

第6回山口県小学校体育学習セミナー 実施報告

1 ねらい

- ・山口大会の財産を受け継ぐとともに、次期大会に向けて、山口県の体育学習全般のレベルアップを図る。
- ・山口支部において、会場校の体育研修の充実と大会運営に向けた組織づくりを進める。
- ・山口県各支部の研究実践の経過を確認し合い、さらに深化・充実に向けた取組を考える。
- ・山口県下における体育学習の充実を目指すための人材ネットワークを構築する。

2 日 時 平成22年7月30日（金）10:00～16:00

3 会 場 ソルトアリーナ防府

4 主 催 山口県小学校体育連盟・山口県小教研体育部 山口県教育委員会

5 運営支部 山口支部、防府支部

6 参加者 山口県内104名

第1部 大会主題説明

説明者 山口県小学校体育連盟 研究部 主任 田中祐二

平成25年度 中・四国小学校体育研究大会 山口大会研究主題

山口から体育維新の風を・・・

「楽しい体育」から『もっと楽しい体育』へ
～動きと学びを確かに高める体育学習～

《主題設定の理由》

1 「楽しい体育」から『もっと楽しい体育』へ

運動の特性にふれる楽しさを味わわせ、運動好きな子どもを育てることで、生涯スポーツにアプローチしようとする「楽しい体育」が求められてから、2回の学習指導要領改訂が行われた。

その間、各学校では楽しい体育の授業を展開してきたはずだが、子どもたちの運動への取組に関する二極化現象や体力の低下、生活習慣の乱れなど、多くの課題が明らかになってきている。

私たちは、子どもにとって運動がどのような欲求充足の機能を持っているのか（機能的特性）という観点からとらえた運動の特性を重視し、それをしっかりと味わえるように単元を構成してきた。また、「今できる技」を楽しみ、次に「もう少し頑張ればできそうな技」に挑戦して運動を楽しむ学習過程を重視してきた。この様な体育の授業を通して、学習の中では子どもの運動への志向性は高まってきたと感じていた。

しかし、この様な考え方の授業が、学校現場にしっかりと広がっていたか、また、授業の中での志向性の高まりを子どもの生活に結びつけてやることができていたか、スパイラル型やステージ型の学習過程にとらわれすぎ、子どもの意識が本当に運動の楽しさに迫る単元構想になっていたか、運動の楽しさに迫るために必要な学習内容を明確にして授業に臨んでいたか、見守りや賞賛に終始し、子どもの主体性を尊重するばかりに適切な指導を怠っていなかったかなど、振り返って考えてみる時期であり、その必要性を強く感じている。

そこで、私たちは、大会主題を《「楽しい体育」から『もっと楽しい体育』へ》と設定した。これは「楽しい体育」の考え方を否定するものではなく、むしろしっかりと継承しながら、今まで以上に子ども一人ひとりが運動の特性に迫り、運動の楽しさを味わうことのできる授業を目指そうというものである。

具体的には、競争や達成のおもしろさをエネルギーに、学習の中で学ばせるべきもの、身につけさせるべきものをしっかりと獲得させ、さらに大きな運動の楽しさに迫ることのできる体育の授業である。さらに言えば、子ども一人一人に課題解決の仕方や基礎的な技能・知識などをきちんと学ばせ、身につけさせることで、子どもが運動の楽しさや健康のよさを内面に膨らませていくことのできるシビアな体育の授業（運動の楽しさや健康のよさに迫り続けることのできる授業）を目指す必要があると考えているのである。

このような授業こそが、『もっと楽しい体育』の授業であり、これまでの「楽しい体育」の授業の考え方

や進め方のよさを継承し、さらに発展させることにつながると考えている。また、このような授業を目指していけば、山口における体育の授業は必ず変わると考えている。そして、その成果をしっかりと発信していきたい。その思いから、「山口から体育維新の風を…」という願いを込め、真に『もっと楽しい体育』の授業を追究し研究に取り組んでいきたいと考えている。

2 動きと学びを確かに高めるとは

では、『もっと楽しい体育』の授業を追究していくために鍵となるものは何か。私たちはそれを、<「動き」と「学び」の高まり>ととらえている。

私たちが目指している授業は、子ども一人一人が、運動の機能的特性にふれる楽しさを味わうために、楽しさの要素を確実に学び取り、楽しさを膨らませていくことのできる授業である。この楽しさを膨らませる要素のまとまりが「動き」と「学び」であり、これらを確かに高めることができれば、子どもは運動の楽しさを、内面でしっかりと膨らませていくことと考えている。

「動き」とは、まさしく子どもが運動をしているときの体の動きであり、「学び」とは、運動や保健の各領域において、今ある自分が様々な学習経験を経て、新たな自分へと高まっていく過程での運動や健康、人やものといった様々な対象への働きかけととらえている。高まった動きをもって運動を行ったり、高まった学びで運動や健康にアプローチしたりすることで、楽しさを這い回らせるのではなく、次第に膨らませていくことができるだろうし、逆に言えば、「動き」や「学び」を確かに高めれば、必ず楽しさを膨らませ『もっと楽しい体育』を実現できると考えている。

(1) 運動領域における「動き」の高まり

技能を課題として学習を進め、動き（技能）の高まりで達成感を多く味わえば、子どもは運動をますます好きになるに違いない。

しかし、今までの実践では、例えばサッカーの学習において、ゲームを繰り返すことが中心となり、作戦に応じた動きを高めたり、子ども一人ひとりの課題を高めたりする十分な時間や支援を保障していただく。相手チームと得点を競い合うゲームは楽しかったが、子どもが学習で自分の何が高まったのかを自覚できる実践であっただろうか。私たちはここにしっかりと目を向け、技能構造を理解した上で、どの場面でどの様にして子どもの技能を高めていくのかを明確にして授業を構想し、子どもが少しずつ高まった技能で運動を行い、運動の楽しさを膨らませることのできる体育学習を進める必要があると考えている。

では、運動領域において〈「動き」の高まり〉をどうとらえていけばよいだろうか。「動き」＝「運動の技能」と考えたとき、「動き」の高まりは、どの様な技ができるのかという技の広がり（多様性）と一つ一つの技の確かさ（正確性や安定性、スピードやダイナミックさ）、また、ゲームなどの目的に応じた動きなどからとらえることができると考える。詳細は後で述べることにするが、技能の系統性や構造的性を明らかにし、子どもの実態に応じて、各単元で、何をどの様に学ばせるべきか、明確にしておきたい。

また、学年の発達段階によって、技能への課題は進化していくが、特に高学年においては、技の種類を増やすことや一つ一つの技を確かに行うことは学習の課題としてもしっかりもたせ追求させていきたい。ただ、低学年や中学年においては、技能を学習の課題として学ばせることが困難な場合が多い。特に低学年では、様々な運動感覚を味わえる運動や将来の運動種目に類似した運動(アナログン)をたっぷり体験させることが、その後の技能向上に結びつくと言われている。したがって、技能を学習して動きの高めるという考え方ではなく、様々な運動感覚やアナログンをどれだけ多く体験できているかという視点で技能をとらえ、動きの高まりを求めていきたい。

(2) 運動領域における「学び」の高まり

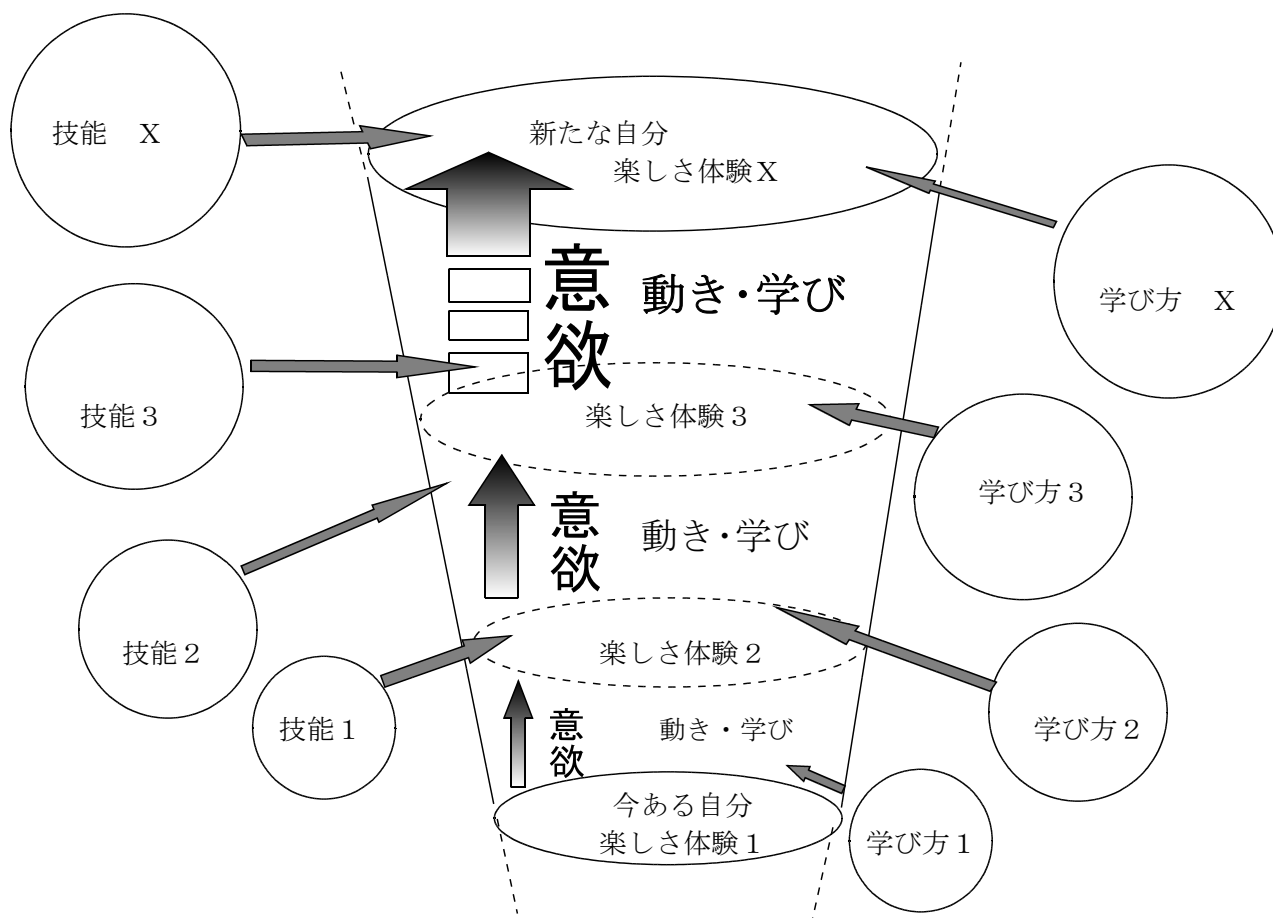
次に、「学び」の高まりについて考えてみたい。

先に述べたように、学びとは子どもが運動の機能的特性に迫っていく過程での様々な対象への働きかけととらえた。個人やグループでもった様々な課題を解決するために、工夫や練習を繰り返す学びの中で大切なのは、子どもたちがどのような方法でその課題に迫っているかということである。その課題への迫り方を「学び方」ととらえると、「学び」の高まりは「学び方」の高まりでとらえることができる。学び方が高まれば高まるほど、より効率的に運動の機能的特性に迫っていけるはずである。例えば跳び箱運動の学習で、自分の課題に応じた場を選べるようになったり、練習方法を見つけるために友達と話し合ったりすることができるようになれば、より効率的に技能を高め、技を達成する楽しさという機能的特性に迫ることができる。低学年のゲームの学習で、みんなが楽しめるゲームにするためにどんなルールやマナーが

必要か考えたり、ルールやマナーの高め方が身に付いたりすれば、仲よく思い切り運動に取り組めるようになり、相手チームと勝敗を競い合う楽しさという機能的特性に迫ることができるようになる。下には運動の学び方の例を示しているが、私たちはそれぞれの単元において、技能と同様に身につけさせるべき学び方を明確にもち、どこでどの様に学ばせていくのかを明らかにして単元を構想していくことが大切であると考えている。

例) 運動の学び方	
低学年	高学年
<ul style="list-style-type: none"> ○ どうやって遊ぶのか、遊び方を理解するために、友達や先生にききながら挑戦することができる。 ○ みんなでゲームや遊びを楽しめるように、楽しみ方（ルールやマナー）を見つけるための話し合いを行うことができる。 ○ 譲り合ったり、認め合ったりしながら、友達と仲良く安全に運動できる。 ○ 順番を守り、友達と仲良く運動遊びに取り組むために、気づきを発表したり、友達の考えや気持ちを聞いたり 	<ul style="list-style-type: none"> ○ 技能を高めるために自分やチームの課題を明確にできる。 ○ 自分の課題に合った場を選び、練習を繰り返すことができる。 ○ 友達の動きのよさを見つけたり、動きのこつを見つけたりして、それを友達にうまく伝えることができる。また、それを発表したり、自分の練習に取り入れたりできる。 ○ 技の高まりや、チームの勝利のために友達と力を合わせ、練習したり話し合ったりすることができる。

今まで述べてきたことをまとめると次のページの図のように表すことができる。運動領域の学習の中で、その運動に必要な技能や学び方を確かに学び取らせることで、動きや学びを高めていきたい。そのことが、新たな楽しさ体験へとつながり、楽しさを膨らませ『もっと楽しい体育』へアプローチしていけるのではないかと考えている。



『もっと楽しい体育』の授業（運動領域）

(3) 保健領域の考え方

保健領域においても、生涯を通じて健康・安全で活力のある生活を送るための基礎が培われるよう指導を進めていくことが大切である。そのためには、学習の中で子どもたち一人一人が、健康や安全に関する課題を認識し、自己の生活に結びつけながら主体的に学習を進めることで、心身の保持増進を図っていく資質や能力を身につけ、『健康や安全のよさ』を実感できるような学習を仕組んでいく必要がある。ここでも、課題の持ち方や解決方法、人との関わり方などの「学び方」や「健康や安全に関する知識・理解」をしっかりと身につけさせ、学びを確かに高めながら、『健康や安全のよさ』に迫ることができる授業を目指したい。

例) 保健の学び方

- 資料から健康や安全に関する課題を見つけることができる。
- 課題を解決するために、活動を工夫することができる。
- 課題解決に向けて実践した自己の活動を振り返り、その活動の成果や新たに生まれた課題などをつかむことができる。

また、保健領域は、運動領域に比べ時間数も少なく、学校間で取組にも差が見られるが、心と体を一体としてとらえようとする体育科においては、運動領域と同様に大切に指導を進める必要があると考えている。そこで、保健領域においても、次のようなことに留意して学びを確かに高めていきたい。

- ① 課題解決的な学習過程の中で、自己の生活と結びつけながら課題を追求し、健康や安全のよさを実感できる単元構想をもつ。
- ② 学習内容の明確化を図り、それを確実に身につけることのできる支援を工夫する。
- ③ 健康で安全なライフスタイルを形成するための基礎となるように、自分の体や心、自分の生活と関連づけながら学習を進めることができるように活動を工夫する。
- ④ 健康や安全の必要性に気づくための支援を工夫する。

【 質 疑 応 答 】

- Q 「動き」を「運動技能」としてとらえているが、もっと広く動きをとらえていく方がよいのでは。
- A 確かに、動きには幅広い内容が含まれている。しかし、今回は、しっかりと教師が子どもの姿で見取り、子ども自身に高まりを実感させるためにも「技能」にしぼって「動き」をとらえていきたい。
- Q 「シビアな体育の授業」のシビアとは、何がシビアなのか。
- A シビアとは、教師にとってシビアという意味である。つまり、子どもの意欲が単元を通して継続し、「動き」と「学び」が確かに高まっていくような教師の支援を意味している。

参加者の声（主題説明を受けて）

- ・山口県がこれから目指そうとしている体育学習の方向性がよく分かった。「学び」と「動き」を確実に高めていくことで、「楽しい体育」から『もっと楽しい体育』を実現したいと思った。
- ・「動き」と「学び」といった場合、「動き」の高まりは、「学び」の高まりの中に含まれるのが一般的な使い方だと思うので、誤解を招くおそれがあるのでは。
- ・主題説明をととても丁寧にされ、じっくり聞くことができた。山口大会に向けての取組が進んでいることに驚きました。
- ・「ただ楽しかった」だけでなく、「こんなことができるようになった」「〇〇さんの動きがよかった」など体育でも伝え合うことができるように、そして、共に高まり合うことが必要だと分かった。
- ・「学び」と「動き」の関係は、学びの中でよりよい動きを身に付けていくのではないかと思います。
- ・基本的な動きについて、初めてきちんと教えていただいた感じです。子どもたちによりよいアドバイスができる喜びや少しずつでも伸びていける喜びを感じることができるんだなと思いました。もっと楽しい体育が実現できるように、これからの体育の授業を考えていかなければならないと感じました。
- ・研究主題の説明では、これからの山口県体育の方向性がよく分かった。自分は今、低学年（2年）を持っているが、いわゆる「運動遊び」の「遊び」の部分についてどうとらえたらよいかということについてもあればありがたかった。
- ・わたしも「シビアな体育」のシビアという言葉に引っかかっていたが、説明を聞いてよく分かった。びしびし技能を鍛える体育と勘違いされないように支部で説明していきたい。

第2部 提案発表・研究協議

第48回中・四国小学校体育研究大会徳島大会「器械運動」提案発表

跳び箱運動の楽しさに触れ、自分や他者、モノとのかかわりを通して、主体的な学び方や技能を身に付けられる授業の在り方

提案発表者 下松市立花岡小学校 教諭 河村 貴之 先生
指導助言者 周南市立勝間小学校 教諭 前川 孝 先生

1 研究の視点

- (1) 運動の楽しさを感じさせることのできる単元構成や場の工夫
- (2) 自分や他者、モノとのかかわりながら主体的な学びや技能を身に付けるための支援

2 研究の実際

- (1) 運動の楽しさを感じさせることのできる単元構成や場の工夫
 - ①単元構成の工夫
前段運動と今できる技でのシンクロ跳び箱（個人技）→ 技を高めたシンクロ跳び箱（集団技）
 - ②場の工夫
「シンクロの場」「基礎練習の場」「技の練習を行う場」を用意し、目的に応じて活用させた。
- (2) 自分や他者、モノとのかかわりながら主体的な学びや技能を身に付けるための支援
 - ①学習形態の工夫
技能が高い子ども、低い子ども混在のグルーピングを行い、高い子どもをリーダー役にさせた。
 - ②学習カードの工夫
それぞれの技をスモールステップで練習できるように、技カードを配布し、各場に掲示した。
 - ③習得させたい技のポイントを明確にし、意識させる工夫
最初に連続写真での技のポイントの確認し、デジタル機器での子どもの動きの確認させた。
 - ④自分や友達とのかかわりを深める工夫
「振り返りカード」にグループの友達からの言葉がけをかけるようにして、支持的風土が生まれた。

3 成果と課題

- (1) 運動の楽しさを感じさせることのできる単元構成や場の工夫
 - 成果・・・シンクロ跳び箱を取り入れたことで、教え合う支持的風土が生まれ、みんなで技を高めてよりよいシンクロにしようと練習の場を工夫する姿も見られた。
 - 課題・・・シンクロによって、技を見合う視点を養わせることや技の完成度を高めていくことをねらったが、十分な成果は上げられなかった。
- (2) 自分や他者、モノとのかかわりながら主体的な学びや技能を身に付けるための支援
 - 成果・・・技能差のあるグループ編成をしたことで、技能の高い子どもがみんなに教える場面がたくさん見られた。易しい場やスモールステップで練習できる場が子どもたちを意欲付けた。
 - 課題・・・技能の高まりは期待したほどではなかった。技のポイントやこつの共有の仕方についてより効果的な方法や練習の場の工夫について考えていく必要がある。

研究協議・指導講話

1 質疑応答

Q 高学年の跳び箱運動で、発展技（頭はね跳び、首はね跳び等）にもっていき必要はないのか。

A 発展技にも取り組ませたが、今回の実践では、習得できる子どもが少なかった。

Q 子どもはどんな課題をもって取り組んでいったのか。それに対する教師の支援はどうしたのか。

A シンクロを楽しみたい、多くの技を習得したい、もっと高い跳び箱を跳んでみたいなど課題や思いは様々で、個への対応は難しかった。



2 指導助言（前川 孝 先生）

シンクロが今回の大きなテーマになっているが、北京オリンピックでもいろいろな競技でシンクロが取り上げられていた。これは、個人で競技するスポーツの楽しみ方が広がっていると言ってもいいのだろう。

跳び箱運動は、「達成」「克服」という機能的特性をもっており、1人1人が技を達成していくことをねらいとした学習が一般的である。つまり、一人一人のめあてに応じた支援の工夫が必要不可欠であり、子どもたちの意欲が継続していくように、また、技能差に対応できるようなスモールステップの場の工夫が必要となってくる。

しかし、今回は、スモールステップで技を習得していく場に加え、シンクロ跳び箱を取り入れたことで、教え合ったり、みんなで協力して練習したりする場面が多くみられ、学び方の高まりと楽しみ方の広がりがあったのではないだろうか。今までのシンクロを取り入れた実践では、シンクロは個人の技能を伸ばすための手段として用いられることがほとんどであったが、目的的に扱うことの意義もあるのではないだろうか。

提案者の課題にもあったが、個人の技能の高まりをいかに保障していくか、そして、何よりも教師の跳び箱運動嫌いをなくし、子どもたちが心から楽しめる跳び箱運動を学ばせていくかが、大きな課題となるであろう。

参加者の声（提案発表・研究協議に参加して）

- ・提案発表・研究協議は、セミナーの定番となり、とても質の高い研修ができるところがよいと思います。また、発表者のためにも先生方のためにもみんなで知恵を出し合い、質の高い発表になればと思います。
- ・運動の楽しさ感じさせるために様々な工夫をされていて、実際に喜び・楽しさを子どもたちが感じた授業を聞かせていただきました。
- ・跳び箱の実践がとてもわかりやすかったです。シンクロのよい点と新しい技の習得について多くの子どもが満足できる授業にしたいと思いました。
- ・シンクロ跳び箱の実践は、とても興味深く聞かせていただきました。単元の計画を立てて評価まで自分がしっかりとできていないことを痛感しました。
- ・河村先生の実践を聞かせていただいて、とても楽しそうだなと感じました。個の運動を集団で取り組ませ、互いに励まし合っていくところがすばらしいと思いました。ただ、時間（場の設定、振り返り、練習を45分で可能なのか）に疑問を感じました。
- ・「シンクロ跳び箱運動」を現場で実践してみたいなと感じました。紙面の都合もあったかと思いますが、評価カード的なものがあればよかったと思いました。
- ・指導助言者の前川先生のお話は、とてもわかりやすかったです。いくら体力向上と基礎基本の習得が叫ばれているとはいえ、やはり、「めあて学習」はこれからも大切にしていかなければならないと思いました。
- ・「跳び箱運動」の実践は、かなり出つくしてきていると思いますが、今回の「シンクロ」と「スモールステップ」の組み合わせによる単元構成など、まだまだ子どもたちに合った授業展開があるような気がしました。提案発表者の河村先生、それを支えられた下松支部の先生方、そして、指導助言に当たっていただいている前川先生は、本当に大変だと思います。このセミナーでの提案発表・研究協議を受けてよりよいものになることを願っています。

第3部 指導講話・実技指導

「発達段階に応じた動きの習得について」

子どもの発達段階に応じた体力向上プログラムの開発事業調査研究協力者会議委員
神戸大学大学院人間発達環境学研究科 准教授 国土将平 先生

1 指導講話の様子

(1) 少年期でないと獲得できないものがある

- ・回転系の運動（鉄棒、マット運動、宙返り）・・・逆さ感覚、姿勢変化への対応
- ・感覚系の発達（ボールタッチ感、一体感、水感）

(2) 運動ができる段階、教える段階

- ・運動ができる（模倣から始まる、運動が見える、自分の運動が感じられる）
- ・指導ができる（人の運動が見える、人の運動が感じられる、人の運動を表現できる、人の運動の修正点分かる、人の運動の修正点を表現できる）

(3) 子どもにとって運動とは

- ・遊びからスポーツ、余暇活動までつながりがない。
- ・人間性の発達、運動発達、精神発達、社会的発達の場
- ・年齢毎の課題発達を必然的に選択
- ・繰り返して経験することでうまくなる

(3) 発達段階に応じた動きの習得について

- ・基本として、個人の挑戦に依存
→ 個人の状況に応じて個別に指導



2 実技指導の様子

(1) 立ち方（姿勢）の確認・・・耳、肩、膝が一直線になっているかペアーで確認

(2) 走る姿勢について・・・少し体が浮くように走る。

(3) すぐに動き出せる姿勢について・・・ジャンプして軽く膝を曲げる。

(4) 背骨のポジションについて・・・重たい物を両手で持ち上げる姿勢。

(5) 歩き方について

- ①足の裏を意識して（足音が出る）
- ②ひざを意識して（スポーツ的）
- ③腰を動かして（ひねりを入れて）
- ④なんば歩行について（軸を入れ替えて歩く。手を意識しない。）

(6) ジョギングについて・・・つま先からかかとと接地し、地面をつかむ意識で

(7) 手の振り方について・・・手の重さを意識して

(8) 走り方について・・・右軸から左軸、左軸から右軸に乗り換える意識、上から足を振りおろす意識

(9) 投げる動きについて

- ①右足から左足への軸の移動させる。
- ②左手は空気をつかみ、右手の親指が下を向くポジションを作る。
- ③中指、薬指にボールをそわして手の中で動かす。
- ④指を耳につけて肘を前に出す動きを体験させる。

(10) 両足ジャンプについて（体全体を使ってジャンプするために）

- ①膝を曲げずにジャンプしてみる。
 - ②膝を曲げずに手を大きく使ってジャンプしてみる。
- ※長座の体勢でも、手を振るだけで前に進む。
③体全体を使って1、2、3 のリズムでジャンプしてみる。



参加者の声（指導講話・実技指導に参加して）

- ・ 國土先生の講話と実技指導、とても充実した時間を過ごすことができた。
- ・ 実技指導を受けて、正しい動きをすれば体が気持ちいいということを感じました。子どもたちにもそういう気分を味わわせたいと思った。
- ・ 具体的な体の動きをポイントを押さえて分かりやすく教えていただいた。ボールが投げられない子どもが多いので、体育の時間にやってみようと思う。
- ・ 内観的な見方で運動・動きを見ていくことがこれから大切であることを感じました。教師が子どもの内観を見抜く目をもつとともに、子ども自身が自分の内を言葉で表す活動にこれから取り組んでいきたいと思えます。
- ・ 講義では、科学的な視点から「動き」を学習でき、とてもよかった。実技指導では、普段何気なくしている動きだが、投球や走りを見直しながら正しい動き、効率よく力を加える動きを教えていただいた。もう一度復習して、今後の体育学習に生かしていきたい。
- ・ 実技指導では、普段何気なくやっている動きも少しのことを注意するだけでこんなにも楽に自然に動けるものだなあと驚かされた。
- ・ 実技指導では、日常生活では意識しない体の動きを細かく教えていただき、「なるほど！」と思う部分と、思い通りに体を動かせないもどかしさを感じた。國土先生の軽やかな動きに驚かされた。
- ・ 3年連続参加させていただいたが、毎年大変ためになっている。体の動きのチェックを昨年度本校の1～3年全員行った。3人の教員でチェック項目を検討するという経験はとてもいい研修になった。今日の子どもの動きをチェックするということは、より構造的な特性を教師も子どもも意識ならないと思った。とても有意義な時間を過ごすことができた。

