

体 育 科

山 下 亜寿佳
古 田 正 樹
吉 本 貴 世

1 体育科における見つめ直しのある聞き合い

体育の授業では、運動の「できる・できない」や「上手・下手」、「速い・遅い」が明確になりやすい。それは、動きを誰もが見ることができるからである。そのため、運動が好きな子どもは、技ができたことや記録が速いことを喜び、積極的に運動に取り組む傾向にあり、ゲームやボール運動では、チームの仲間との動きよりも自分の動きを優先しやすい。逆に、運動が苦手な子どもは、技ができないことや記録が遅いことから、苦手な運動を避け、運動に対して消極的になりやすい傾向にあり、器械運動や陸上運動では、動きの「できる・できない」や記録の「速い・遅い」が明確になりやすいため、運動の苦手意識を持ちやすい。

運動の「できる・できない」などの技能差が大きい場合、運動のできる子どもが一方的に運動のできない子どもに動きのアドバイスをしたり、ゲームの作戦を立てたりすることが多い。しかし、決して運動の「できる・できない」が、運動の「わかる・わからない」と一致しているとは言えない。運動ができなくても、運動のポイントを理解していることがあるからである。逆に、運動ができていても、運動のポイントが分からないこともある。運動の「できる・できない」子どもと「わかる・わからない」子どもが、協力的・効果的に仲間とかかわることによって、どの子どもも意欲的に運動に取り組んでいくことができると考える。

協力的・効果的に仲間とかかわることとは、自^{※1}や他^{※2}の動きをよりよくしていこうとするかかわりである。そのようなかかわりでは、互いの動きをよりよくしていくために、互いの動きを見合ったり、互いの身体感覚^{※3}の気付き^{※4}を伝え合ったりする。子どもは、これまでに培った身体感覚を使って運動を行うため、同じ運動をしても、得られる身体感覚は個々によって違いがある。そのため、互いにかかわっていく中で、気付きの違いを知り、自に不足していた気付きを動いて試してみようとする。そして、試すことで気付きの有効性を感じたり、新たな気付きをつかんだりすることで、自や他の動きを見つめ直すことができる。そのようなかかわりをもつことで、動きをよりよくしていくとともに、運動の「できる」と「わかる」をつなぐことができると考える。

よって、体育科では見つめ直しのある聞き合いの姿を以下のように考える。

自と他の気付きを比べ 動きを試す中で 気付きの有効性を感じたり新たな気付きをつかんだりして 自や他の動きをよりよくしていく姿

協力的・効果的
なかかわり

※1 自
自分や自分が属するグループ
※2 他
友達や友達が属するグループ
※3 身体感覚
回転感覚、逆さ感覚、支持感覚等、様々な身体の感覚のこと。
※4 気付き
無意識で行う運動(身体知)を、身体感覚をもとに明らかにすること(形式知)。

2 見つめ直しへと向かう状態

(1) 動きができるようになりたい・動きができるようになってほしい

できる⇔できない

動きができる子どもと動きができない子どもがかかわった場合、動きができるようになるために、動きを教えようとする。また、動きができない子どもは「どうしたら、できた？」や「どんな感じで動いた？」と聞こうとする。互いにかかわっていく中で、動きができない子どもは教えてもらったことを試そうとし、動きができる子どもは動きに合わせた声かけをしたり動きを補助したりする。動きができるようになりたいという思いとできるようになってほしいという思いが重なり、自と他の気付きを受けとめ合い、よりよい動きにつながっていく。互いの

気付きがもとになり、動いて試すことを繰り返し、見つめ直しに向かうと考える。

(2) 集団（チーム）での動きをよりよくしたい

集団の運動

体育では、集団で行う運動がある。そこでは、集団対集団で勝敗を競い合ったり、集団で動きを考え表現したりすることができる。集団としての動きをよりよくしていくためには、自の気付きを受けとめ合う必要がある。一人一人が思いのままに動いていては、動きにまとまりが見られず、集団としてのよりよい動きにつながらない。そのため、自の気付きを受けとめ合い、自にとってどのような気付きがよりよいのか選択したり判断したりする。その気付きを動いて試すことで、自にとってよりよい気付きを見つけることができる。自にとってよりよい気付きについて受けとめ合い、動いて試すことで見つめ直しに向かうと考える。

3 受けとめ合いを通して見つめ直すための手だて

(1) 試行錯誤できる場の設定

動きの試行錯誤

子どもが動きの気付きをつかむために、動きの試行錯誤ができる場を設定する。そこでつかんだ気付きは、自の気付きとして蓄積したり他に伝えたりすることができる。また、動きの試行錯誤をしている友達の動きを見て気付きをつかむこともできる。動いてつかんだ気付きと動きを見てつかんだ気付きを受けとめ合うことで、気付きを比べたり新たな気付きをつかんだりすることができる。そこで、受けとめ合った気付きを動いて試すことで、動きをよりよくしていこうと見つめ直しに向かうと考える。

(2) 動きの言語化

学習ノート
ワークシート
ホワイトボード

動きを言語化し、学習ノートやワークシート、ホワイトボードなどに記していく。よかった動きを言語によって残すことで、その言語に合わせて動いたり、集団としての動きがまとまりやすくなったりする。動きを言語化した中から、自にとってよりよい言語を選択したり判断したりすることができる。よりよい動きをするための材料となる。選択や判断をする受けとめ合いから、動いて試すことで見つめ直しに向かうと考える。

(3) 客観的な視点

視聴覚機器

デジタルカメラやビデオカメラ等の視聴覚機器を使うことで、客観的な視点から自や他の動きを見ることができる。動いているだけでは気付かなかったことが、映像や写真を見ることで明らかになる。映像や写真と実際の動きとの違いを感じ取りながら動いたり、その動きを見てもらったりしながら、動きを高めていくことができる。また、映像と写真と実際の動きを比べて気付いたことも、よりよい動きを高めることに生かせる。と考える。

(4) 動きを見たり試したりするための明確なポイント

気付きの焦点化

子どもは運動する際、これまでに培った身体感覚を使って運動を行う。一人一人の身体感覚が違うため、同じ運動をしても多様な気付きが出てくる。多様な気付きをよりよい動きにつなげるためには、多様な気付きを共有し、その気付きを動いて試すことが必要である。しかし、多様な気付きを共有する場合、気付きが多様すぎるため、よりよい動きにつながる気付きを共有することに時間がかかることがある。そのため、動きを見るポイントを明確にすることで、そのポイントに関連した気付きを焦点化して受けとめ合うことができる。また、明確にポイントを示すことで、そのポイントを意識して動くことができ、ポイントに関連した気付きをつかみやすくなり、その気付きを受けとめ合うことができる。

4 実践例

(1) 試行錯誤できる場の設定

① 2年生の実践（ボールゲーム）

「転がしドッチボール」では、ボールを転がして相手に当てる攻めの動きと転がってきたボールから逃げる動きの二つの動きがある。二つの動きを子どもが試行錯誤することで、二つの動きの違いを感じながら、動きの気付きをつかむことができると考えた。また、試行錯誤する中で、「もっと相手にボールを当てたい」や「ボールに当たらないように逃げたい」など自分の動きをよりよくしたいという思いをもつことができると考えた。そこで、子どもが二つの動きを試行錯誤するために、「コートの大さを小さくする（6m×6m）」と「ゲームの時間を短く設定する（4分間の設定）」というゲームの場の設定を行った。

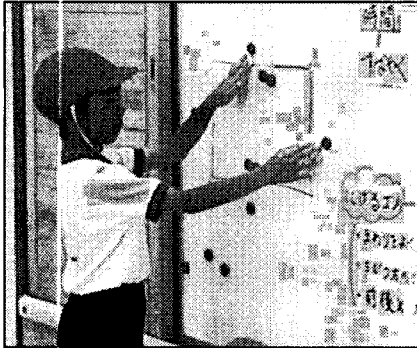


写真1 マグネットを使って説明



写真2 動作を加えながら説明

「コートの大さを小さくする」ことにより、一人一人が「当てる」と「逃げる」という動きの試行錯誤ができ、多くの気付きを見出すことにつながっていた。また、「ゲームの時間を短く設定する」ことにより、つかんだ気付きを忘れないうちに共有することができた。そして、時間設定が短いことにより、動きの気付きの共有とゲームで動きの試行錯誤を何度も繰り返すことができた。

「転がってくるボールから逃げるコツを見つけよう」という課題では、ゲーム後にコツを共有する場において、自分から前に出てホワイトボードとマグネットを使って説明したり（写真1）、動作を加えながら説明したりする姿（写真2）が多く見られた。子どもは、「転がってくるボールに対する動き」と「ボールが転がってくる前の動き」についての気付きを受けとめ合っていた。「転がってくるボールに対する動き」では「ボールの転がる向きと逆に逃げる」や「斜め方向にジャンプをしてよける」、「ボールが転がってくる前の動き」では「ボールをもっている人から遠い場所に立つ」や「ボールの動きが見渡せる場所に立つ」などの気付きがあった。その気付きを受けとめ合い、一人一人が自分にはなかったコツをやってみようという

思いをもって、その後のゲームに取り組んでいた。気付きの共有と動きの試行錯誤を繰り返すことにより、一人の動きに対する気付きだけではなく、「固まらないように広がって逃げた方がよい」といったチームとしての動きの気付きへと広げていくことができた。

② 6年生の実践（体づくり運動）

「島から島へ」の単元で、登り綱を使って跳び箱から跳び箱へ、足が床に着かないように全員が移動する運動に取り組んだ。

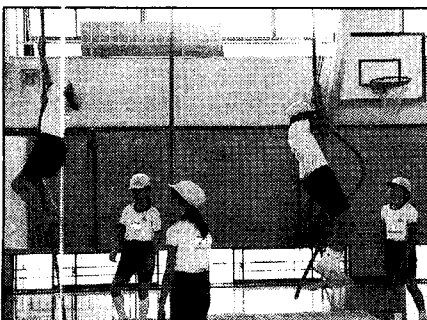


写真3 綱を使っての運動

まず、綱に慣れるために、綱での動きが試行錯誤できる場を設定した（写真3）。綱を登ることが得意な子どもは、どこまで綱を登ることができるのかをチャレンジし、綱を使っての運動が苦手な子どもは綱にどのぐらいいつながることができるのかをチャレンジしていた。一人一人がチャレンジを繰り返し、綱のつかみ方や足の使い方などの気付きをつかんでいた。また、綱の数が限られているため、綱を登る様子を見ていた子どもが「足で縄をはさんでから、手を動かして」や「足でしっかりは

さんでいたら落ちないよ」などのアドバイスをしたり、綱をたくさん登っている友達の動きを見て足の使い方を聞いたりしている姿も見られた。

次に、足が床に着かないように全員が移動する運動をすると、綱での動きを試行錯誤する中でつかんだ気づきを生かして取り組んでいた（写真4）。子どもは「全員が島から落ちないように渡りきりたい」という思いから、「しっかり綱をにぎって」や「綱を足ではさんで」などと声をかけ合っていた。また、友達の移動を補助したり綱を正確に渡そうとしたりする姿が見られた。

綱を使つての動きを試行錯誤することで、手や足の使い方に慣れ、手や足の使い方の気づきを生かして、全員で移動することができ、渡りきれたことへの達成感も味わうことができた。その後、跳び箱の数を減らしていくことで運動に対する意欲がわき、綱の持ち方や足の使い方のアドバイスだけでなく、跳び箱により多くの人数が乗るための工夫を考えることにつながっていた（写真5）。アドバイスをもとに見つめ直していくことで、自分の動きがよくなっていき、跳び箱への渡り方や乗り方の動きなどの新たな課題を見つけることにつながった。



写真4 跳び箱から跳び箱へ移動

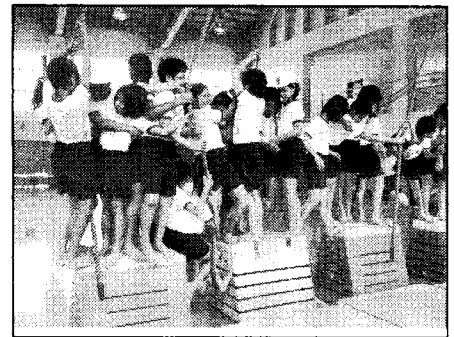


写真5 より多くで跳び箱に乗る

(2) 動きの言語化

6年生の実践（体づくり運動）

石川県教育委員会が行っている「スポチャレいしかわ」の40mリレー、8の字跳び、長なわ跳び、シャトルボールの四種目を、六チームに分かれて取り組んだ。各種目の記録を伸ばそうと、各チームが運動に取り組んだ。各チームの記録を平均した記録がクラスの記録になるため、自分のチームだけでなく、他のチームの記録も伸ばしたいという思いをもって、運動に取り組んでいた。

運動に取り組む中で明らかになった気づきを、各チームがホワイトボードに記していくことにした（資料1）。ホワイトボードには、各種目の記録とともに、記録の伸びにつながった気づきが蓄積されていった。各チームが互いのチームのホワイトボードを自由に見ることができるため、自分のチームと他のチームの記録を比べるだけでなく、気づきを知ることもできた。

長なわ跳びでは、自分のチームの記録と比べ、記録がいいチームの跳び方を見て、跳ぶリズムをつかんだり四人の跳ぶ位置を確認したりし、自分のチームで練習を繰り返していた。クラスの記録を伸ばそうとする思いから、跳び方を見せていたチームは、跳び方を見ていたチームのジャンプに合わせて「はい・はい・はい」と、リズムがとれるように言葉かけをし、気付いたことをアドバイスしていた。

動きを言語化することで、チームの動きに合った気づきを蓄積することができ、その気づきをもとに、他のチームとよりよい動きになるように教え合うことができた。



資料1 記録・気づきの蓄積

(3) 客観的な視点

① 4年生の実践（ボール運動）

「セストボール」の学習を始めると、ボールを思うような所に投げられない子どもが多かった。子どもは利き手と反対の足を踏み込んで投げるといった投動作についての理解はあったが、実際には利き手と同じ足を踏み込んで投げたり、足を踏み込まずに投げたりして

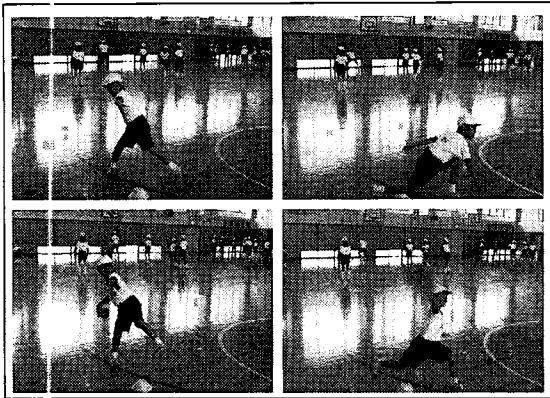
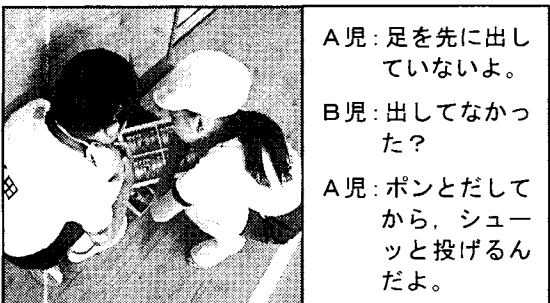


写真6 投動作の連続写真



A児：足を先に出していないよ。

B児：出してなかった？

A児：ポンとだしてから、シューッと投げるんだよ。

写真7 連続写真を見ながら受けとめ合う

受け、アドバイスをした子どもの後ろで投動作を真似ながら練習を繰り返すペアもいた。

連続写真を用いることで、子どもは客観的に自分の投動作を見ることができるとともに、ペア学習をすることで、相手の動きを連続写真と実際の動きと比べながら見ることができた。ペアになった相手にも投動作が上手になってほしいという思いから、連続写真と実際の動きを比べながら、的確なアドバイスをしていく中で、よりよい投動作で投げたいという思いが互いに大きくなっていった。アドバイスをもとに、連続写真を何度も見ながら自



写真8 ビデオで跳び方の確認

A児：ほら、Bさん高いよ。

B児：本当や。

A児：高さ、分かる？一人だけ高いのかかについているの、分かる？

B児：これやる？

A児：だから、（動いて見せる）こう跳ぶとかかをつく。だから、つま先で跳ぶと、かかがつかない。

資料2 ビデオでふり返る

いる子どもがいた。そこで、ボールを正確に投げるために、自分の投動作を見直すことにした。デジタルカメラで連続写真（写真6）を撮り、自分の投動作を見ることができるようにした。正確な投動作の連続写真も提示することで、自分の投動作との比較ができるようにもした。比較することで、違いに気付くことができ、よりよい投動作になるように練習を繰り返していた。しかし、一人では、投げ方がよくなったかどうか分かりにくい。そのため、「投動作が比較的できている子」と「投動作があまりできていない子」がペアになり、教え合う場を設けた。

ペアの学習では、連続写真をもとに、自分の課題を相手に伝え合い、互いの動きを見て、アドバイスをするようにした。ペアで共有した課題について、連続写真を見ながら動きを確認したり、アドバイスをしたりしていた（写真7）。連続写真と実際の動きを見ながら、投動作の比較ができるため、互いに気付きを伝え合い、よりよい投動作になるようにペアでの練習を繰り返していた。また、アドバイスを

自分の投動作を見つめ直す姿が見られ、よりよい投動作に高め合うことができた。

② 6年生の実践（体づくり運動）

長なわ跳びでは、一緒に長なわを跳ぶ四人の跳び方をよりよくするために、ビデオで四人の跳び方をふり返った（写真8）。チームで長なわ跳びをしていた時につかんだ気付きをビデオで確認できるようにした。

資料2のチームは、長なわ跳びをしていた時に「跳ぶ高さを高すぎないようにしよう」や「つま先で跳んだ方が跳びやすい」と意識して取り組んでいたのが、ジャンプの高さと跳び方についてビデオでふり返った。ビデオで跳んでいる様子を見ると、ジャンプの高さや跳び方についての気付きが、実際の動きではできていないことが分かった。B児は友達のジャンプに合わせて跳んでいたつもりだった

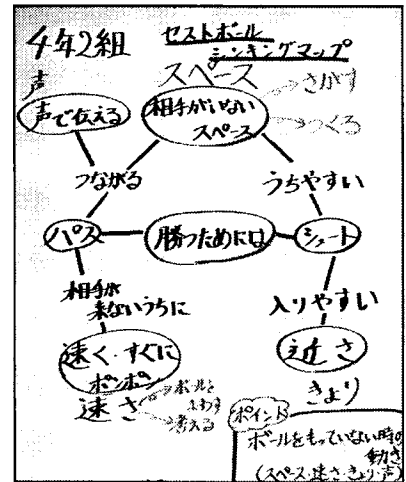
が、実際には自分の跳ぶ高さが高すぎたことや跳ぶ時にかかとが床に着いていることに気付いた。A児が話に合わせて動いて見せてくれることで、自分と友達の動きを比べながら、自分の動きに不足している動きを見つけていた。

ビデオでふり返ることで、チーム全員が実際の動きと映像を比べることができ、できている動きとできていない動きが分かる。できている動きは自信につながり、できていない動きは不足部分に気付くことにつながった。

(4) 動きを見たり試したりするための明確なポイント

4年生の実践（ボール運動）

「セストボール」は、攻守入り交ったゲームであり、得点につながる動きが多様である。練習やゲームを通して、「シュートの打ち方」「シュートを打つ場所」「パスの出し方」「パスを受ける位置取り」などの動きに関する気付きが多く出てきた。出てきた気付きを次の練習やゲームに有効に生かしていくためには、気付きを整理・分類して可視化することが必要であると考えた。そこで、出てきた気付きをマッピングによって、整理・分類した(資料3)。気付きを共有しながらマッピングしていくことで、「スペース」「距離」「速さ」「声」の四つのポイントが明確になった。その四つのポイントをもとに、子どもは「自分のチームはできているのかな」という思いをもってゲームをするようになった。ゲーム後のふりかえりでは「相手のいないスペースは、探すだけじゃなく、自分で動いてつくることもできるよ」や「ポンポンと速くパスを回すことができるようになってきたよ」など、明確にしたポイントを意識して気付きを出し合っていた。



資料3 気付きのマッピング

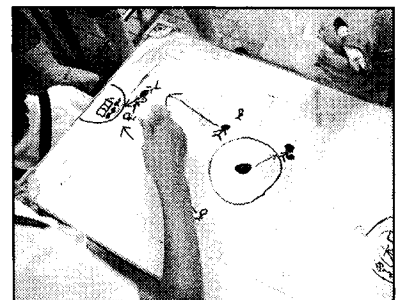


写真9 ポイントを意識して作戦を考える

練習やゲームをしていく中で、子どもから「攻め方をチームで考えたい」という声があり、チームごとに作戦を考えられるようにホワイトボードを準備した。ホワイトボードに動き方を書き込みながら、互いの考えを受けとめ合っていた(写真9)。マッピングで整理した四つのポイントを意識して、作戦を考えるチームが多く見られた。

ポイントを明確にすることで、子どもはポイントを意識して動いたり動きを見たりすることができるようになっていった。共通のポイントについて受けとめ合うことができるので、自分の動きに生かしやすくなったと考える。

5 成果と課題

子どもの気付きを大切に四つの手だてを講じることで、子どもは互いの気付きを受けとめ合い、自分の動きをよりよい動きに高めていこうとする姿が見られた。さらに、気付きをより効果的に動きに生かしていくためには、「気付きを広める」や「気付きをまとめる」などの目的に合わせて、手だてを講じる必要があったと考える。

動きは言語や映像などで可視化することによって、動きを残していくことができる。また、自分や友達の動きを見ることができなかつたとしても、可視化したものを見ることで、その時の動きについて知ることができる。そして、動いてつかんだ新たな気付きをつけ加えたり、動きを見て広めたりしていくことができる。言語や映像などで可視化することは有効な手だてであると考えるため、今後は運動を十分に取り組む時間を確保しつつ、動きを言語に表したり映像でふり返ったりする時間が有効に取り入れられるように追求していきたい。