

仲間と関わり、自己の課題に合った動きを工夫することで、 誰もが楽しんで動きを高める学習

～6年「体づくり運動～『凌駕工場』をつくろう!」の実践を通して～

高橋 明子

I はじめに

体育科では、次期学習指導要領において、豊かなスポーツライフが実現することを重視し指導の改善を図ることが示された。生涯にわたって運動に親しむためには、全ての児童が、楽しく、安心して運動に取り組み、「楽しかった。もっとやってみたい。もっとできるようになりたい。」という思いをもてることが重要である。そのためには、児童が運動を「する」だけでなく、「みる・支える・知る」等の多様な関わり方をすることで、運動の多様な楽しさや喜びを味わうことができるようにすることと、自己の心身の健康には運動が密接に関わっていることを実感し、運動に価値を見いだすことの2つの側面から授業改善を図る必要があると考えた。そこで、体育科では3年次のテーマを「運動と多様に関わる体育科の学習」とした。全ての児童が運動との多様な関わりを通して、課題解決の過程を充実させ、運動の多様な楽しさや喜びを実感し、より運動に親しんでいけるような学習を目指した。



「工場」で動きを高めようとする児童

II 研究の目的と方法

本研究では、全ての児童が運動との多様な関わりを通して、課題解決の過程を充実させ、運動の多様な楽しさや喜びを実感し、より運動に親しんでいけるような学習を実現させるために効果的な手立てを明らかにする。そのために、以下の2つの視点から、授業や児童の様子、事後アンケートの結果について分析する。

- ① 健康と運動の関わりを実感できる保健領域との関連
- ② 運動と多様に関わる「他者との関わり」

なお、研究の対象とした単元の概要は以下のとおりである。

1 単元名 「体づくり運動～『凌駕工場』をつくろう!」

2 単元の目標

動いて感じたことを友達と共有し合い、自己の課題に合った運動を工夫し、体の動きを高めることができる。

3 単元の概要

本単元は、「A 体づくり運動 イ 体の動きを高める運動」に分類される単元である。体力の必要性や体の動きを高めるための運動の行い方を理解するとともに、自己の課題を踏まえ、体力を向上させることをねらいとしている。本単元は、児童がやってみたいと感じている「体の柔らかさを高めるための運動」と「動きを持続する能力を高める運動」「巧みな動きを高めるための運動」の3つの動きを中心に単元構成をした。また、単元後半ではグループでのワークショップ形式である「凌駕工場」の活動を取り入れた。「みること」を通して互いにアドバイスをし合い、多様な視点をもって運動することで、単に動きを繰り返すのではなく、動きのポイントを意識しながら意欲的に動きを高めていけると考えた。工場を運営し、運動を「支える」ことで、「友達が運動を楽しむためにどのような工夫が必要だろう」という視点を持ち、多様な運動の楽しさを感じられるようにした。さらに、保健領域との関連も図り、自己の生活習慣や運動して感じた心の動きを振り返ることで、運動と健康の関連を理解できるようにした。

1 健康と運動の関わりを実感できる保健領域との関連

(1) 結果

本単元では5年生で学習した「心の健康」、6年生で学習した「病気の予防」との関連を図るため、運動をして感じたことや、その日の睡眠の状態、食事の採り方等を毎時間振り返ることで、健康と運動との関連を実感できるようにした。

単元終了後のアンケートの結果から、生活習慣を振り返って、「睡眠時間によって1日の気分が左右されると感じた」と回答した児童が28%（10名）おり、生活習慣と気分が関連していると感じていることが分かった。

また、「運動は将来とても役立つと思う」と感じている児童が92%（33名）おり、単元開始前のアンケート（83%）よりも増加していることが分かった。その理由として「健康のため」「抵抗力を高めるため」と回答した児童が58%（21名）おり、こちらも単元開始時のアンケート（22%）より増加した。

【生活習慣を振り返って感じたこと】 <ul style="list-style-type: none">・寝る時刻が遅い…42%（15名）・睡眠時間によって気分が変わる…28%（10名）・自分の生活はよいということが分かった…19%（7名） 【運動は将来役立つと思う】 <ul style="list-style-type: none">○とても思う…83%→92%・理由 健康のため…22%→58%

資料1 単元終了後のアンケート（抜粋）

(2) 考察

生活習慣を毎時間振り返ることは、自己の生活に目を向けることに有効であった。生活習慣が気分や体調に影響していると実感することで、生活の仕方を改善していこうという意欲につながったと考えられる（資料2）。また、保健の学習を踏まえ自己の生活を見つめることで、健康な生活には運動が大切であることを意識することができたと考えられる。

しかし、「運動した結果が自身の健康面へプラスに働いたということに気付く」という点では課題が見られた。運動によって自己の生活が変化し、より健康な生活につながるという実感をもてるような手立てが必要であると考えられる。

たまにおそくねていたりしていた。早ね早おきをするには自分の休かスッキリするから、毎日同じ生活を心がけたいと思った。	起きた時間や寝た時間や朝ごはんなどのいままであまり気にしていなかったことがこのノートでわかりかえって改めて生活習慣に気をつけることができた。
---	--

資料2 児童のアンケート記述

2 運動と多様に関わる「他者との関わり」

(1) 結果

本単元ではまず「みる」関わりを意識し、教え合いをした。その際、動きのポイントを意識したアドバイスができるよう、それまでの学習で友達の動きを見て気付いたポイントを掲示し、動いて感じたことや気付いたことを蓄積し、動きの工夫に生かせるようにした。

アンケートから、「凌駕工場」での学習は「とても楽しかった」と回答した児童が

エビフライ工場では、自分達と同じ、じゃうなん性をつくる工場だ。たけど、自分達とは、また違う、運動で、じゃうなん性をつくらせていて、楽しかったです。やはり、 ① 道具 有 と道具 無 では違うんだと気付きました。
--

資料3 児童の振り返り

94% (34名) おり、理由として、「動きが高まったと感じたから」「他の工場でいろいろな動きを知ることができたから」ということが多く挙げられた。さらに動きのポイントを意識して「みる」ことにより、同じ目的であっても、多様な動きの高め方があることに気付き、動きの工夫を増やしていく様子が見られた(資料3)。

さらに、単元終末では「支える」関わりを重視し、「凌駕工場」の運営をした。工場を運営し、運動を「支える」ことで、「友達が運動を楽しむためにどのような工夫が必要だろう」という視点を持ち、多様な運動の楽しさを感じられるようにした。単元導入時には、「工場ではどのようなことをするのか想像ができない」と感じていた児童も多かったが、単元が進むにつれて、工場の運営を楽しむ様子が見られた(写真1)。アンケートから、「工場を運営してとても楽しかった」と回答した児童が78% (28名) おり、理由は、「来てくれたお客さんが運動を楽しんでくれたから」が82% (23名) と最も多かった。また、「まあまあ楽しかった」と回答した児童が22% (8名) おり、理由として、「説明が上手にできなかったから」「人があまり来なかったから」「もっと楽しませることができると感じたから」ということが挙げられた。

(2) 考察

他者と共に運動と多様に関わることは、運動の多様な楽しさを実感することに有効だったと考える。

まず、「みる」ことにおいて、視点をもって教え合うことで、動きのポイントを意識しながら運動ができるようになり、動きの高まりを実感できることにつながったと考える。

また、他の工場での動きを「みる」ことで同じ目的であっても多様な動きがあることに気付き、多様な工夫ができたと考える。工夫が多くあることで、持久力を高めるような運動であっても、「辛いと思っていたが、楽しく運動ができる。」ことに気付き、運動の楽しさを実感できたと考える(資料5)。

また、「支える」ことにおいて、工場を運営することで、他者の運動に関わることのよさや楽しさを実感できたと考える。他者が楽しんでくれるためにどのような工夫が必要かを考え、工場の運営方法を考えたり、場を設定したりすることで、自分が運動を「する」だけではない、多様な運動の楽しさを実感できたと考える。さらに、友達が楽しんでくれた姿を見て、更なる運動への意欲をもつことにつながったと考える。

より「支える」楽しさを感じられるようにするには、動きのポイントを意識した運動の工夫が重要である。また、話し方や運営の方法等については、体育の学習だけではなく、他の教科との関連を図る必要もあると考える。運動する時間と運動していない時間の配分も考える必要があると考える。

【工場を運営することは楽しかった】

○とても楽しかった…78% (28名)

理由

- ・お客さんが楽しんでくれたから…82% (22名)

- ・上手に運営できたから…17% (6名)

○まあまあ楽しかった…22% (8名)

- ・説明が上手にできない…11% (4名)

資料4 単元終了後のアンケート(抜粋)



写真1 工場の説明をする様子

私は、工場運営の他にも、ハッピーハードワークとエビフライ工場に行きました。ハッピーハードワークでは、持久力だったので、キツが、たけど楽しくできる工夫があつて良か、たと思います。例

資料5 児童の振り返り

IV まとめ

本実践では、仲間と関わりながら自己の課題に合った動きを工夫し、楽しんで動きを高めることができる学習を目指して、「健康と運動の関わりを実感できる保健領域との関連」「運動と多様に関わる『他者との関わり』」の2点の手立ての効果を検証した。以下に成果と課題を挙げる。

1 成果

- 生活習慣を毎時間振り返ることで、自己の生活に目を向け、よくない点は改善していこうという意欲をもつことができた。また、単元構成を工夫することで、保健の学習を意識して運動することができた。
- 運動のポイントを理解し、「みる」関わりを意識し教え合うことで、動きの高まりを実感したり、多様な動きの工夫を考えたりすることができた。
- 「支える」関わりを重視し、工場を運営することで、他者の運動に関わり、喜んでもらうことよさや楽しさを実感し、「する」だけではない運動の楽しさを実感することができた。



写真2 工場で運動をする様子

2 課題

- 自己の健康のために運動が重要で、運動したことによって健康になったと実感できるような手立てが必要である。
- 「支える」関わりを重視し、他者の運動に関わることは、多様な運動の楽しさを実感するために有効だったが、より「支える」楽しさを実感できるよう、全員がそれぞれの運動がもつ楽しさを理解し、運動を工夫していけるようにする必要がある。また、他教科との関連を図る必要もある。

V 参考文献

- 小学校学習指導要領解説 体育編 文部科学省 平成20年8月
- 小学校学習指導要領解説 体育編 文部科学省 平成29年6月
- 体育科教育「体づくり運動の未来図を描く」 大修館書店 平成29年10月
- 体育科教育「主体的・対話的で深い学びを体育でどう実現するか」
大修館書店 平成29年4月
- 体育科教育「体育・保健の『見方・考え方』」 大修館書店 平成29年10月
- 小学校新指導要領ポイント総整理 体育 岡出美則 植田誠治 東洋館出版

- 体づくり運動の授業づくり
細江文利 鈴木直樹 成家篤史 教育出版 平成13年4月

体育科部会

司会者	中山 敬史	(旭川市立永山西小学校教諭)
助言者	中嶋 由佳	(上川教育局義務教育指導班指導主事)
	小出 高義	(北海道教育大学旭川校准教授)

I 授業の部会から ※主なものを抜粋

運動との多様な関わりについて

- 「支えている」状態というのは、今までは「友達を応援する、励ます」といったイメージだったが、授業を見て、「友達が運動を楽しんでくれるように運動を工夫する」といったことも「支える」という状態なのだと感じた。
- 今までは「自分のために運動の課題を見付け解決していく」ということがほとんどの授業だったが、今回は「誰かのために運動を工夫していく」という授業で、次期学習指導要領に向けての授業を見せてもらったと感じた。一番お客さんが来ていたグループは運動の楽しさを見付けたグループなのだと思う。「支える」というには、そのような面もあるのだと感じた。



「凌駕工場」について

- 次期学習指導要領では、運動して感じたことを言葉で伝えるということが大切にされている。今回の学習は相手に言葉で伝えるということを重要視していると感じた。その際 iPad を活用することは大切だと思う。今回は iPad を活用して原稿を準備し、場や運動のポイントを説明していることがよかった。子供たちがお客さんに運動を楽しんでもらうために、言葉で伝えようとしていることがよく分かった。
- 工場の改善点を話し合う時間があることがよかった。指導案を見た時は、短い時間で何ができるのだろうと疑問に感じていたが、児童の話合いの様子を見てみると、「ここが上手くいっているから続けよう。」「あまりお客さんが来ていないから、たくさん人が来ている工場を真似をして、説明を明るくしたり、短くしたりしよう。」のように、次の運営に生かすことができるような話合いをしていた。普段の学習の積み重ねを感じ、この時間は有効であったと感じた。

課題設定について

- 課題が「場を選んで動きを高めよう」となっていたが、実際の学習は「お客さんが運動を楽しんでくれるように運動を工夫する」といった面が多く、ずれがあったように感じた。多様な工夫があることで、運動に没頭し、楽しんでいる様子が多く見られたので、今回の課題は「運動を工夫する」といった面に特化してもよかったのではないかと感じた。

「運動を創造する」ということについて

- 「運動を創造する」ということは、いくつかの面が考えられる。まずは、自分のできないことからどのように運動するかということ。また、どこにでもあるような道具から、運動を発想するという。また、練習方法を自ら考えるということが考えられる。今回のように教師が用具を準備することも必要だが、道具がないと何もできなくなってしまうので、いつでもどこでもできることを考えられるようにすることも必要だと思う。

II 助言者からの講評 ※要点のみ

(1) 中嶋 由佳 指導主事から

授業を参観して、子供たちの思いや願いから出る必要感を基に、単元を構成することが重要だと感じた。それがあからこそ、子供たちは見通しをもって授業を進めることができる。主体的な学びには単元レベルで授業を構成していくことは重要である。また、オノマトペやイラストを用いて、感じたことを言語化することはよいと感じた。これからは運動をして感じたことや、運動のこつをいかに言語化して相手に伝えるかということが重要になってくる。「ポイントに気を付けたから、運動ができるようになった。」という子供たちをこれからも育ててほしい。しかし、子供たちが「動きの工夫」をどれだけ意識することができていたかということは課題だと感じた。今回の目標だとすると、ただ場所を選んで運動するだけでなく、その場でどのような運動のこつがあるか意識して工夫して運動するという姿がもっと見えるべきだったと感じた。運営側も、お客さんの課題をどれだけ意識して、動きのポイントを踏まえたアドバイスができていたかという点も今後検証が必要であると感じた。

これからの体育科教育は、「豊かなスポーツライフを実現するための資質・能力」を養うことが求められる。個人に合ったスポーツの楽しみ方ができるようにすることが大切である。そのためには、まず健康との関連を意識した単元の指導計画が重要である。どの時期にどのような運動や保健領域を学習するのか、時数は妥当か、活用できる人材はあるか等を考えていってほしい。また、北海道の子供は、運動の重要性は頭では分かっているが、行動に移すことができていないという課題がある。ぜひ、「なぜ体力を高めることが重要か」ということを大人が理解させ、運動をできるようにしていってほしい。また、主体的・対話的で深い学びを実現するために、大きな単元のまとまりで授業を構成し、最終的な目標につながるよう授業づくりをしていってほしい。

(2) 小出 高義 准教授から

体づくり運動には重要なことがいくつかある。まずはいかに活動の場を準備するかということである。活動前に意欲を高め心の準備をしたり、今その場で何をすればよいのか明確に分かるようにしたりすることが大切である。次に、トレーニング効果を求めるだけでなく、運動をクリエイティブにしていくことも重要である。トレーニングの効果ばかり求めていくと、運動が辛く楽しくないものになってしまう可能性がある。そこで、子供たちが運動を工夫し、楽しいと思えるものにしていく必要がある。子供たちの発想を認めていくと、クリエイティブな運動になっていく。今回は自分たちの考えた運動に子供たちが没頭していく姿が多く見られてよかった。

子供たちにとって、「体力が必要だ」と実感することはなかなか難しい。社会が変われば運動の必要性は変わってくると思う。そこで、保健領域をどのような場面でどのように学習するかということが重要になってくる。

「豊かなスポーツライフ」を実現するという事は、生涯を通して、人との関わりをもちながら、スポーツに取り組むということである。そこで、スポーツをプレーするという事はもちろんだが、スポーツを観戦したり、スポーツチームを応援したり、誰かのスポーツにアドバイスをしたりしていくということも、今後は大切になってくるのだと思う。するだけではなく、誰かのために力を発揮することで、「運動っていいよね」という子供を育てていってほしい。

