

体 育 科

島 貫 由 郷
出 嶋 志津子

1 体育科における「考える子」

子どもは、それぞれの運動がもつ特性に触れ、その運動に魅力を感じて興味・関心をもったとき、動きをよりよくしたいと考え出し、よりよい動きを追求していこうとする。体育科ではこの追求意欲を持続させながら、身体感覚をもとにした気付きを生かして、友達とかかわりながら、できてわかる・わかってできる姿を育みたいと考えている。一人一人の子どもの運動能力・体格・運動経験には個人差があり、できてわかる・わかってできるようになる過程は違う。また、一人ではできてわかる・わかってできるに到達できない場合がある。そのため、友達とかかわりながら自分の動きや友達の動きについて考えることが重要である。

自分や友達の動きをよりよくするために、自分の動きと友達の動きを比べて分析し、「こんな動きができるようになりたい」と、目標とする動きを具体化する。そして、その動きの試行・分析をくり返すことでよりよい動きに近づいていく。その際には、動きを見る視点を明確にして、価値ある動き（その運動に有効な動き）の追求をしていき、練習の仕方を考えたり選択したりする。互いの動きを見合ったり、互いの気付きを伝え合ったりするような協働的なかかわりを通して、自分や友達の動きをよりよくしていくと考える。

そこで、体育科における「考える子」を次のようにとらえる。

動きの試行・比較から生まれた気付きを生かして 見合ったり伝え合ったりしながら 自他の動きをよりよくしていく子

2 学ぶ楽しさを味わう体育科の授業

運動の楽しさには「動く楽しさ」や「勝負に勝つ楽しさ」がある。しかし、それだけではなく、「できる楽しさ」「わかる楽しさ」「かかわる楽しさ」「伸びる楽しさ」があると考えられる。体育科の授業では、運動の楽しさを経験させることで、運動に対しての興味・関心や、よりよい動きを追求していこうという意識を高め、生涯にわたって運動に親しむ資質や能力を育みたいと考えている。子どもは、課題を解決する中で目標とする動き方がわかった、友達とかかわる中で認められた、自分や友達のできることが増えたなどの経験から満足感や達成感を味わう。このような経験が子どもの次の学習への新たな意欲を生む。そして、その経験の積み重ねが生涯にわたって運動に親しむ資質や能力の基礎となる。

子どもはそれぞれの運動に出合い、「楽しそうだな」「できるかどうか不安だな」などの思いをもつ。「自分にもできそうだ」「やってみよう」という意欲を高めることができれば、子どもはそれぞれの運動の特性や魅力に主体的にかかわっていく。そうすることで、力いっぱい運動することができたと感じたり、自分の目標をもって運動したりする楽しさを味わうことができる。

主体的に運動にかかわれば、「今よりうまくなりたい」「もっとできるようになりたい」という「こだわり」をもつことや、「どうしたらできるようになるのだろうか」という「問い」を生むことにつながる。これらを解決するために動きの試行を重ねながら、「このポイント（価値ある動き）に気をつけたらどうなるかな？」「他にもポイントはありますか？」と価値ある動きを明確にしていく。そしてその過程で友達とそれぞれの動きを見合ったり、気付きを伝え合ったりするなどのかかわる楽しさを味わうことができる。

友達とのかかわりをもちながら動きを試行する中で、「できなかった技ができるようになった」「よりよい動き方がわかった」「前よりも少し上達した」「チームや友達の役に立てた」と自分の成長を認識することで、満足感や達成感を味わうことができる。

これらの経験は子どもたちの自己肯定感を高めることにもつながり、子どもはまた新たな運動に出合った時にも問いやこだわりをもって、よりよい動きを追求していくと考える。

3 「学ぶ楽しさを味わう授業」への手だて

(1) 特性・魅力を味わうルールや場づくりをする

子どもがそれぞれの運動と出合った時に、「自分にもできそうだ」「やってみたい」と意欲が高まり、全ての子どもがその運動のもつ特性や魅力を経験できるようなルールや場づくりをする。子どもの運動技能や運動経験には個人差がある。運動が苦手な子は得意な子よりも同じ運動をしても経験できることが異なる。そうすると運動のもつ特性や魅力を経験することができず、運動への意欲も低下し、学ぶ楽しさを味わえないことがある。どの子どもにとっても同じ経験ができるように、子どもの技術的負担を軽減し、状況判断がしやすくなるようなルールを設定する。個人差を補いそれぞれに役割をもつようにすることで、全ての子が学ぶ楽しさを味わえると考えられる。

また、自分の上達を実感し、目標をもつことができるような場づくりをする。難易度、段階別に場を設定し、自分に合った場を選んだり、できるようになった経験を積んだりできるようにする。そうすることで、「前よりも上達した」「次はもっと回数を増やしたいな」など自分の成長を実感し、新しい目標をもつことができる。

(2) 考えや動きのイメージを共有できるようにする

子どもは自分や友達の動きをよりよくするために、友達と互いの動きを見合ったり気付きを伝え合ったりする。見合ったり伝え合ったりしながら、いろいろな動きの中から価値ある動きを追求していく。価値ある動きを追求していくためには、価値の有無を判断する視点が必要となる。その視点がばらばらでは、見合ったり伝え合ったりしても何を見て何を伝えたらよいか分からず、話し合いも深まらない。それでは価値ある動きを身に付けることはできない。そこで子どものよい動きを紹介したり、手本となる動きを動画や画像で見せ、話し合ったりすることで視点を明確にする。動いている中で気付くことが難しい場合には、ICT機器を活用したり、図に表したりし、全員が共通の視点をもてるようにする。

また、共通理解が図りやすい言語を共有するために、「動作の言語化」と「言語の動作化」をリンクさせながら、子どもがイメージしやすい言葉や子どもが考えた動きの言葉を使うようにする。全員で共通理解した言葉や視点、見つけることができた価値ある動きなどの学習履歴は掲示し、いつでも話し合いに使えるようにする。

(3) 動きの変化を実感できるようにする

1時間の授業や単元の学習過程の中で、一人一人がどれだけ変わったか、どのように変わったか、よりよくなったところはどこか、をとらえることができるようにする。そのためにふりかえりの時間を毎時間設定する。目的に応じて全体である場合やグループである場合、相手チームと一緒にする場合など形態を工夫する。また、ふりかえりを話す際には「本時でよくなった動きについて」や「次に取り組みたいチームの課題について」など、話の視点を与えることで、その時間の成長に気付けるようにする。

成長を裏付ける根拠があると、より一層子どもは自分や友達の成長に気付き、動きの変化を実感することができる。そのために、ICT機器を活用して動画や画像をもとに話し合えるようにしたり、点数やポイントなどのデータを残すような活動を取り入れたりする。点数やポイントのデータについては、結果だけにとらわれないようにするために、「どうしてそのような結果につながったか」という視点で見られるようにしていく。

6年生「ベースボール型ゲーム」の実践から

(1) 特性・魅力を味わうルールや場づくりをする

ベースボール型ゲームは相手チームと攻守を交代しながら得点を競うゲームである。攻撃と守備がはっきり分かれているので、攻撃時は打って走る、守備時は捕って投げると、経験のない子にとっても楽しみやすい運動だと考えていた。しかし実際のゲームでは、攻撃時の走るはいったいどこまで走ればいいのか、守備時の捕って投げるはどこに投げたらいいのかの判断が難しいと、苦手意識をもつ子が多い。その判断は相手の動きによって変わるため、経験のない子にとっては難しいようである。しかしその判断、そのかけ引きがベースボール型ゲームで味わえる特性であり楽しさだと考える。仲間と息を合わせたり声をかけ合ったりしながら動き、上手くいったときにはチームの中での自分の存在感や、チームとしての一体感を感じ、大きな喜びを得ることができる。また、自分が息を合わせたり声をかけたりしたことで、仲間やチームの役に立てたという有用感、満足感や達成感につながる。そこで今回の本単元でめざす学ぶ楽しさを、仲間と息を合わせたり声をかけ合ったりしながら、相手の動きに応じて攻撃や守備をする楽しさとした。この楽しさは、ベースボール型ゲームの特性である打つ・走る・投げる・捕るなどの基本的な動作ができて初めて味わうことができる。そこで、どの子どももその楽しさを味わうことができるようにするために、以下のようにルールを工夫した。

①攻撃時、打者が打つボールは味方がトスをする

動いている速いボールを打つことは経験の少ない子にとって難しい。そこで、味方が近く(2



資料1 味方が近くから投げる様子

mほど離れた所)から打ちやすい球を下から投げて、それを打つというルールにした(資料1)。まず打たないことには、単元でめざす楽しさに迫ることはできない。そこで、このルールに加えて、道具もバットだけでなくテニスラケットも使ってよいことにした。実際の授業では、ラケットを使う子が多く、打てずに終わってしまうという子はほとんどいなかった。また、投げてくれるのが味方なので、打つ子は「この辺が打ちやすいから、このあたりに投げて。」や「もう少し低めに投げて。」など、自分の打ちやすい場所を見つけボールを投げる子にリクエストする姿が見られた。投げる子からも「この辺の方が打ちやすいよ。」「体に近いところに投げるから、引っ張るようにレフトに向かって打って。」とア

ドバイスする姿も見られた。1回の打席で打つことができるのは3球のみというルールもあるため、1球1球を無駄にできないと、投げる子と打つ子が「いくよ。」と互いの様子を見ながら声をかけ合いタイミングを図っていた。そしていいところに打球が飛んでいった時には、投げた子も打った子と一緒に喜んでた。これらのことから、打つ子だけでなく投げる子も友達の動きを自分ごととして「どうすれば打てるだろう」という思考が働いていたことがわかる。そして仲間と息を合わせたり声をかけ合ったりしながら攻撃をするという楽しさを味わっていたと考える。

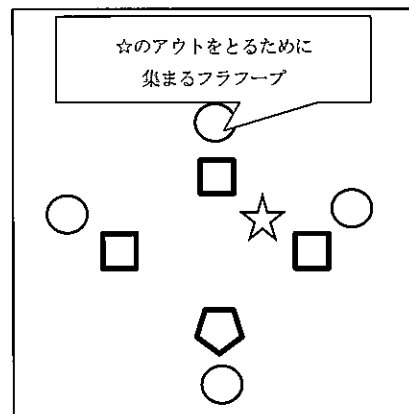
②攻撃時、アウトになるまで走り続けることができ、2周目以降も得点が加算されていく

どの子どもにも点数を獲得する楽しさを味わわせるために、1塁1点、2塁3点、3塁5点、ホーム10点とした。そうすることで、ホームに戻って来ることができなくても得点を獲得する経験ができる。それに、一つでも先の塁に進塁することで多くの点数が得られると、先の塁を狙う意欲が高まる。実際の授業では、経験がほとんどなく打球を遠くに飛ばせない子も1塁までは行くことができ、点数を獲得していた。また、それに加えアウトになるまで2周でも3

周でも走ることができ、2周目以降も11点、13点、15点、20点・・・と得点が加算されていくというルールにした。これまでベースボール型ゲームの授業をした時に、得意な子が特大の打球を打ち守備がそれを取りにいっている間にゆっくりとホームに帰ってくるということがあった。打者にとっては、相手の動きを見ながら必死で走る必要感がなく、守備にとっても打球を追いかけると間に合わないと思死で打球を追いかけることをしなかった。しかし、このルールにすることで特大の打球を打った子でも、より多くの点数を獲得するために、ボールが戻って来ないか相手の動きを見ながら必死で走る必要感が出てくる。また、守備も1点でも多く得点を取られないように諦めることなく必死でボールを追いかけたり守ったりするようになる。実際の授業では、打者は相手の動きを見ながら必死で走り、味方も「まだ行ける、まだ行ける。」「ボールが戻ってきたから、3塁でストップ。」など声をかけていた。守備は、ボールを必死で追いかけ、取りに行った子に対して中継をしに行く子や塁の近くに残る子など役割分担ができ、「3塁回った。ホームは無理だから1塁でアウトにしよう。」「1点はしょうがないから、2塁の3点はとられないようにしよう。」など声をかけ合ったりしていた。このことから、相手の動きを見ながら一生懸命攻撃や守備をしていたことがわかる。また、声をかけ合い「この状況はどのように動けばいいのか」とチーム全体が思考していたことがわかる。声をかけ合い上手くいった時にはみんなで喜んでいて、単元でめざす楽しさを味わっていたと考える。

③守備時、アウトをとるには3人がベース後方のフラフープの中に集まり「アウト」と言う座る

守備がアウトをとるためには、進塁されたくないベースのフラフープに3人が集まらなければいけない(資料2)。一つのアウトにかかわる人数を増やすことで、「自分は今どこに動くべきか。」「何をすべきか。」をより多くの子が考えるようにするためである。ボールが飛んでいった場所によっても集まるメンバーは変わり、走っている相手の動きによっても変わる。初め、苦手な子は何をしたらいかがわからなかったが、キャプテンが中心となってポジションを決め、「もしここにボールが転がってきて2塁でアウトにする時は、この3人が集まろう。」や「アウトを狙う場所まで距離がある時はボールを投げた方がいいけど、近い時は投げるより走った方がいいよ。」など教え合っていた。実際のゲームでも、声をかけ合いながら集中して守っていた。



資料2 アウトをとる例
(☆・・・打者 ○・・・フラフープ)

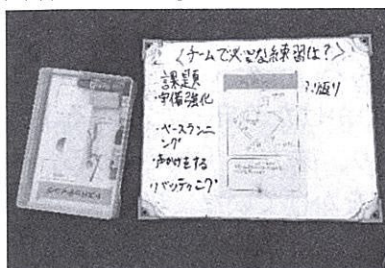
打者は一つでも先の塁を狙っている。もし、自分の狙っている塁にボールがあったとしても、守備が3人集まっていなければアウトにならずに通過し、さらに先の塁を狙うことができる。そのため、相手チームの動きを見ながら進塁するかストップするかを判断する。仲間も「まだ3人集まってないから次の塁まで行けるよ。」や「そこでストップしよう。」など相手チームの動きを見ながら声をかけていた。

これらのことから、守備チームも攻撃チームも相手の動きを見ながら判断し動いていたことがわかる。また、周りにいる仲間も常に自分ごととして動きについて思考し、味方に声をかけていた。単元でめざす楽しさを味わっていたのではないかと考える。

(2) 考えや動きのイメージを共有できるようにする

ベースボール型ゲームの思考判断の目標は、「ルールを工夫したり、自分のチームの特徴に応じた作戦を立てたりすることができるようにする」である。ベースボール型ゲームにおける作戦とは、攻撃時では相手の動きを見ながら狙って打ったり遠くに打ったりすることや、守備の動きを見ながら走ることがそれにあたると考えた。また守備時では、相手の動きを予測しながら守備を

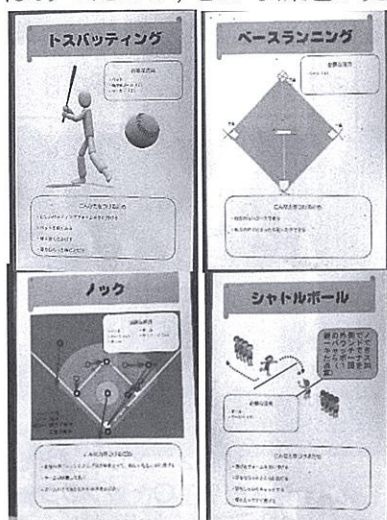
したり、相手の動きに合わせて守備をしたりするということだと考えた。そのように運動特性を踏まえて考えると、この単元で考えさせたい作戦というものは、先手先手に仕掛けていくような作戦というより、相手の動きに対してどのように対応していくかという対応の仕方と捉えることができる。そこで、「作戦を考える」ではなく「場面を想定して練習の仕方を考える」という学習内容で進めた。



資料3 話し合ったことを書く
ホワイトボード

練習の仕方を考える際には、各チームにホワイトボードを渡し、話し合った内容を言葉や図を書いて残せるようにした(資料3)。そうすると、考えや動きのイメージを目で見ることができ共有しやすくなり、ふり返る際にも授業の途中で話し合ったことが残っていた方が話し合いやすくなる。また、学習をその日だけで終わらせるのではなく、次回にもつなげていけるようにと考えたからである。ホワイトボードを教室に置いておくと、子どもは休み時間にもそのホワイトボードの周りに集まり、練習について話し合っていた。

ホワイトボードには、①現時点でのチームの実態や課題、②練習のねらいと内容、③ふりかえりを書くことを全体で確認した。①で自分のチームの実態や課題を話し合いはつきりさせることで、②の練習が何のための練習なのか、どう動けばいいかなど練習のねらいや内容を共有することができる。ねらいをしっかりとって練習に取り組めば、その後のゲームにおいて、練習の成果はあったのか、どんな課題が見つかったのかが③のふりかえりで共有できると考えた。



資料4 教師が提示した練習方法

また、②の練習の仕方を考える時には、教師がいくつかの練習の仕方を提示した(資料4)。例えば、バッティングに課題があった場合に、狙って打ったり遠くに打ったりできるようになるためにトスバッティングをする。守備時のチームの動きに課題があった場合に、場面を想定しながら守備の動きを練習するためにノックをするなどである。そのように練習の仕方を提示することで、練習の仕方が思いつかないチームがその中から選択できるようにした。また、それを発展させて新しい練習法を考えられるようにというねらいもあった。

練習の仕方はチームによって特徴があり、教師が提示したものからいくつか選んで練習したり、それを組み合わせて新しい練習法を考え練習したりしていた。例えば、白チームや青チームはベースランニングから始め、次にキャッチボールをする。その後ノックをして守備の動きを確認するというように、基本的な動きからだんだん実践に近い動きを練習していた。黄色チームは、チームのメンバーを三つに分け、キャッチボールをするメンバー、トスバッティングをするメンバー、フライやゴロを取る練習をするメンバーに分かれ、ローテーションしながら行うというように、チームの力を高めるために個人の技術を上げる練習に重点を置いて行っていた。水色チームはノック中心の練習で、キャプテンが「次2塁でアウトにするよ。」や、「次のバッター〇〇さんだから、すごく飛ばすよ。」など場面設定を確認し相手意識をもって行っていた。どのチームも意欲的に練習し、「もっと練習する時間がほしいです。」「今日は1時間全部練習する時間にして下さい。」と言いにくるほどだった。また子どものふりかえりには、練習を通して自信をつけ、さらによくなるために、自分やチームの課題を解決しようと考えていることが書かれていた(資料5, 6)。

私はボールを取るのが苦手で、初めはボールを自分から取りに行くことができませんでした。でも〇〇さんが自分の知っているボールの取り方などを教えてくれてボールを取ることができるようになりました。でもバッティングでは、あまり飛ばしません。次の練習では、トスバッティングの練習をしたいです。

資料5 自分の課題解決の方法について書かれているA児のふりかえり

私たちのチームは守備が固くなったけど、攻撃がまだ弱いと思います。打って走る時はチームの声かけで「そこで止まってー。」や「2塁まで行けー。」などがあって良くなったけど、バッティングがまだ弱いかなと思います。相手にとられないような遠くにとぶ球や、アウトにしにくい場所にねらって打つのを練習できるといいと思います。

資料6 チームの課題解決の方法について書かれているB児のふりかえり

このように意欲的に練習ができたのは、考えや動きのイメージを共有することができたことで、練習にねらいをもって取り組めたからだと考える。チームが同じねらいをもって練習に取り組むことで、みんなで上手になっていこうという意識が高まった。そのため、自分だけでなく仲間が上手になることを一生懸命考え、互いに教え合い、できることが増えていく喜びを分かち合っていた。これらのことから、相互の考えの深まりやよさを認め合う中で得られる楽しさを味わっていたと考える。

(3) 動きの変化を実感できるようにする

毎時間の最後に各チームでふり返る時間を設定した。本単元では、それぞれのチームがそれぞれの課題をもち練習やゲームに取り組んでいる。そのため、各チームの思いや取り組んでいる内容が様々である。そこで、全体でふり返るよりもチームでふり返った方が、同じ思いをもったもの同士の盛んな意見交流の場となり、次時にもつながっていくふりかえりができると考えた。また、チームという意識を強めてチームワークを育ててほしいということも考えた。そしてふりかえりをする前に、ふり返るテーマを「練習の成果と課題」と教師から投げかけ取り組ませた。これまでの体育では、自由にふりかえりをさせると、点数や勝敗などの結果にとらわれてしまい、「勝ったことが良かった」「負けたことが悔しかった」のようなふりかえりで終わり、内容に意識が向かないということがあった。そこで、内容についてふり返るテーマを与え、結果よりも内容に意識が向くようにした。

子どもは盛んに意見交流をし、資料3のホワイトボードに書き込んでいた。その内容は資料5、6のふりかえりにもあるように、練習をしてできるようになったことや今後取り組みたい課題やその練習方法についてである。できるようになったことをチームで拍手をして喜ぶ姿や、自分たちの課題を冷静に分析する姿が見られた。

単元の最後に書かせたふりかえりには、内容についてのふりかえりに加え、チームワークを大切にしてきたことで絆が深まったことについてや、野球というものに興味が湧いたという内容が書かれていた(資料7)。これらのことから、自分の成長を認識していく中で得られる楽しさを味わっていたと考える。

C児：初めは苦手だったけど、〇〇さんが優しく教えてくれたおかげで、ベースボールが好きになりました。
D児：練習やゲームを通して、チームワークや信頼関係がよくなった。これからは生かしていきたい。
E児：休日はキャッチボールをしたり、バッティングセンターに行ったりするようになった。
F児：テレビの野球の番組をみておもしろいと思うようになりました。これからも楽しんでみられそうです。

資料7 チームワークの大切さや、野球に対する興味が書かれたふりかえり

今後に向けて

資料5、6、7のふりかえりには、「できる・わかる楽しさ」、「かかわる楽しさ」、「伸びる楽しさ」が書かれている。E児やF児のふりかえりからは、これまで自分の生活の中になかった新たな運動を、今後取り入れていこうという気持ちが感じられる。このような気持ちが、子どもが生涯にわたって運動に親しむ資質や能力を育むのではないかと考える。今後もそのような気持ちになれる体育科の授業をめざして取り組んでいく。そのために、三つの手だてについての取り組みと、その結果現れた具体的な子どもの姿からの省察をくり返し行っていく、次の授業に生かしていきたい。