

自ら課題に気づき、試行錯誤する中で動きの高まりを実感する体育科の授業づくり — 小学校第3学年幅跳びの実践から —

橋元 将大 [鹿児島大学教育学部附属小学校]

Creating a physical education class where students can realize their shortcomings and feel their
improvements through trial and error: Long jumping practice in Grade 3

HASHIMOTO Shodai

キーワード：課題、試行錯誤、動きの高まり、実感、体育科授業づくり

1. はじめに

平成29年度改訂の学習指導要領（文部科学省，2018）が示す体育科の目標には、「体育や保健の見方・考え方を働かせ、課題を見付け、その解決に向けた学習過程を通して、心と体を一体として捉え、生涯にわたって心身の健康を保持増進し豊かなスポーツライフを実現するための資質・能力を育成することを目指す」とあり、体育科の授業において、課題の発見とその解決が資質・能力の育成に欠かせないものであることが分かる。また、岩田（2016）は、体育という教科はスポーツを基盤として成り立っており、一般的にスポーツは、楽しさを求めて人間自らが課題を設定してプレイするものとして存在しているとしている。これらのことから、体育科においては、子ども自らの課題を解決しながら動きを高めていくことができるような授業を展開していく必要があると考える。

しかし、その一方で、課題を解決しながら学習しているように見えても、ただ楽しいだけの活動になってしまい、子どもたちが本当に自己の能力に適した課題を捉えて、その解決に向けた活動を行うことができていない実践もあるのではないかと考える。

このような現状を踏まえると、豊かなスポーツライフを実現するための資質・能力の育成のためには、子どもが自ら自分の能力に適した本当の課題に気づき、その課題の解決に向けて試行錯誤を繰り返しながら、動きの高まりを実感していく体育科の授業づくりが必要である。そこで、自ら課題に気づき、試行錯誤する中で動きの高まりを実感する体育科の授業づくりについて、第3学年幅跳びの実践を通して検証していくこととする。

2. 自ら課題に気づき、試行錯誤する中で動きの高まりを実感する体育科の授業づくりの考え方

2. 1. 自ら課題に気付くとは

「課題」とは、子どもたちが主体的に運動学習に取り組むために必要なものであり、課題があることによって運動の楽しさを味わう学習が成立する。そして、その課題を解決する過程の中で、運動に親しむ資質・能力が育成されていくと考える。また、運動に親しむ資質・能力をバランスよく育むためには課題把握・解決や振り返りの視点をもって試行錯誤しながら課題を解決する学びを展

表1 課題を解決する上での視点や考え

課題把握・解決や振り返りの視点	視点を基に課題把握・解決や学びを価値付けるための考え
<ul style="list-style-type: none"> ・ タイミング, 力の入れ具合, 方向, 位置, 姿勢 【運動の特性における側面】 ・ 協力, 公正, 責任, 安全 【スポーツの価値における側面】 	<ul style="list-style-type: none"> ・ 目指す動きと課題となる動きとを比較する。 ・ 課題を基に解決するための方法を選ぶ・工夫する。 ・ これまでの自分と成長した自分とを比較し, 成長したこととその要因を関係付ける。

開していく必要があると考えている。具体的には、表1のような視点や考えである(表1)。これらの視点や考えを基に、子どもたちは自ら課題に気づき、解決しようとするのではないかと考える。

2. 2. 自ら課題に気づき、試行錯誤する中で動きの高まりを実感する体育科の授業とは

子どもたちは体育科の授業において「できるようになりたい」「友達と競い合って勝ちたい」などの思いや願いをもっている。その思いや願いを達成しようとする中で、「自分なりにどこを改善したらよりよい動きになるか」「どうしたらゲームで相手に勝つことができるか」などということを考えながら練習を繰り返していく。しかし、精一杯練習を繰り返しても、思うように動きの高まりを実感することができない子どもは、自分の能力に適した課題に気付くことができずに、自分の課題とは違う課題解決の場で練習をしたり、友達に合わせた練習をしたりしてしまっている。そこで、前項で述べたような「課題」の捉えを基に、図1のように自分の能力に適した課題に気づき、課題解決をしていく中で、既習の経験や知識及び技能を活用し、自分の考えを表現しながら練習していくことが大切である(図1)。そして、課題解決の確認を行い、さらに動きをよりよくしていくために練習と確認を試行錯誤しながら繰り返し、粘り強く運動に挑戦していくことで、動きの高まりを実感し、新たな知識及び技能の習得へとつながっていく。そして、そのことが次の運動へ挑戦していこうとする学びに向かう力になると考える。

また、自ら課題に気づき、試行錯誤する中で動きの高まりを実感することで、子どもたちがこれまで捉えていた運動のもつ魅力や価値を再構成し、運動に親しむ資質・能力を育むことにつながっていく。

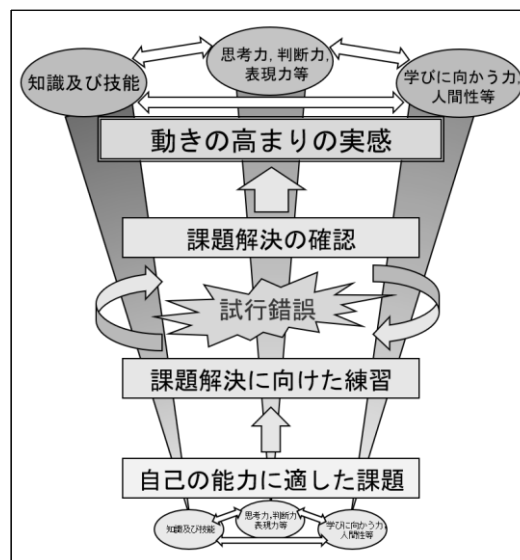


図1 自ら課題に気づき、試行錯誤する中で動きの高まりを実感する体育科授業の概観図

2. 3. 自ら課題に気づき、試行錯誤する中で動きの高まりを実感する体育科授業づくりのポイント

2. 3. 1. 子どもの発達段階や系統性を踏まえた目標設定

どんな授業づくりでも一番重要なのは目標設定だと考える。その授業を通して、子どもたちにどのような力を身に付けさせたいのか、発達段階や学年の系統を踏まえて目標を設定する必要がある。体育科の各学年の目標について整理したものが表2である（表2）。

各学年の目標の系統性について分析すると、まず、知識及び技能においては、低学年では「運動遊びの楽しさに触れ」とあるのが中学年では「楽しさや喜びに触れ」と変わり、高学年では「楽しさや喜びを味わい」へと変わっている。「喜び」とは、友達と協力して得られる達成感や課題を解決した成就感などである。次に、思考力・判断力・表現力等においては、どの学年においても考えたことを他者に伝える力を養うことが目標として設定されている。ただし、高学年になると自分だけではなく、グループや仲間との活動が大切になってくる。「課題を見付けること」については、低学年に示されていないことから、低学年は「～したい」というような思いや願いが強く、3年生以降、目指す動きと課題となる動きを比較し、その違いを課題として関係付けることができるようになって考えられる。最後に、学びに向かう力・人間性等においては、中学年以降から友達や仲間の考えを認める態度について示されている。また、高学年では低・中学年の「きまりを守り誰とでも仲よく運動をしたり」という言葉から「約束を守り助け合って運動をしたり」という言葉に変わっている。約束とは子どもたちが自分たちで決めたものであり、それを守り、互いに助け合って運動

表2 小学校体育科の各学年の目標

	知識及び技能	思考力・判断力・表現力等	学びに向かう力・人間性等
第1学年 及び 第2学年	各種の運動遊びの楽しさに触れ、その行い方を知るとともに、基本的な動きを身に付けるようにする。	各種の運動遊びの行い方を工夫するとともに、考えたことを他者に伝える力を養う。	各種の運動遊びに進んで取り組み、きまりを守り誰とでも仲よく運動をしたり、健康・安全に留意したりし、意欲的に運動をする態度を養う。
第3学年 及び 第4学年	各種の運動の楽しさや喜びに触れ、その行い方及び健康で安全な生活や体の発育・発達について理解するとともに、基本的な動きや技能を身に付けるようにする。	自己の運動や身近な生活における健康の課題を見付け、その解決のための方法や活動を工夫するとともに、考えたことを他者に伝える力を養う。	各種の運動に進んで取り組み、きまりを守り誰とでも仲よく運動をしたり、友達の考えを認めたり、場や用具の安全に留意したりし、最後まで努力して運動をする態度を養う。また、健康の大切さに気づき、自己の健康の保持増進に進んで取り組む態度を養う。
第5学年 及び 第6学年	各種の運動の楽しさや喜びを味わい、その行い方及び心の健康やけがの防止、病気の予防について理解するとともに、各種の運動の特性に応じた基本的な技能及び健康で安全な生活を営むための技能を身に付けるようにする。	自己やグループの運動の課題や身近な健康に関わる課題を見付け、その解決のための方法や活動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力を養う。	各種の運動に積極的に取り組み、約束を守り助け合って運動をしたり、仲間の考えや取組を認めたり、場や用具の安全に留意したりし、自己の最善を尽くして運動をする態度を養う。また、健康・安全の大切さに気づき、自己の健康の保持増進や回復に進んで取り組む態度を養う。

をすることを通して、運動の課題やその解決方法についての理解が深まるとともに、互いの関係がより良好になっていくことなどの態度の育成が示されている。

これらのことから自ら課題に気付く、その課題解決のために試行錯誤したり、課題を解決した喜びを大切にしたりすることは中学年期以降に出現してくるものと考えられる。低学年期では子ども自身の思いや願いを尊重して活動させながら、中学年期以降、少しずつ自分の課題を捉えて解決していく力を身に付けさせていくことが大切である。

2. 3. 2. 単元で身に付けさせたい学習内容の明確化

学習内容を明確にすることは、子どもたちの目的意識を明確することにも繋がる。つまり、子どもたちが自ら解決すべき課題に気付くやすくなるのではないかと考える。そこで、単元やで身に付けさせたい学習内容の設定の手順について図2のように整理した(図2)。

具体的にはまず、①設定した運動のおもしろさを抽出する。そして、②そのおもしろさを味わわせるために解決すべき本質的な運動課題を抽出する。次に、③本質的な運動課題を解決するために必要な学習内容を明確化する。さらに、④学年の発達の段階や子どもたちの実態、子どもたちがこれまでにどのような学習に取り組んできて、今後どのような学習に発展していくのかという系統性などを踏まえた上で各学年の本質的な運動課題を抽出し、⑤その本質的な運動課題を解決するために必要な学習内容を明確化する。最後に、⑥各学年の学習内容を弾力的に指導することを意識して、単元の学習内容を設定する。

このように、運動のおもしろさを抽出することで、子どもたちの目的意識が明確になり、運動課題を抽出することで目的を達成するためには何を解決しなければならないのかが明確になる。そして、各学年の発達段階に応じてどんな順番でどこまで学ぶか考えることで、限られた時数の中で学ぶ内容が明確になり、学習の中で子どもと共有する課題も明確になると考える。

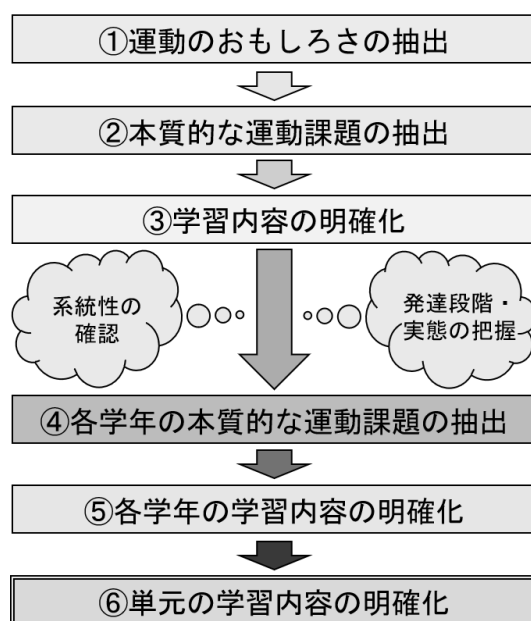


図2 単元で身に付けさせたい学習内容の明確化の手順

2. 3. 3. 学習内容を具体化するための指導方法の工夫

前項で述べたような学習内容を具体化するためには、運動がもつ本質的な運動課題に焦点化しやすい「教材設定」と課題を解決し、動きの高まりを実感することができるような「単元構成」が大切だと考える。そこで、指導方法の工夫に関しては教材設定と単元構成という視点で授業づくりを行っていく。

まず、教材設定について、体育科の目標に設定されているような資質・能力は、前項で述べた学習内容を子どもたちが教材を通して学ぶことで育成されていく。適切な教材設定により学習内容が明確になり、解決すべき課題も明確になる。そのため、どのような教材を設定するかは重要なポイントになると考える。そこで、岩田（2012）を基に教材設定の道筋を図3のように考えていくことにした（図3）。運動教材を設定する際には「その運動のおもしろさは何か」「子どもたちはその運動を通して、どんな願いや思いを充足させたいのか」といった教師の運動素材に対する解釈を豊かにしていくことが大切である。そのためには「内容的視点」と「方法的視点」の2つの視点を考慮しながら素材のおもしろさを捉え直す必要がある。内容的視点は、中核となる学習内容は何かということやどのような課題を解決するのがおもしろいのかということである。方法的視点は、子どもの実態、学習機会の平等性、おもしろさの確保などに留意し、学習意欲を高めることが可能かということである。これらの2つの視点を踏まえた上で運動教材を設定することで、運動のおもしろさを味わわせながら、課題を解決し、動きの高まりを実感させることができるのではないかと考える。

次に、単元構成について、子どもたちが自己の能力に適した課題を見付けることができるようにするためには、これまでの考えを基に、図4のような過程で学習していくことが大切であると考えた（図4）。その際、まずは、どのような運動課題があることを教師が想定しておくことが必要である。この点に関して、松田（1968）は、スポーツにおける運動の課題は、大きく5つに分類できるとした。それをまとめたものが表3である（表3）。教師が運動課題を想定しておくことで、子どもたちがどのような課題を解決したいと思うのかも想定することができる。そして、次に、これから目指す動きを子どもにつかませる必要がある。目指す動きを明確につかませるためには、動画や絵

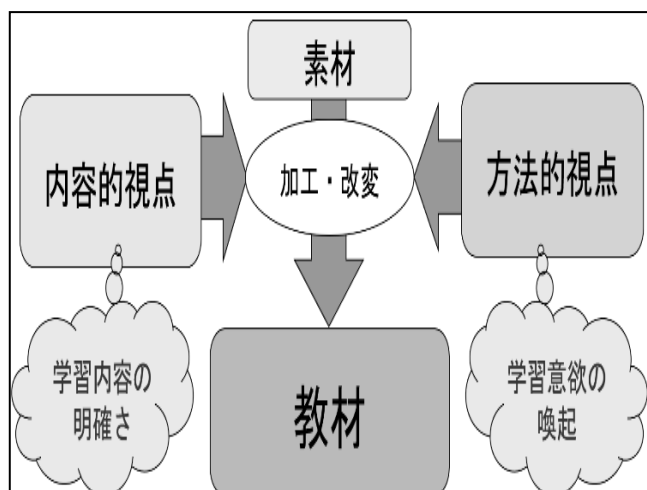


図3 運動教材設定の道筋

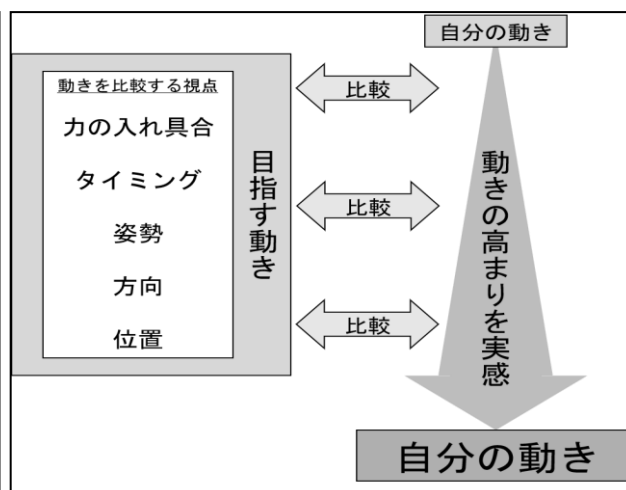


図4 動きを高める過程

表3 スポーツにおける運動の課題

スポーツ種目	運動課題
体操競技, ダイビングなど	一定のフォームの形成
陸上競技, 水泳など	個人の最高能力の発揮
柔道, 剣道, すもう, レスリングなど	変化する対人的条件下で, 各人がそれぞれの能力を発揮すること
各種の球技など	変化する集団的・対人的条件下で, 各個人および集団が, それぞれの能力を発揮すること
ダンスなど	思想, 感情を律動的な身体運動によって美的に表現すること

図を基に, 分かりやすく動きを確認することが大切である。さらに, 目指す動きと自分の動きとを比較することを通して自分がどのように動いているのかを捉えさせ, 自己の能力に適した課題を見付けさせる。その際には, 友達にアドバイスをしてもらったり, 自分の動きを撮影した映像を視聴したりすることで客観的に自分がどのように動いているのか把握することができる。また, 動きを比較する際には, 体の部位や動きを「力の入れ具合」「タイミング」「姿勢」「方向」「位置」といった観点で比較することで目指す動きと自分の動きとの差異点が分かりやすくなり, 自己の能力に適した課題を明確に把握し, 解決への見通しをもつことができると考える。

このような活動を取り入れながら, 単元構成の工夫を行うことで自ら課題に気づき, 試行錯誤する中で動きの高まりを実感することができる。具体的には, 以下の図5のような流れで単元の学習を進めていく(図5)。

まず, つかむ・見通す段階では, 単元の初めにこれまでの学習を想起することで, 既習の知識及び技能を活用しやすくなることができる。そして, 運動との出会いを通して感じた思いや願い, 解決したい課題などを基に, 単元を貫くめあてを設定する。次に, 挑戦する・工夫する段階では, 単元前半で中核となる学習課題について主に「わかる」と主に「できる」時間に分けて活動することで課題解決することができるようにする。単元後半では, 個人やグループの課題に合わせた活動を行うことで動きの高まりを実感することができるようにする。最後に, 生かす段階では, 発表会や大会を行うことで, 成果を確かめ, さらに動きの高まりを実感することができるようにする。

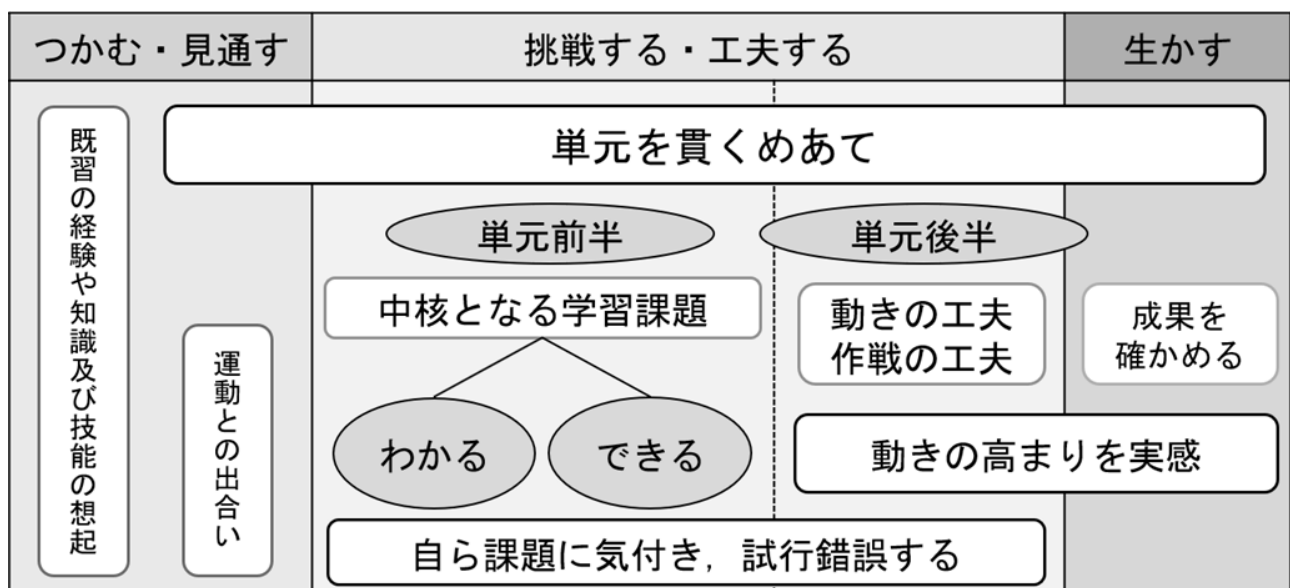


図5 自ら課題に気づき, 試行錯誤する中で動きの高まりを実感する単元構成の概要

3. 自ら課題に気付き，試行錯誤する中で動きの高まりを実感する体育科授業の実践

3. 1. 単元について

これまでに述べてきた目指す授業づくりに関するポイントを踏まえた上で，図2を基にして，図6のように各学年の跳の運動の学習内容を系統的に位置付け，授業を行うことにした（図6）。

本単元では図3の考えを基に，幅跳びという素材を図7のような道筋で加工・改変し，「ねらい幅跳び」という教材を設定した（図7）。

3. 2. 目標について

本単元では「知識及び技能」，「思考力，判断力，表現力等」，「学びに向かう力，人間性等」という資質・能力の三つの柱に沿って目標を設定した。

知識及び技能では，短い助走から踏み切り足を決めて前方に強く踏み切り，遠くへ跳んで両足で着地するための動き方がわかり，できるということである。

思考力，判断力，表現力等では，自己の能力に適した課題を見付け，遠くに跳んで両足で着地できた動きとできなかった動きを比較して捉えた「強い踏み切り」や「ななめ上への踏み切り」などのよい動き方を基に課題解決の活動を選んだり，動きの高まりの要因を友達に伝えたりすることができるということである。

学びに向かう力，人間性等は「遠くに跳んできれいに着地したい。」「幅跳びの動きを楽しみたい。」などの思いや願いをもって挑戦し，できるようになった動きの高まりを振り返ったり，きまりを守って場や用具の安全に気を付けたりしながら，友達と協力して進んで運動に取り組むことができるということである。

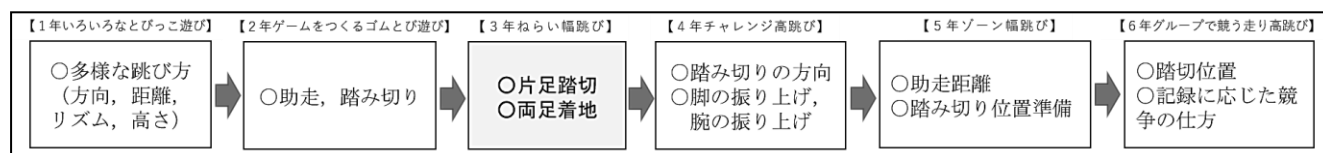


図6 各学年の跳の運動の学習内容

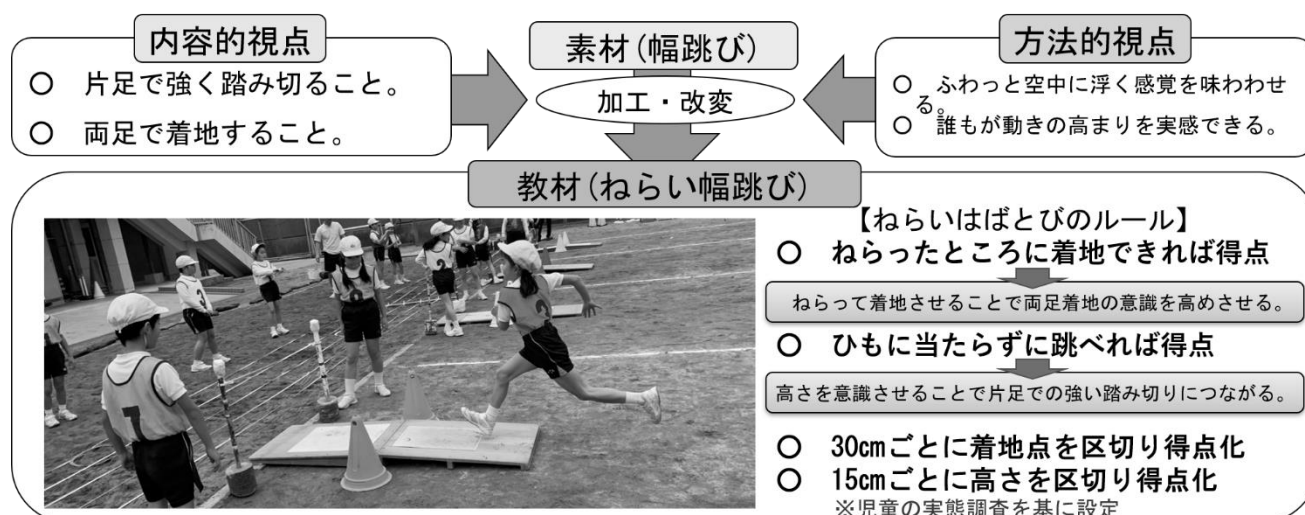


図7 素材（幅跳び）から教材（ねらい幅跳び）の設定の道筋

3. 3. 指導計画と授業の実際

指導計画については、表4に、授業の実際については図8及び写真1、写真2にまとめる。

表4 第3学年ねらい幅跳び指導計画

時間	1	2	3・4	5・6	7	8
過程	つかむ・見通す	挑戦する・工夫する	挑戦する・工夫する		生かす	
課題の追究過程	2年生までに学習した動きで楽しもう。	試しの幅跳びに挑戦して、学習計画を立てよう。	自分の課題を解決するためにチームでアドバイスし合い、クラス全員で記録を伸ばそう。		ねらい幅跳び大会をしよう。	記録の伸びを確かめて学習のまとめをしよう。
			踏切りのコツにはどのようなものがあるのだろうか。	着地のコツにはどのようなものがあるのだろうか。	自分の課題を見付けてアドバイスし合いながら練習をしよう。	
			比較を通して自己の能力に合った課題を把握		動きの高まりを実感	
学習内容	遊ぶに組み込むことができる。	挑戦すること、設定すること、挑戦すること、設定すること、挑戦すること、設定すること。	踏切りのコツ、踏み切りの高さ、踏み切りの方向、踏み切りの姿勢、踏み切りの足、踏み切りの手、踏み切りの目、踏み切りの鼻、踏み切りの口、踏み切りの舌、踏み切りの喉、踏み切りののど、踏み切りの胃、踏み切りの腸、踏み切りの肝臓、踏み切りの腎臓、踏み切りの心臓、踏み切りの肺、踏み切りの血管、踏み切りの神経、踏み切りの筋肉、踏み切りの骨、踏み切りの関節、踏み切りの皮膚、踏み切りの毛、踏み切りの爪、踏み切りの髪、踏み切りの目、踏み切りの鼻、踏み切りの口、踏み切りの舌、踏み切りの喉、踏み切りののど、踏み切りの胃、踏み切りの腸、踏み切りの肝臓、踏み切りの腎臓、踏み切りの心臓、踏み切りの肺、踏み切りの血管、踏み切りの神経、踏み切りの筋肉、踏み切りの骨、踏み切りの関節、踏み切りの皮膚、踏み切りの毛、踏み切りの爪、踏み切りの髪。	踏切りのコツ、踏み切りの高さ、踏み切りの方向、踏み切りの姿勢、踏み切りの足、踏み切りの手、踏み切りの目、踏み切りの鼻、踏み切りの口、踏み切りの舌、踏み切りの喉、踏み切りののど、踏み切りの胃、踏み切りの腸、踏み切りの肝臓、踏み切りの腎臓、踏み切りの心臓、踏み切りの肺、踏み切りの血管、踏み切りの神経、踏み切りの筋肉、踏み切りの骨、踏み切りの関節、踏み切りの皮膚、踏み切りの毛、踏み切りの爪、踏み切りの髪。	踏切りのコツ、踏み切りの高さ、踏み切りの方向、踏み切りの姿勢、踏み切りの足、踏み切りの手、踏み切りの目、踏み切りの鼻、踏み切りの口、踏み切りの舌、踏み切りの喉、踏み切りののど、踏み切りの胃、踏み切りの腸、踏み切りの肝臓、踏み切りの腎臓、踏み切りの心臓、踏み切りの肺、踏み切りの血管、踏み切りの神経、踏み切りの筋肉、踏み切りの骨、踏み切りの関節、踏み切りの皮膚、踏み切りの毛、踏み切りの爪、踏み切りの髪。	単元の学習を振り返り、動きの高まりとその要因、あるコツの発見や自分の課題解決などを関係付ける。
楽しさ	運動と出合う楽しさ、課題をつかむ楽しさ		実際に自分で動いてよい動き方を発見する楽しさ、目指す動きと課題となる動きを比較してよい動き方を発見する楽しさ		動きの高まりを実感する楽しさ	

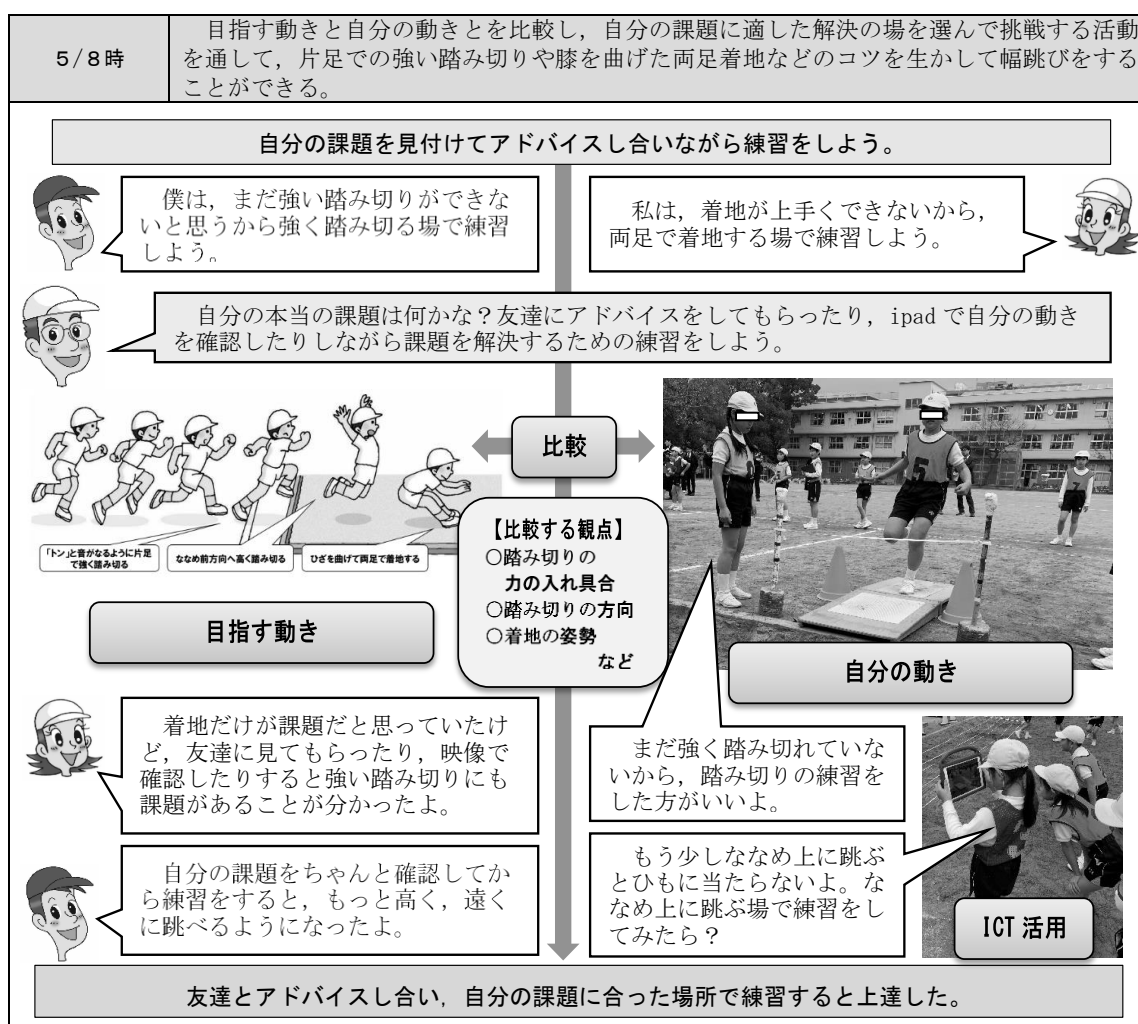


図8 ねらい幅跳び授業の実際

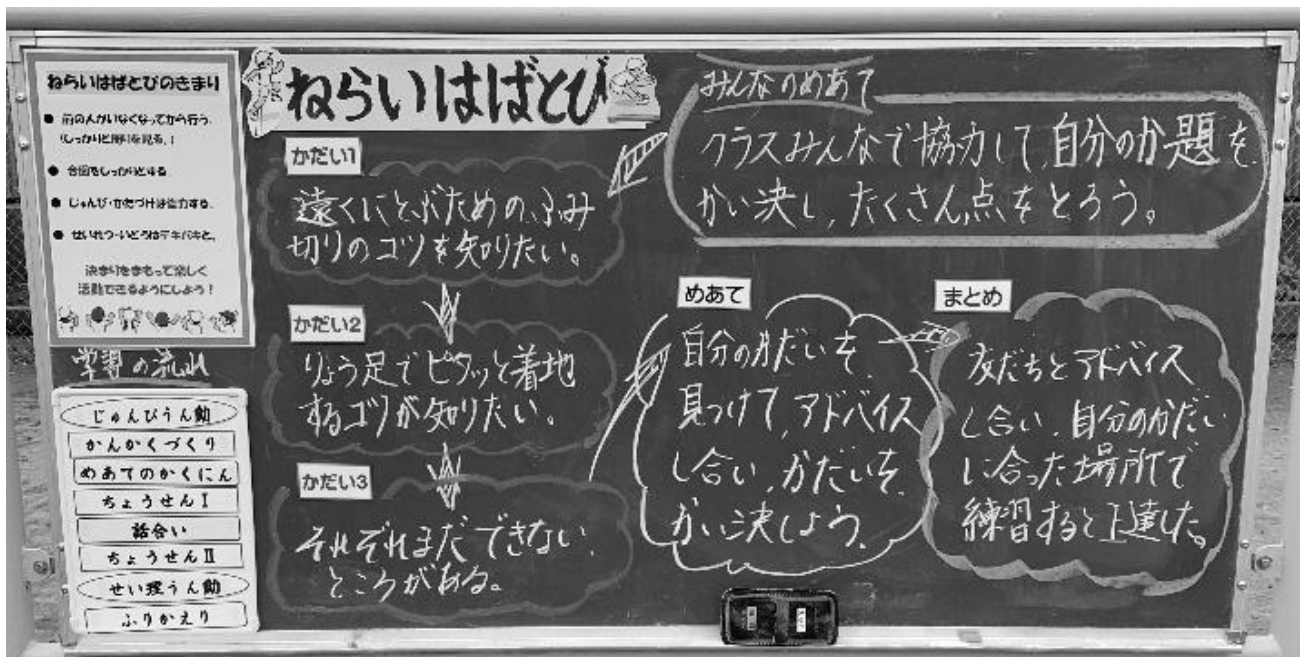


写真1 ねらい幅跳び授業板書①

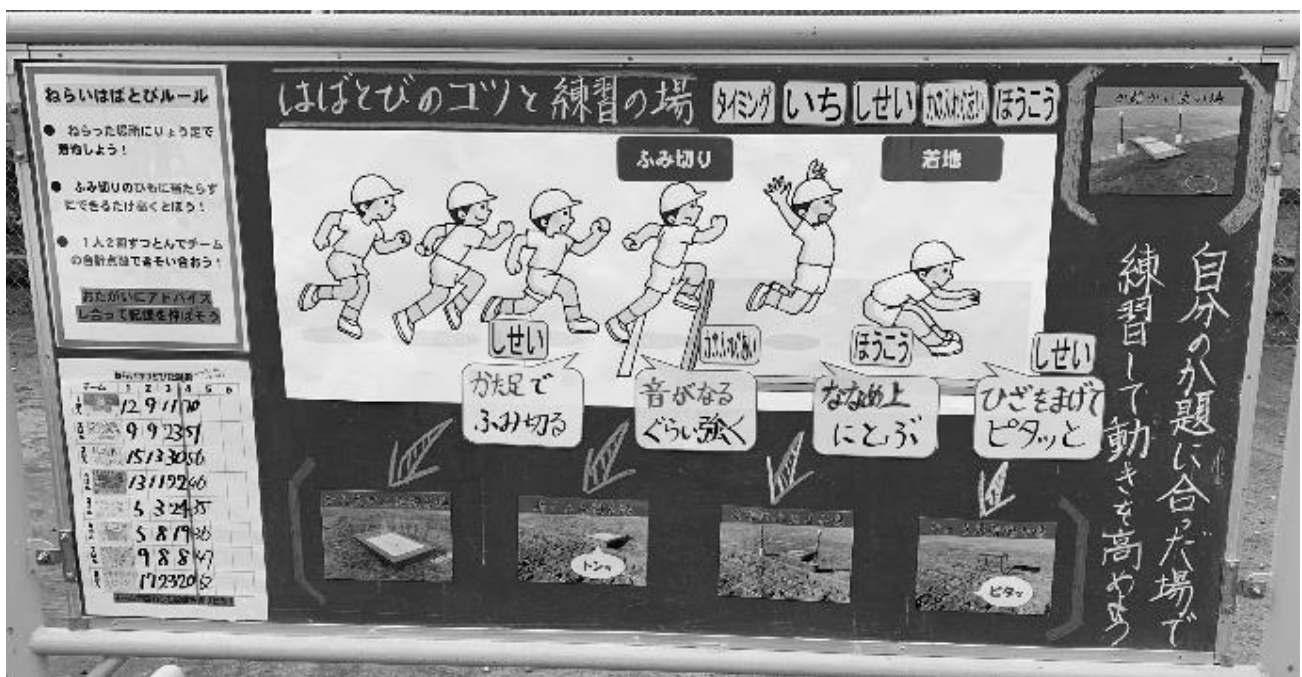


写真2 ねらい幅跳び授業板書②

3. 4. 実践の考察

子どもたちが記述した振り返りカードや授業中の発言などから、ほとんどの子どもたちが、このねらい幅跳びの授業で自己の能力に合った課題を見付け、その解決に向けて試行錯誤し、動きの高まりを実感している姿が見られた。それは、3年生という発達段階に合った目標設定を行い、運動のおもしろさを味わうことができるような学習内容を明確にし、教材設定や単元構成の工夫を行ったからだと考えられる。また、本単元で動きの動きの高まりを実感できた子どもは、新たな運動課題に出合った際も、本単元と同じように自ら課題を見付け、試行錯誤しながら運動に取り組んでいくことが予想される。

しかし、中には、自己の能力に合った課題を捉え、精一杯課題解決に取り組んではいたが、動きの高まりまでには至っていない子どももいた。それは、課題を解決するための練習方法の不十分さや練習時間の不足などが考えられる。これらの点を今後さらに工夫していくことで子どもたちはより動きの高まりを実感することができると予想する。

4. おわりに

運動によく取り組む子どもとそうでない子どもの二極化が問題となっている今、子どもたちが動きの高まりを実感することで次の運動への意欲に繋がり、運動好きな子どもを育てることに繋がるのではないかと感じる。そのためにも、ただ運動を繰り返すだけではなく、自己の能力に合った課題解決のための運動が重要になるのだと改めて考えることができた。今後も、運動のおもしろさや運動ができた喜びを味わわせられる授業、そして、運動に親しむ資質・能力の育成を目指し、体育科の授業づくりを追究していきたい。

付記

本報告は、鹿児島大学教育学部附属小学校令和元年度研究紀要で発表した研究内容に基づき、体育科教育において研究をさらに発展させ、その研究成果をまとめたものである。

引用文献

文部科学省 (2018) 小学校学習指導要領解説体育編. 東洋館出版社

岩田靖 (2012) 体育の教材を創る. 大修館書店

岩田靖 (2016) 技術指導からみた体育. 友添秀則・岡出美則編 教養としての体育原理. 大修館書店

松田岩男 (1968) 運動技術の構造. 岸野雄三編 序説運動学. 大修館書店