

## 深い学びのある体育科の授業作り

—自らを高める喜び、かかわり合う喜びを通して—

横浜国立大学教育人間科学部小学校課程(国語) H29年3月卒

逗子市立沼間小学校 教諭 酒井 慎太郎



### 1 研究の経緯

新学習指導要領では、単に知識・技能を身につけるだけではなく、それらを活用し、様々な課題解決に役立たせるための「資質・能力」の育成を図るため、「主体的・対話的で深い学び」の必要性があげられている。体育科においては、生涯スポーツの実現や共生（インクルージョン）の視点も同様に重要である。

それらを受け、本研究では体育の授業づくりをすすめる中で「主体的・対話的で深い学び」が、資質・能力の向上に資するのかを検討していく。

体育科の授業における「深い学び」について検討した結果、「その運動にしかない面白さ（機能的特性）」に没頭させることを深い学びとして研究を進めることにした。例えば走・跳の運動遊びの領域では、「仲間と競う楽しさ」や「調子よく走ったり跳んだりする心地よさを味わう」ことが運動の特性として挙げられる。児童の見せる「活動に没頭し、運動の特性を味わう姿」を深い学びの姿の一つと捉え、それを実現するために、主体的・対話的な学びを何度も繰り返すことが重要であると考えた。

### 2 研究内容

本研究は第2学年の走・跳の運動遊び領域で実践を行うこととした。昨年度、第1学年を担当した際は、自分たちで用具を並べ、走ったり跳んだりするコースづくりを行った。7人グループをつくり、自分たちで話し合いながらコースを作成することで、対話的な学びになることを願ったが、人数が多く、話し合いに参加することができない児童がいるという課題が残った。

また、グラウンドで行ったため、大きく前へ跳んだり、高い場所から跳んだりするということはできず、児童の跳ぶ動きでは、片足で跳ぶことができない児童や、両足で踏み切ることの難しい児童が複数みられた。しかし、児童の振

り返りからは「たくさん走ったりジャンプしたりして面白かった」という前向きな感想が多く出た。そこで本研究では、対話の人数や、関係のデザインを工夫することでこれらの課題の解決を目指す。

本単元では、調子よく走ったり跳んだりする心地よさを味わうことをねらいとした。運動に没頭させるためには、その子どもたちに応じたモノやルールの工夫、関係のデザインが必要不可欠である。特に低学年の児童は、目標（めあて）にそぐわない遊びを考え出すことが多くある。その際は必ずめあてにターンバックすることで、授業を進めていった。

昨年度の課題を踏まえ、場所をグラウンドから体育館に移した。したがってマットや跳び箱など、用具の種類を増やすことができ、マットを使用することで高い場所から跳んだり、思い切り跳んだりすることができるようになった。片足と両足どちらでも踏み切ることのできるように、予め片足で跳ぶ「遠くまでコース」と両足で細かく跳ぶ「ぴよんぴよんコース」を指定してコースづくりをすることにした。また、人数については、7人グループの中でコースを分けることで、対話をするグループを3～4人と少なくしている。

コースづくりをするには体育館は限られたスペースしかない。そのため「高く」跳ぶコースはステージ前に共通の遊びを用意し、高いところに吊るしてある目標物に向かって跳ぶことで楽しさを味わわせたいと考えた。この遊びではあえて片足跳び、両足跳びを指定しないことにより、どちらの跳び方が適しているのかを児童同士で考えることができる。また、渋滞することなく全員が運動遊びを行うために、サーキット形式とし、全員のつくったコースを遊びながらステージを通ることとした。他のコースの楽しい動きに気付き、自分のコースへ取り入れたいという気持ちが芽生えることを期待した。

### 3 5up運動について

深い学びのある学習を進めていくために、準備運動は、全員で整列して静的ストレッチを行うのではなく、単元に応じた動的ストレッチを行っていく。勤務校では、多くの教員が前時の振り返りを基にした5UP運動を取り入れている。5UPとは「ウォーミングアップ」「モチベーションアップ」「スキルアップ」「コミュニケーションアップ」「フィットネスアップ」と5つが満遍なくアップする運動のことである。

走跳の運動遊びの5UP運動は、運動をしながら走ったり跳んだりすることが重要になる。鬼遊びなどは、すぐに始めることができ、用具も使わないため手軽に行うことができるが、単純な鬼遊びだとコミュニケーションアップにつながらない。そのため、手つなぎ鬼など周りの友だちと関わりが生まれる鬼遊びを中心に行っている。本時では、跳ぶことを意識し、ケンケンしながらじゃんけんをする「出会いと別れのケンケンじゃんけん」を行った。

### 4 研究実践

本研究では、「活動に没頭し、運動の特性を味わう。」「主体的な学びと対話的な学びを繰り返す。」の2つを深い学びと捉え、進めてきた。

まず1つ目の「活動に没頭し、運動の特性を味わう。」では、様々な用具を使ったコースづくりをし、遊ぶことで多くの児童が運動に没頭し楽しむことができた。体育に対して苦手意識のある児童も、用具を動かしたり、実際に跳んだりする姿が多く見られ、単元後には特に跳ぶ運動に関して自信をもち、休み時間等に練習をしている。

2つ目の「主体的な学びと対話的な学びを繰り返す。」ことについて、児童はどうすれば思い切り跳べるかを粘り強く考えることができ、友だちとの対話や、実際に友だちのコースを走ってわかったことを踏まえて、自分たちのコースに取り入れることができた。しかし、めあてと逸脱したコースをつくることもあったため、予定よりも多くめあてにターンバックする時間を設けた。友だちのコースの良さを発表し合う場面では、「○○チームのように用具と用具の間を離れた方が思い切り跳ぶことができる」といった発言があった。その後、コースを

作り直した際は、どのチームも出てきた意見を基にした話し合いをすることができた。

ステージ前に設定した「高く」跳ぶことを目指した遊びでは、片足跳びと両足跳びのどちらでも良いとしたが、児童にどちらが高く跳ぶことができたかを聞くと「片足跳び」と答えた児童が約8割、「両足跳び」と答えた児童が約2割だった。このことは児童の跳び方として目標物の前で停止してから跳ぶのか、それとも助走を活かして跳ぶのか、跳びやすい跳び方が違ったことが原因と想定される。この話し合いをさらに深めていくことで、走り幅跳びや走り高跳びの跳び方につながるのではないかと考える。

### 5 成果と課題

事前に学年全体で実態把握のために走り幅跳びを行い、単元後にも同様の計測を行った。クラスによって期間は異なるが約3週間で、全クラス平均10cm以上記録が向上した。中でもあまり跳ぶことが得意でなかった児童の記録に著しく伸びが見られた。跳ぶ技能やその他の資質・能力も全体として向上することを今後の課題としていきたい。

また、片足跳びと両足跳びで跳び方が違うことを多くの児童は感じることはできたが、どちらか一方が苦手だという声も多く、両方の動きを十分に獲得したとは言いがたい。今後は、得意な跳び方を活かしながら、跳び箱遊びでは両足とびを、跳ぶ遊びでは片足とびに限定してより発展した動きの獲得を目指していく。

本単元は3時間扱いと他の単元と比較すると短い期間で行った。繰り返し「思い切り！」と声をかけてきたが、児童の中には思い切り跳ぶことがどういうことなのか、動きやタイミングをイメージできていない子が多くいた。単元をより長く設定し、ミニハードルや跳び箱を用いた遊びを通じ、思い切り跳ぶこと・走ることを体感した上で、本単元で行った内容に取り組んだ方が、児童はイメージしやすかったのではないかと考える。

体育科の、特に低学年における学習では、遊びを通して資質・能力の向上を目指すということを今後も大切にして指導していく。また、今回の成果と課題を踏まえて、「深い学びのある体育科の授業づくり」を目指す研究を継続していきたい。