

運動のもつ本質的な面白さを味わわせることで、自分の成長を実感し、次の学びにつなげることのできる愛顔あふれる子どもを育てる

愛媛県宇和島市立二名小学校 城岡英和

## 1 テーマ設定の理由

陸上運動系は、「走る」「跳ぶ」などの運動で構成され、自己の能力に適した課題や記録に挑戦したり、競走（争）したりする楽しさや喜びを味わうことのできる運動である。

宇和島市小学校体育連盟では、その中でも「ハードル走」を継続して研究してきた。ハードル走は、インターバルの距離やハードルの台数などのルールを決めて、ハードルをリズムカルに走り越えて、記録に挑戦したり、相手と競走したりする楽しさや喜びを味わうことができる運動である。したがって、「走」と「跳」をスムーズに組み合わせ、水平スピードの減速を防ぎ、リズムカルにインターバルを走り抜くことがポイントとなる。前年度からは、「着地を起点としたリズム」を身に付けさせ、リズムよく減速せずインターバルを走る楽しさや心地よさを感じ、自己の記録の伸びや目標とする記録の達成を味わえるよう実践を重ねてきた。前年度の成果として挙げられる、リズムカルにハードルを走り越える楽しさや喜びを味わうことのできる教材を、本年度取り組む子どもの実態に合わせて改善し、子どもの記録更新や「分かる」「できる」につなげられる学習を進めてきた。

また、運動の本質を損なうことなく、個人で行う運動を集団で行う運動に転換し、より主体的・対話的で深い学びを実践していく。その際、子どもにとって関わり合いの手掛かりとなる教材や教具の工夫、タブレットPCを活用した学びの在り方を検討したい。また、過去と現在の自分との比較を行い、自ら課題を設定し、共に解決を図ることができるよう、成長を実感できる場面等を設定し、よりよい動き（合理的な動き）を追求しようとする学習を展開し、愛顔あふれる子どもを育てたいと考える。

## 2 研究の視点

### (1) 教材とつながる

合理的な運動の行い方を理解したり、運動のもつ本質的な面白さを味わったりする単元構想を工夫し、主運動につながる技能を向上させることで、次の学びにつなげられるのではないかと考えた。

仮説 陸上運動（特にハードル走）における合理的な運動の行い方を理解することのできる環境や工夫した教材・教具を用いた学習を展開すれば、仲間と共に運動のもつ本質的な面白さを味わい、「分かる」「できる」喜びを分かち合う愛顔あふれる子どもが育つだろう。

### (2) 仲間とつながる

仲間と学ぶ必要感をもつことのできる学習課題や学習場面の設定を行い、協働的な学びを充実させる学習環境を整備することで、仲間と運動することの楽しさや喜びを味わうことができると考えた。

仮説 運動のもつ本質的な面白さを味わうことのできる教材で学習を進めながら、学ぶ必要感をもつことのできる学習場面を設定し、協働的な学びを充実するために学習環境を整備すれば、「分かる」「できる」喜びを分かち合う愛顔あふれる子どもが育つだろう。

### (3) 自分とつながる

子ども自らが成長を実感するための教師の関わりや、学びから生まれた課題を解決する、みんな「が」楽しい、みんな「で」楽しい関わりを通して、主体的に調整する態度を養いたいと考えた。

仮説 子ども自らが成長を実感するために教師が価値付けを行い、みんな「が」楽しい、みんな「で」楽しい関わりを主体的に調整する態度が身に付けば、仲間と「分かる」「できる」喜びを分かち合う愛顔あふれる子どもが育つだろう。

### 3 研究の実際

#### (1) 教材とつながる

##### ア 合理的な運動の行い方を理解することのできる「宇和島プラン」の作成

宇和島市小学校体育連盟が捉える合理的な運動の行い方とは、「道理や論理にかなった、無駄な動きが少ない運動の行い方」と捉えることとした。合理的な運動の行い方の習得にあたっては、指導のポイントを絞ることや、子どもの気付きや思いを基にした課題解決を図ることができるようにした。その楽しさや喜びを味わうための感覚づくりとして、小学校学習指導要領解説体育編に例示してある、①踏み切る足、②着地後のバランス、③歩数の3つのポイントに絞り、習得させることとした。また、この合理的な運動の行い方を習得させるために、「宇和島プラン」を作成した。内容は、主運動につながる感覚づくりの動きを含め、ドリルゲームや補助運動を取り入れたもので、子どもの実態に応じて活用を進めた。今年度は、「ホワイトラン」と「一台ハードル」を行うことで、基本の動きへの意識を高めることができた。

##### イ 工夫した教材・教具

ハードル走を行う上で重要なのは、子どもに恐怖心をいかにもたせないかである。中学年では、小型ハードル走（障害走）に取り組んでいる。ミニハードルや段ボール箱、ペットボトル等、様々な高さに応じた小型ハードル（障害物）を走り越える学習を経験している。しかし、その学習を経験しているとはいえ、いきなりハードルを走り越えようとすると、うまく走り越えることができない子どもは、板に足が当たり、痛みや恐怖心でハードルを走り越えることが難しくなることが想定される。そこで、共生の視点に立ち、誰もが楽しく取り組めるよう、フレキシブルハードル（資料1）を用いた。このハードルは、発



（資料1）フレキシブルハードル

泡ウレタンでカバーされたフレキシブルバーが中央部で分割されているため、足が触れてもそれぞれが自在に曲がり、基本的に転倒することはない。転倒による恐怖心を軽減することで、誰もが取り組みやすくなっている。そのため、積極的にハードルを走り越える子どもの姿が多く見られ、楽しく取り組むことにつながった。

#### (2) 仲間とつながる

##### ア 学ぶ必要感をもつことができる学習場面を設定

昨年度までの研究では、グループで設定した課題が、個人の解決すべき本質的な課題となっていない場合も見受けられた。その問題を解決する方法として、自己の課題を把握し、その課題の解決方法を理解しておくために、毎時間 OPP (One Page Portfolio) シートを活用した。OPP シートとは、学習者が物事や事象を認識する枠組みである認知構造を可視的に表現し、外化することを目的としているものである（堀、2019）。自己の課題を明確にすることは、仲間と学ぶための前提である。全体での課題とは別に、自己の課題を設定し、全体の課題を解決するために自己の課題をどのように解決していけばよいかを振り返りで考えるようにした。可視化された自己の課題を仲間と共有する

ことで、どのようにすれば解決できるかのアドバイスを受けることができた。また、OPPシートを活用することで、一目で振り返ることができ、自分を一段上からふかんして見ることができる。このため、自己評価と共にメタ認知の育成に重要な役割を果たしているとも言える。自己の課題を解決するために仲間と学び、仲間からアドバイスを得ることによって新たな自己の課題の発見につながった。さらに、対抗戦シートも用意し、その日の個人の課題を一目で分かるようにすることによって、より具体的にグループで学ぶことの必要感をもたせた。

### イ 協働的な学びを充実するための学習環境の整備

自己の技能向上を目指すことも必要であるが、陸上運動の「分かる」「できる」喜びを味わうためには、仲間との関わりが必要不可欠である。そこで、単元初期からグループ学習を取り入れた。ハードル走という運動を通して、自分とは異なった課題を仲間と共有することで視野が広がり、各視点を解決するために考えを深めようと対話が広がり、より充実した学習につながると考えたからである。安心して取り組むことができる母集団としてのグループがあることで、仲間に対して自分の意見を伝えやすくなった。先述のOPPシートをいつでもアクセスでき、必要に応じて見ることができる環境として、「ロイロノート」の共有ノート機能を活用した。また、仲間同士の対話による課題解決を図るために、道具セット（お手玉、ケンステップ、シュシュ等）を準備し、活用させた。これらの道具を使って自分たちが見たことを伝える生の関わりがあったり、タブレットPCを使った対話があったりと、様々な形で学びの姿が見られた。そこには、与えられた役割をこなすだけでなく、自然発生的に「する・見る・支える・知る」という役割が生まれていた。その結果、課題を共有できたグループ学習の中で、必然的な対話が生まれてきた。このように、協働的な学びや必要感のある対話を促すような学習場面を設定することで、動きについてアドバイスしたり、課題を自分たちで修正したりする姿につながった。タブレットPCを活用することのよさを認めつつも、子ども同士の生の関わりによさを感じた。

## (3) 自分とつながる

### ア 子ども自らが成長を実感するための教師の関わり

自己の課題解決を中心に単元構想を立てた。その中で子ども自らが成長を実感する瞬間とは、自己の課題が解決していくプロセスでの他者との関わり場面であると捉えた。教師は、ファシリテーターとしての役割を果たし、子どもの紡いできた点と点を結んでいく必要がある。その方法は、日々の授業での声掛けである。「ロイロノート」を用いたOPPシート（資料2）は、前時のうちに次時の個人の課題が分かるものである。一人一人の子どもの課題を事前に把握することで、授業時の声掛けに生かした。また、OPPシートへは、子どもたちの励みになるような言葉や、困っている子どもへの、次時に向けてのアドバイスとなる言葉を毎回記した。また、毎時間の終末に、学びを振り返る時間を設けたところ、仲間のアドバイスのおかげで解決につながったという意見や、具体的な友達の名前を挙げて自分の動きの変容を述べるなど、仲間と関わり合うことによさに気付く子どもが多くなった。子どもたちの言葉に教師が学びの価値付けを行ったことで、子ども自身が他者へよかったところを積極的に伝えようとする様子が見られるようになった。

	10月2日	10月6日	10月11日	10月13日	10月16日	10月19日
1. 集めたことです。	●	●	●	●	●	●
2. 集めて振り返りました。	●	●	●	●	●	●
3. 自分で気づいたこと、疑問、課題を共有しました。	●	●	●	●	●	●
4. 助言やアドバイスをもらいました。	●	●	●	●	●	●
5. 課題を解決しました。	●	●	●	●	●	●
今日の全体のめあて	40mハードル走のタイムを伸ばし、今の課題を克服する。	ハードルを越えなくてもスピードに乗って走り切るための練習をしよう。	ハードルを越えてもスピードに乗って走り切るための練習をしよう。	ハードルを越えてもスピードに乗って走り切るための練習をしよう。	第1回目のハードル走の準備を整えて練習しよう。	第2回目のハードル走の準備を整えて練習しよう。
今日の自分のめあて	40mハードル走で9秒より速く走る。	減速せず速く飛ぶ。	インターバルの歩数を奇数にする。	目標まっすぐにインターバルの歩数を奇数にする。	ハードルのギリギリで前に飛ぶ。	スピードを上げる。
振り返り 今日の学習で分かったことや気づいたポイントを書きなさい。	振り返り減速せず速く走ることに気づいた。ハードルを越えたい。ハードルを越えたい。ハードルを越えたい。	減速せず飛べた。インターバルの歩数が偶数になることに気づいた。ハードルを越えたい。	インターバルの歩数を奇数にする。目標まっすぐにインターバルの歩数を奇数にする。	目標まっすぐにインターバルの歩数を奇数にする。ハードルのギリギリで前に飛ぶ。	ハードルのギリギリで前に飛ぶ。	スピードを上げる。スピードを上げる。スピードを上げる。
次の時間の自分のめあて（書く）	減速せず速く飛ぶ。	インターバルの歩数を奇数にする。	目標まっすぐにインターバルの歩数を奇数にする。	ハードルのギリギリで前に飛ぶ。	スピードを上げる。	速く着地できるようにする。

①1台目までは…10歩 ②スタートでは、右足・左足を引く ③踏み切り足は、右足・左足

（資料2） 子どものOPPシート

## イ みんな「が」楽しい、みんな「で」楽しい関わりを通して、主体的に調整する態度

個人の運動を集団の運動に転換し、グループ活動を中心に取り組んできた。先述の「宇和島プラン」で主運動につながる感覚づくりの運動を繰り返し行い、みんな「が」楽しいと思える活動で成功体験を積み重ねることで、主運動の動きにつなげることができた。また、グループ対抗戦を実施することによって、集団の一体感の醸成を図り、さらには、グループで楽しいから、みんな「で」楽しいに目を向けさせるために、毎時間の記録測定のポイントを全員で加算したものの比較も行った。特に今年度の取組では、授業を重ねるごとにポイントが上昇し、最終にあたる第6時には、第1時の8倍近い値を出した。これは、グループでの得点が上昇したこともさることながら、一人一人の課題に対する毎時間の取組が生み出した結果であると言える。個人の課題解決のためにグループの仲間が対話を通して改善を図り、その結果新たな課題が生まれ、記録の向上につながるサイクルができた。陸上運動領域のハードル走において、みんな「が」楽しいと感じる関わりを通して主体的に調整する態度を養うことができた。

## 4 研究の成果と課題

### (1) 教材とつながる

#### ア 成果

- ・ 「宇和島プラン」を活用した運動を行うことにより、身に付けさせたい動きを定着させることにつながった。子どもたちがリズムカルにハードルを走り越える楽しさや喜びを味わえた。

#### イ 課題

- ・ 「着地を起点にしたリズム」を中心に扱ったが、難しい側面があった。効果的な「宇和島プラン」の開発や学習展開の工夫が必要である。

### (2) 仲間とつながる

#### ア 成果

- ・ 必要感のある対話の実現のため、再現性の高い既存のメディアを利用したり、グループ活動を取り入れたりしたことで、課題を共有し、解決に向かう姿が見られた。

#### イ 課題

- ・ ハードル走における「つくる」活動の創出に課題があった。スポーツで「あつまり」「ともに」「つながる」ことのできる学習環境を整備する。

### (3) 自分とつながる

#### ア 成果

- ・ OPPシートやタブレットPCなどを活用したことで、自分の課題を見通して行動に移し、振り返ることにつながった。また、それらが、過去の自分と未来の自分をつなげる手立てとなり、新たな課題の創出に効果を発揮した。

#### イ 課題

- ・ ファシリテーターとしての教師の役割をさらに自覚し、意図的、意識的に子どもと関わる。

#### 〈参考文献〉

「体育授業を観察評価する 授業改善のためのオーセンティック・アセスメント」高橋建夫（明和出版）

「OECD Education2030 プロジェクトが描く教育の未来」白井俊（ミネルヴァ書房）

「新訂 一枚ポートフォリオ評価 OPPA 一枚の用紙の可能性」堀哲夫（東洋館出版社）

「自己調整学習 主体的な学習者を育む方法と実践」木村明憲（明治図書）