

# 体 育 科

安 田 一 志  
小笠原 佳 子  
長谷部 学

## 1 体育科の本質について

私たちは体育科の本質を以下のようにとらえている。

心と体の promotion

人間だれもが健康でありたいと願っている。健康はライフスタイル（長年の生活環境によって形成された行動様式）要因と非行動要因（性や年齢など）が深く関係し、これらによって左右される。健康は各人に決定付けられたものではなく、自分の行動によってコントロール可能であることを意味している。このライフスタイルはその多くが青少年期に形成され、一度形成されたライフスタイルをかえていくことは容易なことではない。だからこそ、この時期に自分の健康について意識し、行動する力を育んでいくことが大切である。

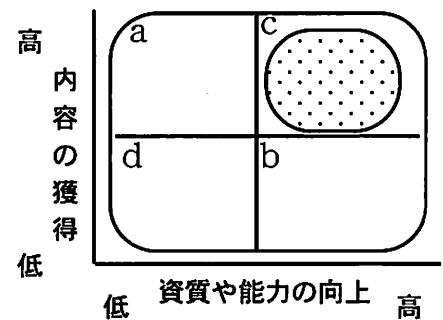
promotionとは、よりよいものにしていくこと、改善していくことという意味を含んでいる。我々の考える体育科におけるpromotionとは、一つは自分の健康を保持・増進するためどのように行動するかを考える力、つまり、思考力や判断力を高めていくことである。二つは学習を進めていく中で豊かな人間性を育み、個性を尊重し、互いの差異を認め合うことができるようにすることである。三つは、生きるための健康や体力を育むよりよい能力と態度を育成することである。すなわち、「心と体のpromotion」とは、身体や精神的な面だけでなく、自分を取り巻く環境との関わりからも健康へのアプローチを試み、それをコントロールし改善していくプロセスととらえている。体育科ではこれらの積み重ねにより、心身共に健康な人間の育成に大きく寄与することができる考えた。

## 2 体育科の学びについて

目まぐるしく変わる自分を取り巻く環境の中で自分を見失わず、しっかりと自分を見つめ、自分なりの行動を模索していく力をつけることが健康の意識化、さらには行動化につながると考える。体育科で扱う内容は、運動に関することと保健に関することである。

資質や能力の向上の面からは、個人差を認めながら安全やマナーを重視した態度や行動、仲間を意識した行動や巧みなものに感動したり共感したりすること、よりよい動きや場を創造する能力、健康に関する情報の収集選択実践する能力、運動の特性にかかわる技能の習得（体力、調整力）等を身につけさせることと考えられる。体育科では、内容の獲得をめざす過程において資質や能力の向上も育まれると考える。つまり、内容の獲得をめざすことと資質や能力の向上は一体化されたものとして考えている。

体育科では、これらのことを学びの構造図に位置付けると右の図のようになると考えた。



## 3 本質に基づく基礎基本について

これまで述べたことから、体育科の基礎基本を次のようにとらえた。

運動の楽しさや健康の問題を実感し表現していくこと

体育科では、技能や知識を身につけるだけでなく、それを身体運動や行動によって表現することに意味がある。今持っている力だけでは、私たちが望む運動の楽しさは味わえず、教え込まれただけの知識は保健行動に結びつかない。すなわち学習によって得られた知識や技能や結果だけに留まらず、活動の過程も重視し、その過程そのものも「表現」として捉えたい。子ども達が思いと動きの整合をはかり、「楽しかった、もう一度したい、こんなふうになりたい」と感じ、実践につながるようにすることが基礎基本と考えた。

#### 4 単元を構想するにあたって

体育科において、自己の「学び」を深めるとは、運動の特性にふれその楽しむ活動や健康を意識し実践していく活動を通して変容を自覚していくことである。

実際の授業をするにあたり、以下に述べる視点に基づいて単元を構想する。

##### (1) 自分や自分を取り巻く環境を把握し、一人一人の心と体への働きかけを促す

自分を取り巻く環境とは、「ひと」（自分や活動に参加するすべての者）、「もの」（器械や器具、生活感境）、「こと」（運動そのものや運動の特性、生活行動）を指す。これらとの出会わせ方を工夫したり必要感のある課題を提示したりすることにより、「試してみたい」「考えてみたい」という思いを喚起し、子ども達が単元全体の大きなめあてを持ち、学習活動を方向付ける。

##### (2) 一人一人の運動や健康問題の素朴な考えの表明を促す

運動や行動に対する子どもの考えは、めあてとしてあらわれてくる。ここでいうめあてとは、運動の楽しさや喜びを求めることや行動の価値を見い出す活動の中で、今持っている力でどんなことができるか、これからどうしたらいいのかななどを指し、このめあての持たせ方が問題解決に直接かかわってくる。そこで教師は、めあての設定は適切か、活動内容の選択はめあてを達成するために適切かなどを確認することが大切である。このめあてを一つ一つ達成することで大きなめあての達成につながっていく。また、子ども達が自らめあてを持つための支援として、適切な情報を与えたり、自分で工夫したり決定したりするまでの時間を保証することも大切になってくる。

##### (3) 自分なりの考え、動きを交流する場を設定する

体育では自分を取り巻く環境とのかかわりが見えやすい。そのかかわりを積極的に学習活動に取り入れ具現化していきたい。たとえば、グループ学習によるチームワーク作り、マナーやルールの意識化、技能や戦術を見る目の育成、個人的運動の集団化、仲間とのかかわりの楽しさの実感などである。また学習の中で随時行われる話し合い活動は、考えを交流する場であると同時に自分の変容を自覚する場として有効であると思われる。折にふれ、よりよい考えや動きを取り上げ全体に広めていく。

##### (4) 子ども自身の変容の自覚を促す

運動や活動そのものは形として残らない。しかし、運動などによって得られた楽しさ体験は、我々がすべての子ども達に味わわせたいものであり、その積み重ねが今後のモチベーションの高まりにつながると考え大切にしていきたいものの一つである。それに加えてより客観性を持つものとして、学習カードの活用が考えられる。めあての達成のための動きや作戦、運動技能の獲得過程、自分の思いの変遷などを記録していくことやそれを自己または相互に評価したりすることにより、課題を達成できた成就感や運動したときの楽しさを残すことができる。この際、できるだけ記録（評価）項目に客観性を持たせることやスリム化することが大切である。また、動きそのものを記録することができる視聴覚機器（ビデオやデジタルカメラ）の活用も自分の動きを見ることができないことを補い、自分の変容を直接見たり、比較したりできるという点で子どもの発達段階に応じては有効な手段として考えられるだろう。どの場合も子ども達の思いと同時に教師がめざすべき動きや考えを明確にし、子ども達に広げていくことが大切である。ここに挙げたことは、よい動きや思いを自分なりにイメージすることやそれを評価する目を育てることにも効果があると思われる。

## 5 実践例 ― 4 年 ―

### (1) 単元名 マット運動

- (2) 目 標 ・ 自己の能力に適した課題を持ち、倒立を経過する技・回転する技・バランス技ができるようになったり、技を組み合わせることができるようになったりする。  
・ 友達や自分の技を、どうすればよりよい動きになるか考え、表現しようとする。

### (3) 指導にあたって

#### 本単元の基礎・基本について

器械運動は4年生から取り扱われる領域であるが、3年生までに、マット・跳び箱・鉄棒等の器械を使って、そのアナログを体育学習で経験している。中でもマット運動は、転がっても痛くないという特別な空間で、各技に挑戦できるようになる克服型の楽しさと、できればを課題としてそれらの達成を楽しむ達成型の楽しさの両方を味わえるという特性がある。克服の楽しさについては、見る観点を与えれば、できた・できないが友達の間からも見えやすい運動であるため、できた喜びをクラスの皆で味わえるという特性もある。器械運動は個人技であるが、グループで活動することで見てもらう・アドバイスするという活動を通して温かい人間関係も育むことができる運動である。このような特性を生かせば、生涯スポーツを支える運動の楽しさや喜びを多く体験させることができる。

このクラスの子ども達は体を動かすことが好きである。教え合ったり協力し合ったりすることも少しずつできるようになってきている。しかし、運動を分析的に見たりどうすればできるようになるのか判断する知識や経験は不十分である。器械運動が苦手な失敗を恐れ、大勢の前で演技することをためらう子もいる。

そこで、個人差が大きく、できた・できないがはっきりしている器械運動で楽しさを味わわせるには、子どもの力に応じた学習のめあての持たせ方が大切である。なぜなら、できる

動きだけで体を動かす楽しさや心が解放される喜びがあると同時に、できなかった技ができた時に大きな喜びや楽しさが生まれると考えるからである。しかし、技はすぐに上達したりできるようになったりするものではない。そのような場合は、もう少しでできそうな動き（習得する技）、思い通りになる動き（習熟する技）を個に合わせて設定することである。まず、自分の今の力を確認させ、次にどの技をめあてとするか子ども自身で見つけさせる。与えられためあてでなく自身で選ぶことでめあてを明確にし、意欲をもって取り組むことができる。そうすればどのようなめあてであっても達成感、満足感が生まれるだろう。また、友だちの動きにアドバイスを与えさせることも大切である。動きを見合うことで個のよさや上達を認め合え、よりよい人間関係づくりができるであろうし、アドバイスされたことを体で表現（練習）すれば、技の習得や習熟にもつながり、自信を持って取り組み失敗を恐れなくなると考えられるからである。アドバイスをすることは運動を見る目を養うことにもなる。

#### 単元計画 （総時数7時間）

主な活動と内容	学びを深めるために
1 マット運動のめあてを持つ ・ 自分ができる「マスター技」と自分が挑戦する「こだわりの技」とできそうな「バランス技」をきめて練習しよう	①
My 組み合わせ演技をつくろう	
2 「マスター技」「バランス技」を練習しよう ・ 前転・後転・開脚前転・開脚後転・伸膝後転の中からマスター技を選ぼう ・ V字バランス・Y字バランス・水平バランス・首倒立・頭倒立からバランス技を選ぼう ・ グループで練習するよ	②③
3 こだわりの技の練習をしよう ・ 側方倒立回転・倒立前転・前方倒立回転 ・ 跳びからこだわりの技を選ぼう ・ スモールステップで練習するよ ・ 練習してできそうかどうかを先生やグループの友だちにアドバイスしてもらおう ・ 練習の場を作って能率よく練習しよう	くり返す ②③④
4 各技群から1つずつ選んで組み合わせ演技を練習しよう ・ 続けると難しくなるぞ ・ 続けるには1つ1つの技をより上手にしないとイケないな	②③
5 組み合わせ演技の発表会をしよう ・ 練習を生かして上手に発表できるといいな ・ 友だちのを見ると自分にも参考になるな ・ 拍手したりされたりして気持ちよかったな	③④

よって、本単元での基礎・基本を、教え合いや動きを見る目を育てることを含め、自分のめあてを1つ1つ達成していくことと考えた。

#### 学びを深めるために

##### ① 自分や自分を取り巻く環境を把握し、一人一人の心と体への働きかけを促す

マットの上では転がっても痛くないので、日常生活では経験しないような動きを数多く経験できる。このマットを、身体表現のできる「もの」として親しみを感じさせたい。そのために、必要に応じて、マットを並べたり重ねたりして安全に運動できる場にする。そして、単元の初めに、習熟度の高い技を見せることにより「自分もできるようになりたい」「ここならできそうだ」という思いを膨らませたい。

##### ② 一人一人の運動や健康問題の素朴な考えの表明を促す

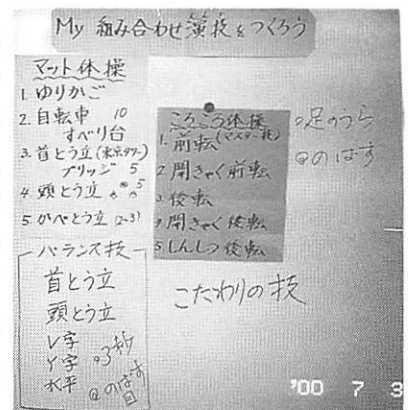
子ども達は自分の試してみたい技を選ぶことはすぐにできるだろう。しかし、選んだ技が個にとって適切でない場合、すぐに諦めたりできてしまったりする。そこで、本単元では子どもも教師もこだわりの技にこだわりたい。個が技を選ぶ時に、教師が個に応じた技選びをさせるよう支援しなければならない。さらに、スモールステップを提示し無理のない課題選びを持続させていく。その積み重ねにより「こうしたらいいのではないか」「次はあのように試してみよう」など、子ども自身で選択、実践していく。ここで言う考えの表明とは、動きができるようになるための構造的特性を理解、発言するだけでなく、問題解決していく姿そのものも含めている。

##### ③ 自分なりの考え、動きを交流する場を設定する

自分が課題を解決するためにどうしたらよいか分かることが望ましいが、残念なことに自分の動きは自分では見えない。そこで、どうすればよいかということを、友達にアドバイスしてもらったりアドバイスしたりすることも促していききたい。ある時は自分たちで試行錯誤し、ある時は教師側から技能的な典型資料の提示やアドバイスの仕方、できた基準など、適切な支援をすることで、望ましい「ひと」とのかかわり方と運動を見る目を養っていききたい。そのために、「こだわりの技」を練習する時は、同じ技を練習する者同士が集まって互いに意見交換できるようにする。また、互いの技の達成度を見合う場も設けて、意見を言う機会を設けていききたい。

##### ④ 子ども自身の変容の自覚を促す

子ども自身が「動くことができた!」と感じ、めあてとする動きを体感するにまसारものはないが、これは客観性に欠ける。そこで、4年生という発達段階も考え、学習カードを利用して自分ができるようにしようとする技や、できるようになった技を記入していくことが可能であるのでカードに自分の変容を記録させる。さらに、技の習熟を客観的に自覚するために、「こだわりの技」に絞って単元の初めの動きと終わりの動きをビデオに撮って比較したり、単元の途中で自分の動きをビデオで見たりすることも有効であろう。



実際の準備体操

#### (4) 本単元における授業の実践と考察

##### ① 単元の流れにそって

ここでは、抽出児(A児とB児)の実態を、単元の流れにそって、動きの変容の様子、抽出児の変容の自覚に対する意識をその言動から考察することにする。

##### ア 単元の導入部(準備体操)

単元の1時間目は、準備体操にマット体操とところどころ体操(マスター技)と名をつけ、その内容を学習をした。初めての動きもあったことから、1つ1つの動きの意味やつけたい力を説明し準備運動の大切さを意識付けた。この時、「③自分なりの考え、動きを交流する場を設定する」で述べたように、友達の動きを見てアドバイスし合うことも約束として位置付けた。見る観点として、例えば、頭倒立ならば手と頭の位置であり、



準備体操の頭倒立の様子

開脚前転ならば膝が伸びているか、足の裏で立てたかななどである。頭倒立や壁倒立で腰が上がらない場合は補助をすることも教えた。効率よく準備体操ができるように、運動中に決まった曲をかけ、時間経過の合図にした。このように、継続して逆さ感覚や基本的な動きを体験したことで、初めは壁倒立ができなかった子も練習を重ねるうちに一人、また一人というように壁倒立ができるようになっていった。

2時間目はこだわりの技を選択した。こだわりの技とは、側方倒立回転、倒立前転、ハンドスプリングの3つのことで、倒立を経過するという共通点がある。この中の1つを新しい技として習得する。こだわりの技の選択時には、「①自分や自分を取り巻く環境を把握し、一人一人の心と体への働きかけを促す」で述べた、習熟度の高い演技を教師が示した。身近な人の演技を目の前で見ることで、「自分も練習すればできるかもしれない」という期待感が膨らむと考えたからである。予想通り、自分ができるようにしたい技をきめるために熱心に試しの練習をしていた。この時に、二人の抽出児を選んだ。一人は、倒立前転を選んだA児で、倒立が大好きという女の子であったが、倒立で止まることもできず、身体のまるめ方が不十分でつぶれたような倒立前転であった。しかし、A児の意欲と現状から、本単元のなかで技としておそらく完成されると予想された。もう一人は、側方倒立回転を選んだB児で、「先生がしたような足の伸びた側方倒立回転がしたい」という思いで選んだようだが、踏み切りは怖がっていないものの足が十分上がらず、膝も曲がっている状態だったので、本単元中に技として完成するのが困難だと予想された。以下、この二人を中心に変容を追っていくことにする。



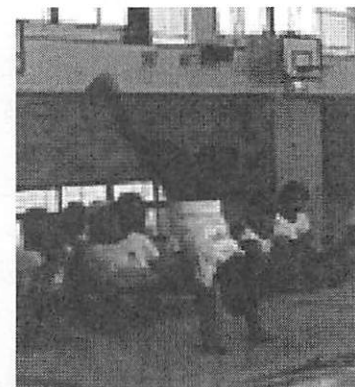
A児の2時間目の倒立前転



B児の2時間目の側方倒立回転



A児の7時間目の倒立前転



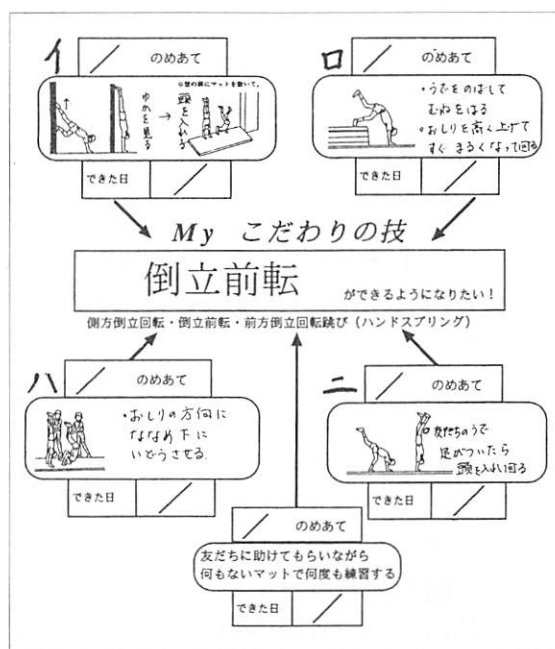
B児の7時間目の側方倒立回転

### イ スモールステップの場

3～5時間目はカードを利用して「こだわりの技」を中心にスモールステップで技能を習得する活動をした。

3時間目、A児は倒立に自信があるため倒立練習（倒立前転カードのイ）をとばし逆さからの前転（倒立前転カードのロ）の練習を始めた。同じ場に集まった者同士、台を押さえたり「手をまげて」などと声をかけ合ったりして活動していた。

B児も足は曲がっているが腰を上げることはできていると自覚しているためか、2つめのステップ、段差のある場に足をおろして立つ練習（側方倒立回転カードのロ）をしていたが、腰が折れていて手の近くに足が下りてしまっていたので「2つ目の足（踏み切り足）をもっと遠くに着くように」とアドバイスした。B児はその後はアドバイ



倒立前転練習カード

スをもとに練習を続けていた。

スモールステップの場合は、1時間に1つのステップを練習していこうと考えていたが、1度でも「できたよ」と友達から言われた子は「次のステップに進んでもいいですか。」と聞きに来た。そこで、3回以上続けて「できた」と言われたら次へ進んでもいいことにした。3回以上続けてできればある程度習熟していると判断した。同じことを何度も繰り返すより、次のステップを練習した方が子どもの意欲の持続につながると考えたからである。また、スモールステップはフィードバック可能で、いつでも前のステップに戻ることができることを知らせておいた。

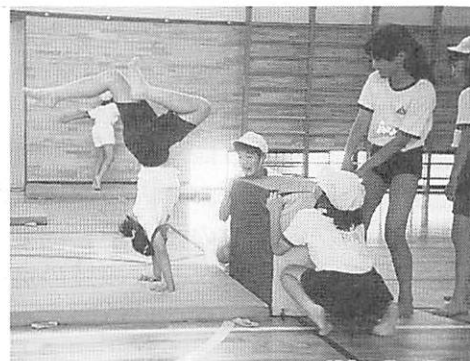
4～5時間目ではステップをどんどん進み、こだわりの技が完成しつつある子が増えてきた。A児は腕1本の補助付き練習（倒立前転カードの二）をしていた。同じ場に集まった友達と練習しており、グループで学習を進めていった。カードを見てわかったことだが、A児はこの練習に2時間かけていた。同じ練習を2時間もしていることは技能的に考えると変容は停滞しているが、A児は「これができるようになれば次のステップには進める。それが自分のめざす技につながる」という機能的特性に知らず知らず気付き意欲面で大きく変容していたと考えられる。自分と同じ技をめざす者同士補助し合い、友達の動きを見たり自分で試行錯誤したりするうちに、「こうしてみればよいのでは」などとも思考も持続したのであろう。このことから「③自分なりの考え、動きを交流する場を設定する」

ためのグループで活動したことが有効に働いたのではないかと考えられる。

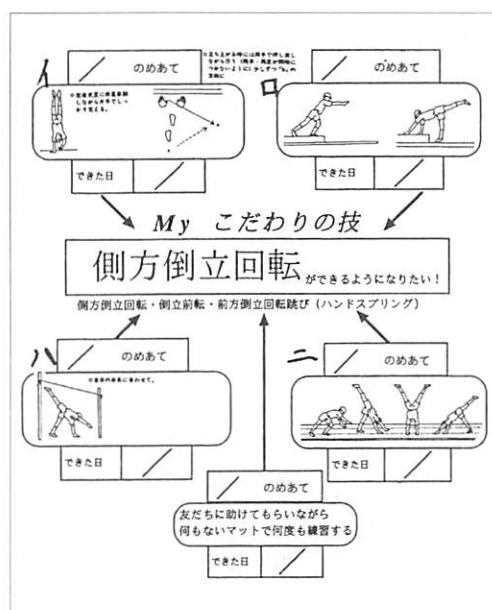
一方、B児は段差の場（側方倒立回転カードのロ）を終え、ゴム場の練習（側方倒立回転カードのハ）を一生懸命頑張っていた。周りで見ている子も、「ゴムまで50cm」とか「今は曲がってた」などと1回ごとにアドバイスや見た感想を言っていた。振り上げ足が伸びてきていたので「初めの足が伸びてきたから、次の足もゴムに引っ掛けるつもりで回るときれいになるよ。」と助言した。B児は4時間目に設けた「ビデオコーナー」へも行き、自分の側方倒立回転の映像を見て、足が伸びてきたことに満足していた。しばらく他を回っていると、汗だくになったB児がやってきて、「うまくなったか見て！」というので見てみると後の足もほぼ伸びてきていた。「頑張ったね。上手になったよ。」と励ますとその後も、同じ場でひたすら取り組んでいた。これらのことから「②一人一人の運動（や健康問題）の素朴な考えの表明を促す」で述べたように無理のない課題選びを自分ですることによって学習の見通しが持て、子どもの意欲が持続し変容が見られたのではないかと考えられる。また、「③自分なりの考え、動きを交流する場を設定する」ために、友達にアドバイスすることを取り入れたために、動きのよくなったところや悪かったところがわかり、思考が滞ることなく有効な練習ができたのではないかと考えられる。「あと50cm」とか「曲がっている」など具体的なアドバイスは有効だったのでアドバイスする視点が重要だといえる。

#### ウ 組み合わせ技の練習の場

5時間目から6時間目にかけては、マスター技、こだわりの技、組み合わせ技の練習をした。こだわりの技が引き立つよう



倒立前転練習（カードの二の場）



側方倒立回転練習カード



ビデオを見るB児

な組み合わせを考えるようにした。A児は、補助なしの倒立前転の練習と組み合わせ技の練習をくり返していた。B児は、側方倒立回転に満足したためか、組み合わせ技に意欲的に取り組んでいた。その他の子ども達は、マスター技も含め試したり組み変えたりして組み合わせ技をつくっていた。このような時こそビデオを利用して自分の動きを自分で見て、どの組み合わせがよいか自分で判断する場をつくればよかったのかもしれないが、全員の動きをビデオに撮って見ている時間が無かったのが現実である。

単元の後半ではスモールステップのめあてを達成できた子がみんなの前で動きを披露した。B児はできるようになったという自信がついていたため、技を見せようと自ら挙手して側方倒立回転を披露した。このような動きの交流は友達からも変容を認めてもらえるだけでなく「自分もあんなふうにすればできるようになるのだ」と見た子への意欲付けにもなる。B児にとっては「みんなの前でもできた」と変容を自覚し満足そうであった。

## ② 変容を自覚させるために

ここからは、「学びを深めるために」の「④子ども自身の変容の自覚を促す」の観点のカードやビデオを利用したことについて、C児とクラスの全体的な動きの変容を考察していく。

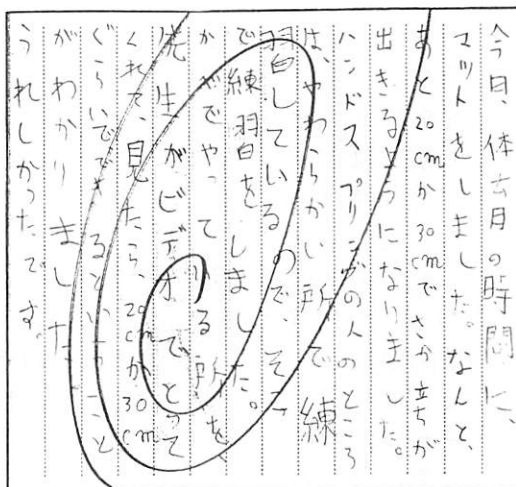
本単元では毎時カードを回収して、どこまでめあてが達成されたか表にしていた。このことで、授業中あまり声をかけられなかった子や活動が停滞している子を発見でき、次の時間に重点的に活動を見たり意識して見るようになった。例えば、C児は側方倒立回転を選んだが、スモールステップを進んでいくことができないでいた。4時間目の授業が終わってC児のめあて（側方倒立回転カードのイ）の達成がなされていないため、5時間目に意識して活動を見ていたところ、壁倒立が全くできないためだということが分かった。そこで、教師が補助をして倒立の感覚を何度か体験させたが、C児は振り上げ足を床から30cmしか離すことができず後の足は床から離すことさえできないままだった。C児は逆さになることに怖さがあると考え、セフティーマットの上で倒立させてみることにした。ハンドスプリングの練習のために準備してあったセフティーマットの上で倒立の練習をしたが、やはりここでも片足を30cm離すことしかできなかったため補助して倒立を体験させた。下ろす時も、初めはお腹を持ち、安全に下ろしていき、徐々に自分で足を下ろせるようにしていった。セフティーマットでは足の下し方を失敗しても痛くないことが分かってきた頃、自分で腰の高さまで足を上げられるようになった。「上手になったね。自分でこんなに高くまで足を上げているよ。」と励まして自信がついたところで床で試してみた。初めは、また、怖がっていたが足を補助して持ち上げ逆さ感覚を呼び戻してあげると、床でも壁まであと30cmというところまでできた。「自信をつけさせるのは今しかない。」と思い、ビデオに撮って「壁まで30cm」という姿を本人に見せた。これは大変効果的であった。今まで、怖くてできないと思い込んでいたのに意外と足

技	名前	イ	ロ	ハ	ニ	技	備考
側方倒立回転	1	★					
	2		★	★			
	3		▽	★			
	4	★			★		
	5	★					
	6		★				
	7	▽					
	8			▽			
	9	★					
	C児	★					
倒立前転	10	★					
	抽出児 B児		★	△			
	11		▽	★	☆		
	12	○	▽	★			
	13	○	▽	○		★	
	14	○	△	▽		★	
	15	○	★	△			
	16		★				
	抽出児 A児		△	▽	▽	□	
	17	○	△	▽	▽	□	
ハンドスプリング	18	○	▽	▽	▽	★	
	19	○	△	★			
	20	○	△	△	△	★	
	21	○	○	▽		★	
	22	○	△	△	★		
	23	○	★				○ 3時間目達成した
	24	★					△ 4時間目達成した
	25	○	△	△	★	▽	5時間目達成した
	26	○	○	▽	★	◇	6時間目達成した
	27	○	△	△	★	□	7時間目達成した
	28	○		★		★	めあてにしている

カード達成表



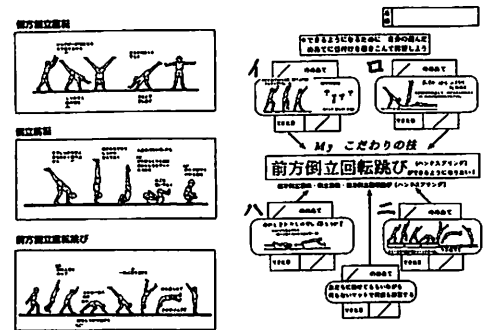
C児の5時間目の壁倒立



C児の日記

が上がっている自分の姿を見て意欲がわいたのか、壁倒立の練習に励んでいた。日記からもビデオにより変容が分かったことが伺える。その後はスモールステップが達成できないながらも側方倒立回転の練習も行っていた。単元の最後の組み合わせ技で側方倒立回転では足がしっかり床から離れていた。C児だけではなく、他にも数人がビデオを利用し成果をあげている。D児は倒立で止まらず前転してしまう自分の倒立前転を見て「やっぱり、足が早く曲がっている。もっと、伸ばしていないといけない。」と言って友達に支えてもらう練習の場へ行っていた。E児は足が曲がっている自分の側方倒立回転を見て「足が曲がってる。」と言ってゴムの場へ練習しにいった。ビデオ利用に関しては、4年生は下手なところを人に見せたくないという心理が働いているので、全員が技を鑑賞する機会は持たず必要な子だけに見せる配慮をした。よって、クラス全員が利用したわけではないが、ビデオを利用した子ども達の様子からビデオの活用は自分の動きを客観的に見られるため有効であった。少しでも変容した子に教師からビデオを見るように勧めて多くの子に変容を視覚化させた方がよかったのかもしれない。

カードを利用したことにより、教師は子どもの練習の停滞を早期発見早期対処できる利点がある。子どもの立場から考えるとA児やB児のように、自分達の力で技を達成できる利点もあるが、C児のようにスモールステップにいく前の段階でつますきがあったのも事実である。カードを書く時間を授業中に十分確保できなかったということもあって全員が正確に記録したわけでもないが、特に側方倒立回転を選んだ子はスモールステップも停滞気味であることが分かる。これは、倒立や側転ができると判断した子が倒立前転やハンドスプリングを選んだため運動の素地ができていた子が多かったためと考えられる。これらのことから、側方倒立回転のスモールステップにもう少し基礎的な動きを取り入れなければならなかったと言える。



ハンドスプリング練習カード

### ③ 本単元の成果と課題

最後に、単元を終えての成果と課題について述べる。本単元では、カードやビデオを使って子どもに自分の現状を把握させ次の課題を見つけさせたり、友達との交流をすることで運動を見る目を養ったり思考を持続させたりして子どもの動きが変容してきたという成果があげられた。この時期、少しずつ運動を見る目が育ってきているので自分で自分の動きを見て次にどんな練習をすればよいか分かってきた。この力は、学年が進むにつれさらに充実し、問題解決のための大きな力となるであろう。

しかし、3つの課題も残った。1つめは、技ができたとする客観的な基準である。7時間目は組み合わせ技の発表会をして変容の自覚をはかった。友達から拍手を受け満足して終えた子もいるが、教師の目からは「足も上げられなかった子が足が上がるようになって進歩した」と感じて本人は「側方倒立回転ができないまま終わった」という不満足な演技で終えた子もいた。これは、「技」というものをめざしたため上達や進歩には目が向かなかったためだと考えられる。このような子どもは技の完成を「できた」とこととしてとらえ、スモールステップはその通過点にしか考えていないようだ。できた基準を満たしていれば「できた」と判断して、その後はできばえをよくすればよいと考えていたが、カードを利用して学習をしてきたのでカードにかいてあるような完璧な技ができないと「できた」と思わない子が多かった。また、4年生なので「足の裏で立つ」ことを基準にしたが、この基準ではできたという体感と合わない技もあった。技によって「できた」の基準を変える必要があった。さらに、授業中に小さな進歩をもっと取り上げて努力を認めるようにすれば上達に目が向いたのかもしれない。2つめは、ビデオの利用の仕方である。教師が撮っていると時間を取られてしまい、その間、他の子の練習を見られない欠点がある。そこで、学年が進むにしたがって自分達で撮るようにできれば理想的である。3つめはつはカリキュラムのことである。マット運動の構造的特性上、技につながる類似の運動を1～3年で体験しておくことが大切である。1つ1つの実践を、これからのカリキュラム作りに生かしていきたい。