

# 小学校体育における教師による教材解釈の検討を通じた授業改善の試み

- 身体を調整する力を育むことに焦点づけて -

須藤 信司 [鹿児島大学教育学部附属小学校]・當房 省吾 [鹿児島大学教育学部附属小学校]  
廣瀬 勝弘 [鹿児島大学教育学系(保健体育)]

## Experiment of lesson improvement through study of explanation of teaching material by teachers on elementary physical education class: Focus on rearing adjustment ability of the body of self

SUDOH Shinji · TOUBOU Shogo · HIROSE Katsuhiko

キーワード：小学校体育、授業研究、単元構成の工夫、調整する力を育む

### 1 はじめに

私たちが生活していくために、体力は必要不可欠なものである。また、運動やスポーツは、現代のグローバルな環境においても国境を越えて楽しさを分かち合うことができ、人生をより豊かで充実したものにする世界共通の人類の文化の一つであり、明るく豊かで活力に満ちた社会の形成や個々人の心身の健全な発達に必要不可欠なものであると言える。

近年、体育授業で重要視されていることは、「身体を調整する力」の育成を目指すことである。それは、自分の身体を健康かつ目的に応じて動ける状態に調整することの可能な人間の育成を意味しているといえる(文科省, 2008)。

体育授業において子どもたちには、運動に取り組む、身体活動の価値の認識を深め、身体を動かす楽しさや心が安定する心地よさを味わい、自分の体力や適性に応じた活動を通して、生活を健康でより明るく豊かなものになるようにしようと工夫する態度が目指されるといえる(友添, 2009・高橋ら, 2010)。本論では、身体を調整することの意味と価値を子どもに伝えることを目指した小学校の体育授業実践の報告を行うことを目的とした。

### 2 身体を調整する力とは

身体を調整する力とは、自分の体の状態を目指す身体の状態に近づくように整えていく力の

ことである(白旗, 2012)。身体を調整するためには、目指す身体の状態と自分の身体の状態の比較から課題を把握し、見直しをもって課題解決を図り、身体の調子を整えることが大切であると考えられる。

また、見直しをもち課題解決を図るには、友達との学び合いを生かして自らの動きの状態を捉え、少しずつ目標となる動きができるようになることを実感し、目指す動きへと繋げていくことが必要である。自分の動きを捉えて目指す動きへと繋げて高めていくということは、自身の身体の状態をよく把握し、よく動けるように整えていくということであり、このことを〈身体調整〉と考えたい。身体を調整するということは、目指す動きができるだけでなく、自分の身体の状態を認識して健康な状態にしていくことや爽快感・達成感などを感じて動く心地よさを実感していくことでもあると考えられる。

### 3 身体を調整する力を育成する学習指導

体育授業において、身体を調整できる子どもを育成するためには、目指す動きを「自分が動く感覚」として捉えさせ、動きを高めさせる学習指導を行うことが必要である(金子ら, 1996)。

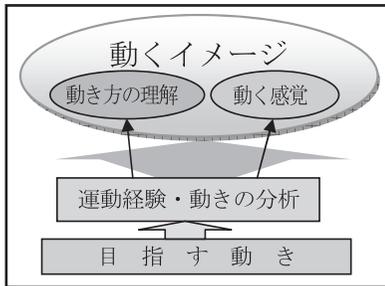


図1 動くイメージをもつ過程

子どもたちは、これまでできなかった動きができるようになるために、目指す動きを分析して、身体の部位や局面の動き方を理解する。そして、その分析した通りに動くには、どのように自分が動けばよいかということを描く。これを「動くイメージ」と捉えた。これは、図1にあるように動きの分析やこれまでの運動経験から掴んだ、動き方の理解や動く感覚を基に思い描いたものであると考える。

最初にもつ動くイメージは、これまでの運動経験で培われた感覚もあるが、自身が動きの分析から理解した動き方によるものが大きいため、動き方の流れは理解していても、自分の身体をどのように動かせばよいかは、あまり捉えきれない。



図2 動くイメージが明確になる例



図3 観点を基にしたアドバイス例

そこで、図2のように、授業において子どもが動く感覚を捉えられるように、動くイメージをより明確にもつことが必要となる。また、動くイメージが明確になることによって、これまで以上にコツを実感したり、主運動の動きに繋がったりすることも必要である。

しかし、子どもは、一人で動くイメージを明確にすることが困難である。その理由は、自分の動きを客観的に捉えられないからである。そこで、友達と動きを見合い、友達からの情報を受け入れることにより、自分はどのような動きをしているかを認識し、思い描いた自身の動くイメージと符号していたかを確認することが大切である。こうして、子どもたちは、動くイメージをより明確にもてるようになる。

須藤ら(2013)は、これまでも授業において、動き方を伝え合わせる指導を行ってきたが、動く感覚を伝え合わせる指導は不十分であった。そこで、図3の例のように、動くイメージをより明確にもたせるために、動く感覚も伝わるような観点でアドバイスさせる必要であると考えた。

このような活動を活性化させることで、子どもたちが、友達の動きの観察やアドバイスから動くイメージを明確にもち、友達の課題解決に向けたアドバイスや友達の動きの高まりに対する称賛を与えるようになる。その結果、学習者である子どもは、自分なりの動きのコツをつかみ、動きが高まっていくと考える。

#### 4 動くイメージをより明確にしていく学習活動の設定

- (1) 動くイメージを明確にして動きを高めると

は子どもは、目指す動きを身に付けていくときに、次のように動きを高めていく（金子ら、1996）。

- 1 これから目指す動きをつかむ
- 2 自分の課題を把握して見通しをもつ
- 3 動きのコツを実感して目指す動きへとつなぐ

このとき、図4のように子どもが動くイメージを意識しながら運動に取り組むことで、動くイメージがより明確になり、自分の動きを高めていくことができると考えられる。

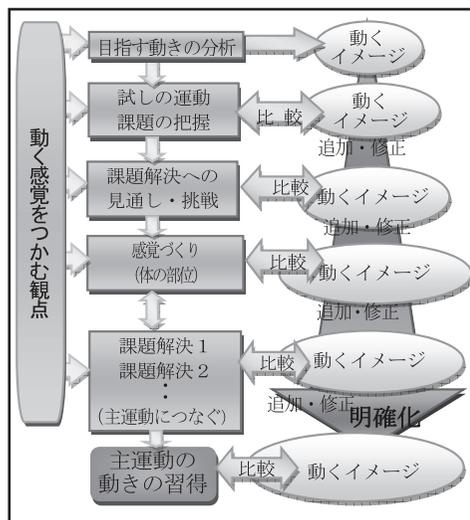


図4 より明確なイメージをもち動きを高めていく過程

初めて動きを学習する際には、まずもって、動き方の理解や動く感覚を基に、動くイメージをもつことで、目指す動きがどのような動きなのかをつかむことが必要である。次に、動くイメージと自分の動きを比較することで、「今、自分の動きには、どんな課題があるか」といった自分の動きの課題を把握し、課題解決に向けた見通しをもつことを可能とする。さらに、動くイメージを追加・修正することで、自分の動きがイメージしたとおりにできたか否かをより正確に判断し、動きの高まりを実感して目指す動きへとつないでいく。

つまり、動くイメージを明確にして動きを高めるとは、前述のように動くイメージを意識し、動くイメージと自分の動きを比較することで、友達とコツを伝え合いながら、動くイメージを追加・修正し、コツを実感して目指す動きへとつないでいくことであるといえよう。

## (2) 動くイメージを明確にして動きを高めさせる学習指導

動くイメージをより明確にもたせるためには、友達からのアドバイスや自分の動きを撮影した映像などから友達とのかかわりによって得られた情報を基に、客観的に自分がどのように動いているのかを捉えさせることが大切である。また、友達同士でお互いの動きの高まり具合を伝え合わせることで、動くイメージがより明確になっていき、動きが高まっていくことを実感させることを可能とする。

このように、運動学習を成功裏に展開するには、お互いの動きを観察し合いながら、動きを伝え合う集団の学びが大切であるといえる。そこで、動くイメージを明確にして動きを高めさせるために、集団の学びを個に返す学習活動を、つまり「個人の知」を「集団の知」とするべく効果的な活動指針を、後述のように設定することとした。

### ① 動くイメージをもつ学習活動

動くイメージをもつ学習活動とは、これから目指す動きをつかむための学び合いであるといえる。それは、表1に示した動く感覚をつかむ観点により目指す動きを分析し、動き方を理解し、動く感覚を掴んだりすることで、臆気なイメージであった動く感覚を、確かなイメージとして捉え直し、目指す動きを正確につかむ活動である。

表1 動く感覚をつかむ観点

動く感覚をつかむ観点	力の入れ具合	タイミング	姿勢	方向	位置
例示	・力をどのくらい入れる(抜く)のか。	・どんなリズム(順番)で体を動かすのか。	・どのくらい腰や膝や肘等を曲げ(伸ばす)のか。	・どちらに体に向けるのか ・どちらに移動するのか。	・どの位置でボールを投げればよいのか。

表2 一単位時間の学習活動における学び合いの位置付け

学習過程	導入 → 展開 → 終末			
学習活動	動くイメージと自分の動きを比較する	動くイメージをもつ	動くイメージを追加・修正する	動きが高まった根拠を明らかにする
目的	動きの課題を把握し、課題解決への見通しをもつ	目指す動きをつかむ	動きのコツを実感して目指す動きへつなぐ	自己有能感や有用感を味わう
思考の型	比較, 関係付け	比較, 関係付け	関係付け	比較, 関係付け
個に返る姿	観点を基に、自分の動きの課題を把握し、課題解決への見通しをもつことができる。	目指す動きの動くイメージをもつことができる。	コツや動きの高まりを実感することができる。	学習前と後の自分の動きを比較し、どのような活動(練習の工夫、友達のかかわり)で、身体のどこがどのように動けるようになったかを説明できる。
子どもの様相	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ ~な感じで動けないのはなぜだろう。</li> <li>・ どうも~(体の部位)がうまく動かない。</li> <li>・ ~な動きができる練習をしてみよう。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ どうすればこんな動きができるのだろう。</li> <li>・ ~な感じで動けばよさそうだ。</li> <li>・ 体をどう動かせばよいのだろう。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ ~ (体の部位)を~な感じで動かしたらいいのかなあ。</li> <li>・ ~な感じだとうまくいくから○○さんもやってみたら。</li> <li>・ 今のは、~な感じで動いていたよ。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ ~ (体の部位)を~な感じで動かしたらうまくいったよ。</li> <li>・ ○○さんのアドバイスのとおりにやったらできたよ。</li> </ul>

② 動くイメージと自分の動きを比較する学習活動

動くイメージと自分の動きを比較する学習活動とは、自分の課題を把握して見通しをもつための学び合いであるといえる。動く感覚をつかむ観点を基に、動くイメージと自分の動きの状態とを比較させることで、自分の動きを捉える活動である。

③ 動くイメージを追加・修正する学習活動

動くイメージを追加・修正する学習活動とは、動きのコツを実感して目指す動きへつなぐための学び合いであるといえる。自分の動きがイメージしたとおりにできたかどうかについて、動く感覚をつかむ観点を基に捉え、自分の動きがどのような過程で目指す動きに近づいたのかを判断する活動である。

その際、うまくできなかった動きについて、

自分の課題解決につながりそうな友達からの情報を選択し、新たなコツや感覚を追加したり、動く感覚を修正したりすることを通じて、動くイメージをより明確にしていく。

また、このような一単位時間の学び合いを通して、自分の動きが高まったことを実感させるために、授業前と授業後の自分の動きを自己評価により比較して、動きが高まった要因を考え、動きの高まりの根拠を明らかにしていく活動も設定する。

このように、類型化された学習活動を表2のように、一単位時間の学習の中で意図的に設定することで、自分の動きの高まりが実感しやすくなると考えた。

加えて、図5のように、子どもの動きの課題に応じて焦点化する動く感じをつかむ観点を変えていくことで、動くイメージと自分の動きが

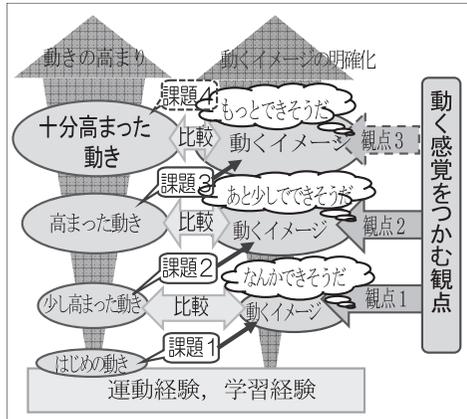


図5 動く感覚をつかむ観点の焦点化と動きの高まりの関係

比較しやすくなる。そして、焦点化した動く感覚をつかむ観点を基に自分なりの動くイメージを相手に分かりやすい方法で伝え合わせ、動くイメージを追加・修正させる。こうした一連の学習を繰り返すことで、「なんだできそうな気がする」から「あと少しできそう」「もっとうできそう」などという思いが連続・発展し、運動へ主体的に運動に取り組むようになり、動きを高めることができると考える。

5 動くイメージをより明確にしていく学習活動における教師の問いかけや価値付け

表3は、子どもの思考を表出させたり、価値付けたりする教師の働きかけ（問いかけや価値付け）の例を整理しまとめたものである。

このように、教師の問いかけや価値付けによって、動くイメージを深化させ、子どもたち同志の学び合いの活性化を図るようにしていく。特に、「比較」「関係付け」を行わせる際は、対象となるものを明確にして、子どもに働きかける必要がある。

表3 学習活動における教師の問いかけや価値付けの例

学習活動	問いかけや価値付けの例
動くイメージをもつ	<ul style="list-style-type: none"> <li>・「体のどこをどのように動かしているのかな」 【目ざす動きと身体の部位との関係付け】</li> <li>・「何か似たような動きはなかったかな」 【これまでの運動経験と目ざす動きとの比較】</li> <li>・「～（動く感覚をつかむ観点）に着目したんだね」 【動くイメージをもつことができたことへの価値付け】</li> </ul>
動くイメージと自分の動きを比較する	<ul style="list-style-type: none"> <li>・「自分の動きとどこがどのようにちがうかな」 【動くイメージと自分の身体の動きとの比較】</li> <li>・「体のどこがうまく動いていないのかな」 【動くイメージと自分の身体の部位の動きとの比較】</li> <li>・「どんな練習をすればうまくできるようになりそうかな」 【目ざす動きと動くイメージとの関係付け】</li> <li>・「〇〇さんは、～（身体の部位）の～（動く感覚をつかむ観点）を～つかむために～（練習の場）で練習できたね」 【動くイメージをもつことができたことへの価値付け】</li> </ul>
動くイメージを追加・修正する	<ul style="list-style-type: none"> <li>・「体のどこをどのように動かすとよさそうかな」 【動くイメージと身体の部位の関係付け】</li> <li>・「〇〇さんは、～がうまくできるのはなぜだろう」 【動くイメージと友だちの動きとの関係付け】</li> <li>・「今は、～（動くイメージ）な感じで動いたね」 【動くイメージが追加・修正されたことへの価値付け】</li> </ul>

の習得

6 動くイメージの共有化を目指した実践事例

(1) 単元について

- ・単元名:第6学年「友達を生かしたサッカー」
- ・実践を進める中での子どもの習得課題:

- ① 足下でのトラップ、適切なパス、シュートなどの動きの習得
- ② パスやトラップの技能を活用し、「パスをもらうための位置取り」や「ボールを受け取る体の向き」などを考えながら動くといった「ボールを持たない動き」

(2) 本単元の授業設定

表4は、本単元の目標である。また、図6は、主となる動く感覚をつかむ観点の設定一覧である。ボールゲーム系の学習には、変数要素が多数存在するために、学習すべき内容の焦点化には苦慮するところである。本単元では、自分とボールやゴールとの関係、あるいは、位置取りや身体の向きなど、学習場面における、指導内容の焦点化を図った。

表4 単元の目標

関心・意欲・態度	思考・判断	技能
「パスをつないでシュートを決めたい」などの思いや願いをもち、場の安全を確かめながら、ともに学び合って運動できる。	ルールや相手チームに応じて作戦を工夫・選択したり、観点に沿って目指す動きと自分の動きを比較したりすることができる。	チームでの役割を引き受けながら、状況に応じたパスやドリブル、トラップやシュートをすることができる。

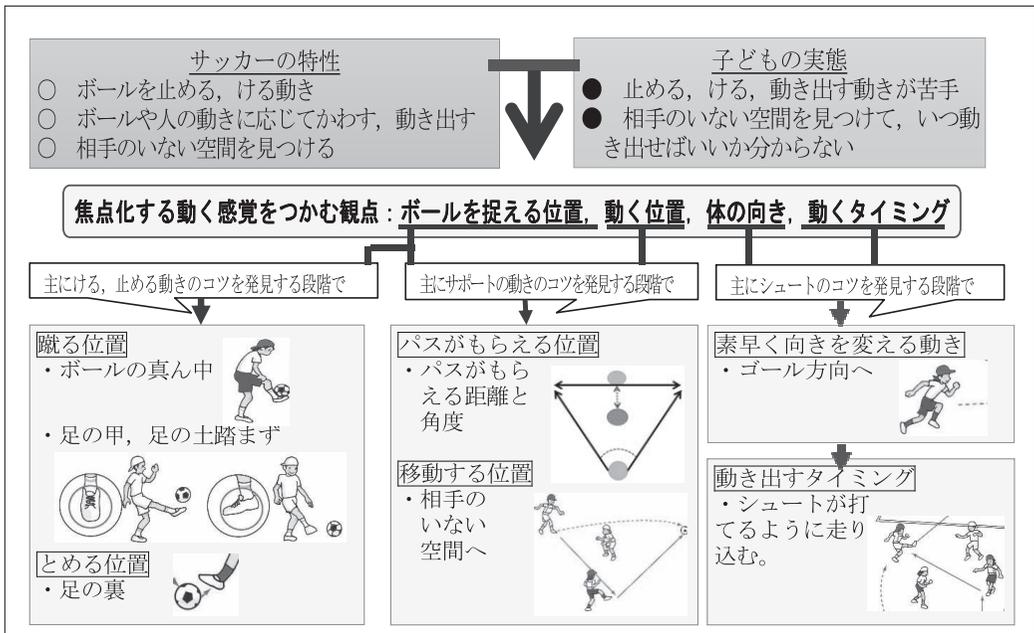


図6 主となる動く感覚をつかむ観点の設定

(3) 授業実践の実際

	主な学習活動	【子どもの学びの様子】	【教師の働きかけ】
<p style="writing-mode: vertical-rl;">つかむ・見通す</p>	<p>1 準備運動</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・感覚づくり</li> <li>・ドリルゲーム</li> </ul> <p>2 めあての設定</p>	<p>シュートできる体勢になっていけばいい。</p>  <p>「体の向き」に気を付けてみよう。</p>	<p>すばやいシュートにつなげるために、どんな状態になっていけばよさそうですか。</p> <p>そうだね。では、今日は何（対象）をどのポイント（位置、向き、タイミング、姿勢、力の入れ具合）に気を付けて動いてみればよさそうかな。</p>
	<p>3 タスクゲーム</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・見つけたコツの発表</li> </ul> <p>4 見つけたコツを試す</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・練習</li> <li>・コツの伝え合い</li> </ul>	<p>めあて</p> <p>すばやいシュートにつなげるために、<b>体やボールを動かす「向き」</b>をどのように工夫すればいいだろうか。</p>	<p>①〇〇くんが、すばやいシュートにつなげるために、動かしているものが2つあるよ。なにとなにを（対象）動かしているのかな。</p> <p>②そうだね。では、体とボールをどの向きに（方向）動かしているのかな。</p> <p>すばやいシュートにつなげるために、体とボールはゴール向きに動かせばいいね！</p>
<p style="writing-mode: vertical-rl;">挑戦する・工夫する</p>	<p>5 メインゲーム</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・作戦の実行</li> <li>・チーム内の振り返り</li> </ul> <p>動くイメージを、実際に動く中で追加・修正していく</p>	<p>①体とボールを動かしているよ。</p> <p>②ゴールの向きに動かしている。</p> <p>観点を短い言葉で伝えながら練習する姿</p>  <p>ゴールの向きだよ！</p> <p>体もボールもゴールを向く姿</p>	<p>立体型作戦ボードを活用して伝え合う</p>  <p>練習したことをゲームに生かそうとする姿</p> <p>できるようになった動きを具体的に説明する姿</p>
	<p>6 整理運動</p> <p>7 学習の振り返り</p>	 <p>パスをもらった後、すぐに体をゴール向きにむき直してシュートをねらいました。</p>	 <p>〇〇さんは、ゴールを向いてフリーですぐシュートを打つことができました。</p>

## 7 授業実践の考察

「ボールをもたない動き」の習得を目指した授業実践を通して、以下のような子どもの変容を捉えることができたので、以下に列記する。

- ① 動く感覚をつかむ観点を基に「何と何」の比較や関係なのかを明らかにして、自分なりの動くイメージを説明したり、友達にアドバイスをしたりする姿が見られるようになった。
- ② 自ら進んで、自分がイメージした通りの動きができるように練習に取り組む姿がこれまで以上にみられた。
- ③ 動くイメージをより明確にしなが、動きを高める子どもが増えた。

上記変容の要因として考えられることは、まず、授業設計を行う教師が動く感覚をつかむ観点(学習内容)を焦点化し、学習展開を行ったことで、子どもたちは自分の動きをより正確に捉えることができるようになったことがあげられる。さらに、基礎となる動きを高める段階から常に動く感覚をつかむ観点で動きを捉えさせることで、つまり、教師が教材解釈を精緻に行うことから、単元を通した子どもの学習の全体像を捉えることができ、その結果、学習の道しるべを示すことが可能となったといえる。そのため、子どもたちは、自分がどのように動けばよいのかを具体的に把握し、課題解決へ向け、見通しをもって学習に取り組めるようになったといえる。その結果、多くの子どもたちは、目指す動きや友達の動きを伝え合い、お互いの動くイメージを追加・修正していく学び方が身に付いてきたことで、自分の動きの高まりに気付くようにまで、学習が深化された。そのため、単元後半には、「できそうだ」という思いが、これまでの学習時以上に、連続・発展するようになり、動きの高まりに繋がったといえる。

## 8 まとめと今後の課題

小学校体育では、1998年に体づくり運動領域が登場し、体の気づきや体の調子を整える等の表記を含み、自身の身体が他者や道具や環境等

と、どのような関係にあるのかを気づくことに主眼の置かれた授業構成の推進が継続して叫ばれている。しかしながら、子どもの体力面は、量的にも質的にも横ばい状態であることは周知の通りである。本実践は、このような子どもたちの実情に向き合い、新しい動きを習得する際の前提になるであろう「動く感覚」に焦点を絞り、単元において対象となる運動教材を、授業者である教師らが、精緻に解釈し授業構成を行い、子どもたちの身体知に揺さぶりをかけた実践報告である。体育の授業では、学習の対象となる運動を子どもたちが「できる」に昇華させることが、教師の役割であるといえる。しかし、新しい動きを限られた学習時間の中で習得させることは、大変困難を極めることである。体育の授業づくりにおいて大切なことは、「できない」から「できる」に向かう混沌とした迷路を、子どもたち同士が試行錯誤しながらも、確かに目標に向かうような手立てを教師が事前に用意をすることである。今回の実践では、「動く感覚」という知の共有化を巡り、単元あるいは1単位の時間の構成の仕方についての改善を行い、結果として成功裏に授業展開が可能となった。今後、教材を精緻に分析解釈、検討する試みを通じて、継続して体育授業の改善に取り組みたいと考える。

## 引用・参考文献

- 鹿兒島大学教育学部附属小学校編 (2013), 個の確立を目指す授業の創造, 鹿兒島大学附属小学校平成25年度研究論文集.
- 金子明友監修 吉田茂・三木四郎編著 (1996), 教師のための運動学, 大修館書店.
- 文部科学省 (2008), 小学校学習指導要領解説体育編, 東洋館出版.
- 白旗和也 (2012), 『体育』の基本, 東洋館出版社.
- 鈴木直樹他編著 (2013), 学び手の視点から創る小学校体育授業, 大学教育出版.
- 高橋健夫他編著 (2010), 体育科教育学入門, 大修館書店.
- 友添秀則 (2009), 体育の人間形成論, 大修館書店.