
「心を動かす授業づくり」
～楽しくて主体的に活動する体育授業～

芦屋市立打出浜小学校

教諭 植戸 宏行

1 はじめに

小学生のころから学校が大好きで、小学校を卒業するときには将来は「学校の先生になりたい」と思うようになっていた。

教師になってからは、特に体育が大好きだったので、体育の授業方法を、他の教科より時間をかけ自分なりに教材研究をしていった。「体育が大好き！」「クラス全員逆上がりができる！」そんなクラスを目指していった。休み時間や放課後を使って、一緒に練習をしたことも度々あった。そして、その子たちができるようになったときには一緒に大喜びをした。できるようになった時の子どもの「笑顔」は今でも鮮明に覚えている。保護者の方から「先生のおかげでできるようになった」と言ってもらえたり、「先生の体育の授業は面白い」と言われたこともあったりした。そうしてさらにやる気を増し、自分（教師）がどうにかするのだと考えていった。（今考えると「教師が主体的」に活動していた体育授業であった。）

教師として働き、何年かが過ぎた年の水泳の授業。いつものように25mが泳げない子どもをどうにかして泳げるようにしようと思いついて、コツやポイントを何度も確認し、たくさん泳いだ。一生懸命がんばり、記録はどんどん伸びていった。そんなある日、苦しみながらも25mを泳ぎ切ることができた。クラスの友だちも私も声を大にして喜び、泳げた本人も「笑顔」を見せた。振り返りカードにも「25mが泳げてうれしい」と書かれていた。また、保護者との懇談時にも「頑張って25mが泳げましたよ」ということを伝えた。もちろん、保護者も喜んでくれた。

しかし、ある日の世間話で中学校での水泳授業の話になったとき、「もう25m泳げたし、中学では水泳なくていいよね」と言ってきた。「え？泳ぎたくないの？水泳好きになったん tochやうん？」と聞くと、「嫌いやし！もう二度と泳ぎたくないわ。」と答えた。衝撃的だった。「25m泳げた」＝「水泳が好きになった」と勘違いしていた。そもそも「水泳が好き」＝「25

mが泳げる」と決めつけていたのではないか。25mが泳げるようになったかわりに、水泳は嫌いにさせてしまった。その子の生涯につながる運動の機会を奪ってしまったのではないかと顧みた。この瞬間がこれまでの自分の体育授業について再考する契機となった。

2. 主題設定の理由

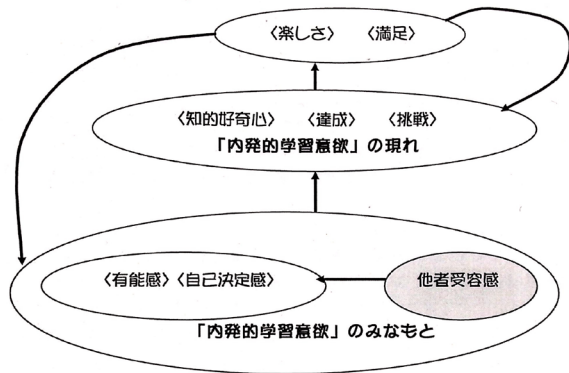
小学校の体育授業で重要視すべきことは何なのかと考えたとき、もちろんできるようになるといった「技能（体力）の向上」は大切で、できないことができるようになったときに、喜びを感じたり、達成感を味わったりする様子を何度も見てきた。子どもも大人もできることは楽しくやりたいと思い、できないことは楽しくないしやりたくないと思う。しかし、その「できる」ということにとらわれすぎると楽しくなくなってしまふ。その結果として「できるようになったけど嫌いだからもうやらない」といったことが起こってしまうのではないだろうか。

体育科の新学習指導要領には「小学校、中学校及び高等学校を通じて」や「生涯にわたって健康を保持増進し、豊かなスポーツライフを実現する資質・能力を育成することを重視する」と書かれている。小学校という6年間だけで「できる」を目指してしまうと、この「生涯スポーツ」から離れてしまう。小学校のうちに「できるようにさせなければならない」という教師が持っている概念を払拭する必要があった。

これらのことから、子どもの将来を見通して、今この子に何が必要なのかを考えていくことが何より大切なのだと考えた。

そう考えたとき、小学校で大切にし、授業の「中心」としたいことは「運動が好き」と思えることだ。「好きこそものの上手なれ」というように、「好き」と感じると主体的に動き、結果としてそれが「できる」ということに繋がることもある。そうして、できるようになったことは「嫌い」にはならず、楽しみながら生涯にわたって運動に親しむことができるのではないだろうか。「やりたい」という気持ちを持つために大切なこと

は、人から受容されているという自信（他者受容感）を高めることが大切である。友だち（時には教師）から認められることでやりがいを感じ、「達成」したり「挑戦」したりすることで「楽しい」と感じるようになる。そのために、子ども同士が関わり合い、声をかけ合える仲間関係を築いていかせたい。



仲間同士で関わり、認め合えることで、子どもが主体的に自分から「やりたい」と思えるきっかけを授業でつくっていかう。運動に親しみ、仲間とふれ合う体験の積み重ねが運動に対する「自信」をも安定させていく。そこで、芦屋市小学校体育研究会の仲間と考え、実践した内容を報告したい。そして、今後の実践にかかしていきたいと考える。

3. 具体的な実践について

①「体育」の見方を変えていく

そもそも「体力」を高めるとは？週に2・3時間の体育の授業だけで可能なのか？ということから考えていった。トレーニングの原則に「継続・反復性の原則」がある。結果はすぐに表れるものでなく、続けることによって効果は生まれるという。昔は毎日外で遊ぶ子どもが多かったから、体力も高くなっていったのだろう。このことから体育の授業時間だけで運動を行うのではなく、体育の授業できっかけを作り、自分から進んで他の時間にも続けて運動ができるようにしていくことが大切だと考えた。

②授業づくりについて

(1) グループ編成（「個」の把握にもとづいた）

個人種目（マットや跳び箱など）でもグループ（チーム）をつくり、「チームのために」ということで「意欲」を高めたり、目標に向かってみんなで考えたりして、チャレンジしていく姿勢、それを達成した時の達成感、友だちから認められる喜びなどを味わってほしい。

そのためには、グループ活動が活発になるようなグ

ルーピングをしなければならない。「技能は高いが自分勝手に行動してしまう子」「大人しいが友だちの頑張りをを見つけ、認めることができる子」などクラスの子どもの特性を把握し、この子をこうしたいからあの子と同じグループにする・・・といった目的に応じたグループ分けを行い、教師はその観点で授業時に関わっていくことが大切である。また、主観的な実態把握だけでなく、子どもの「受容感」が把握できるアンケートを利用したり、他教科、他学年の教師からもその子に関する情報を集めたりして、客観的に子どもを把握することも必要である。

(2) 学習資料の準備

（役割取得、「関わる」ことの必然性）

子どもたちが技能的につまずいたときに、教師に教えられるのではなく自分たちでそれを乗り越えていけるようにしたい。また、運動が苦手な子が「資料にこう書いてあったよ」と活躍することができる。さらに、運動が得意な子も、今まで何となくできていたことが明確に運動の仕組みを理解することができるようになる。わかることで「やってみたい」「やってみよう」という意欲につながることも考えられる。用意したい資料として、①運動の仕組み（フォームなど）や②つまづきを克服していく過程がスモールステップで示されているものがあげられる。グループで「どんな練習をすればいいか」というヒントが書かれてあり、自分たちで見合い、教え合うことができる。



(3) 人間形成の場としてとらえる

（「教育」としての体育）

授業を行う際に、効率よく成果を上げようとするれば「集団」を意識し、大半の子はできるはずとして、「できる」ように指導をする。しかし、効率化を図り（能力別や専門別に分ける等）授業を行うと、個に対する人間形成は難しくなる。教育の本来の目的は「集団」でなく「個人」を対象としているため、その子の特徴を探り、「できない（嫌い）」子どもを「できる（好き）」ようにするためにはどのようなやり方や方法が良いか

を考え、逆上がりが「好きになる」ように指導することが必要である。「集団」と「個人」のバランスを考えて授業計画をたてていくことが大切である。当然それぞれのクラスで、人間形成を主にこなさなければならない子どもたちは「個人」のウエイトを大きくする必要がある。「個人」によって課題が異なるため、グループ編成時にはそういったことも意識しメンバーを考えていった。「落ち着きがない」「友だちに対して適切にかかわることが苦手」「自主的に動けない」「意欲が持続しない」といった子どもたちが、互いに関わり合い成長していくように仕向けて、教える子も教えてもらう子も、双方向に得るものがある関係性を築く。互いの立場は必ずオープンになるようにした。

そうすることで、友だちとの関わりが苦手な子が「ありがとう」と言われ他者受容感が上がったり、友だちの良い新たな一面を引き出したりして、クラスの雰囲気も良くなっていった。

(4) 実践授業例

2016年のリオデジャネイロオリンピックを意識して、今年度は授業をオリンピックシリーズとして実施していった。リレーのアンダーハンドパスを練習したり、単元名を「〇〇オリンピック」としたりして、興味を持って運動に取り組めるようにした。

①水泳（個人種目）

「打小オリンピックシリーズ① 水オリンピック」

（授業の展開）

1、オリエンテーション

- ・水泳学習のルール確認
- ・学習の進め方
- ・水中ダンス（浮く、潜る、泳ぐ）

2、チームで練習方法を工夫し泳力を伸ばそう

- ・泳力測定①（課題発見・確認）
- ・チーム練習
- ・泳力測定②

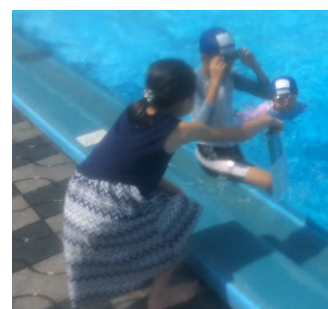
3、水オリンピック本番

- ・チーム練習
- ・記録会

授業における個人の把握は、授業中の様子と振り返りの活用で行った。振り返りには「友だちにかけた言葉」「友だちにかけられた言葉」と「その言葉からどんな気持ちになったか」等、学習の振り返りを書く欄がある。友だちとの関わりを中心に振り返りに書かれていた言葉と、教師がグループ活動中に聞き取った言葉

を全体で紹介したり、学級通信にのせたりした。子どもの中では「こういう声をかけたらいいのかわかるか。」「自分も声をかけてもらったから、今度はかけてみよう。」などグループのメンバーと関わろうとする姿が見られた。

単元終了後、最終的にはクロールや平泳ぎとしての形には程遠い子どももいたが、手や足を意識して何とか泳ごうとしたり、自主的にアドバイスを求め何度も泳いだりして頑張る様子が見られた。また、見学している子もプールサイドからチームの友だちに一生懸命教える姿が見られた。振り返りにも「友だちが自分に必死になって教えてくれていたことがうれしかった。また、頑張ろうと思った」という周りへの感謝が書かれていた。



②跳び箱（個人種目）

「打小オリンピックシリーズ② 跳びオリンピック」

（授業の展開）

1、オリエンテーション

- ・跳びオリンピックのルール説明
- ・学習の進め方
- ・技への挑戦

2、チームで練習方法を工夫し得点を伸ばそう

- ・試しの演技（課題発見・確認）
- ・チーム練習
- ・チャレンジタイム

3、跳びオリンピック本番

- ・チーム練習
- ・記録会

技（開脚跳び、抱え込み跳び、台上前転）の得点化をし、成長点をチームで競い合った。（「跳んだ段数-2=得点」とし、「着地2秒」ができた場合は、ボーナス2点とした。）3種類の技があるため、チーム内で合計得点を計算し、成長の様子を表とグラフで示し、廊下に掲示するようにした。

グループで上達するために必要な練習方法をそれぞれ自分たちで考え、工夫（場の設定、資料の活用など）した。落ちたら怖いという意見が出たチームでは跳び

箱の周りにセフティマットを用意した。

また、跳び箱を跳んでいる姿を自分で見ることで、改善点がより分かりやすいと判断したチームはタブレットで撮影し、それを見ながらチームの友だちと話し合った。



開脚前転と台上前転では手のつく場所が違う。それを分かりやすくするために、2色のテープを跳び箱の手前と奥に貼るチームもあった。



得点の伸びが高いチームの優勝となるため、すべて8段が跳べる児童はそれ以上得点を得ることはできない。

そのため、優勝するためにはどうしたら良いのか考え、苦手な児童に教える状況を作った。きっかけは優勝のためでも、熱心に教えてい



くうちに苦手な児童が跳べるようになったときには、自分のことのように喜ぶようになった。「教えてくれてありがとう」と言われた時は照れ臭そうにしていた。振り返りにも「自分が跳べた時よりうれしかった」と書かれていた。単元前は全くできなかった台上前転が単元終了時には8段までできるようになった子は、振り返りに「できたのは、〇〇さんがずっと教えてくれたからです。」と書いていた。

教える子も教えられている子も、互いに一生懸命なのだが、なかなか跳べるようにならず、煮詰まっているチームもあった。跳び方のコツを書いた資料や、これができていない時にはこの練習をしようなどのミニステップが書かれた資料を見るように促したり、チームを集合させ頭を突き合わせて考えさせたりする手立てが大切だった。

オリンピックシリーズは他にも、幅跳びやリレー・マット運動でも行い、子どもたちの中で「次こそ」「2連覇」「この種目は得意やからまかせて」「これは苦手やから教えて」など楽しんでいる様子が見られた。ま

た、休み時間や放課後に練習したいというチームが出だしたり、家で自主練をしたりして積極的に運動する子が増えてきたことは、大きな成果であったと考える。

③バスケットボール（集団スポーツ）

オリンピックシリーズではないが、小学校で6年間体育をしてきた集大成として、「クラス全員が楽しいバスケットボールをしよう」という授業を行った。使用するボールや試合に出場する人数、ルールなど全て自分たちで話し合い、バスケットが得意な人も苦手な人もみんなが楽しめる内容を考えて。

コート：従来通り

ボール：バスケットボール（空気はパンパンにしない）

人数：チーム全員（対戦相手と人数が違ってよい）

得点：①一人1ゴールのみ（2ゴール目からは入れても得点にはならない。ただし、チーム全員が得点を入れた場合は2順目として2ゴール目も得点となる）

②エリア内からシュートをして、ボードにあたった場合は1点とする（一人1回のみ）

反則：①明らかなトラベリングやダブルドリブル

②身体接触

退場：暴言・暴力（チーム内でもアウト）

単元の序盤はルールが付け加わったり、なくなったりしていたが、3時間目以降はほぼ変更なく実施することができた。子どもたちの中で「自分たちが決めた」ということが大きく、退場者は一人もでなかった。単元後の感想には「自分たちでルールを工夫したら今までのバスケットとは違う楽しさがあったよ良かった」「バスケットは苦手だけど、ボードにあてたら1点なので、得点できてうれしかった」など書かれており、得意な子も苦手な子も楽しんでバスケットをすることができていた。

4. まとめ

運動が「嫌い」な子が、少しでも「好き」になるように取り組んできた。「好き」になり、主体的に継続して運動する様子が見られたことは嬉しいことだった。

また、運動を通して「仲間づくり」ができ、「一緒にやろう」と友だちを誘って休み時間に遊んだり、「ありがとう」と言われる機会が増えたりしたことも「関わり合い」があったからこそだと思う。

今後も、「個」を大事にした取り組みを続け、関わり合いを通して子どもの「心」が動き、子どもの将来の財産となるような教育実践を積み重ねていきたい。