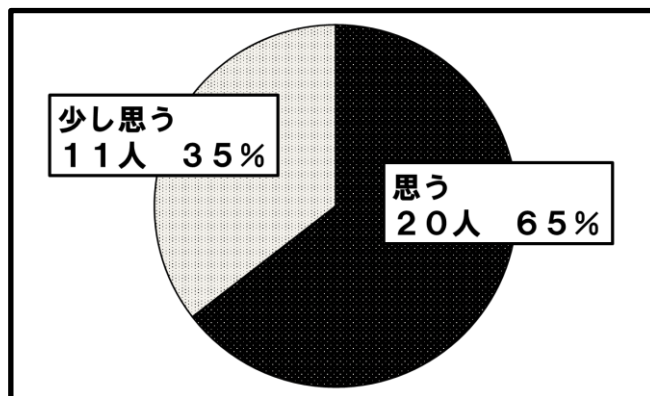


図7 単元終了後の運動の意識調査②
「これからも体の動きを高めていきたいか」

5. 引用・参考文献

- ・文部科学省『小学校学習指導要領（平成29年告示）解説 体育編』東洋館出版社 平成30年2月
- ・国立教育政策研究所教育課程研究センター『「指導と評価の一体化」のための学習評価に関する参考資料』東洋館出版社 令和3年8月
- ・岡出美則・友添秀則・岩田靖 編著『体育科教育学入門[三訂版]』大修館書店 2021年5月
- ・高橋健夫・小林治夫・松本格之祐・長谷川聖修 編著『新しい体づくり運動の授業づくり』大修館書店 2009年10月
- ・白幡和也 著『小学校体育これだけは知っておきたい体づくり運動の基本』東洋館出版社 2014年7月
- ・スポーツ庁『小学校体育（運動領域）の指導の手引』
- ・編集代表 岡出美則『みんなの体育』学研教育みらい