

[体育・保健体育]

仲間とのかかわりを重視し、意欲的に運動する
子どもの育成をめざした指導の試み

- ボール運動の特性を生かし、楽しさを味わう指導の工夫 -

金澤 健志*

1 はじめに

文部科学省の「体力・運動能力調査」によると、子どもの体力・運動能力は、昭和60年ごろから低下傾向にある。当校の新体力テストの結果も、半数以上の種目で全国平均を上回っているものの、50M走、ソフトボール投げでは低下傾向が見られ、全国・県平均を下回っている。一方、近年、身長・体重等、児童の体格については伸びているという。体格が伸びているのに、体力・運動能力が低下しているというアンバランスや、体力の低下が原因で生活習慣病の増加やストレスに対する抵抗力の低下などを引き起こすことが懸念される。この体力低下の要因として、室内遊びの時間の増加、外遊びやスポーツ活動時間の減少が挙げられている。

学習指導要領は、「運動に親しむ資質や能力の育成」「健康の保持増進」「体力の向上」を挙げ、3つの相互関係の上で、生涯にわたって運動やスポーツに親しむ子どもの育成を求めている。その実現のために、子ども一人一人が意欲的に運動に取り組もうとする姿勢と、仲間とのかかわりながら運動を楽しもうとする態度を育成する必要があると考える。

2 主題設定の意図

中学年を対象にしたボール運動の調査では、9割以上が「体を動かすことが好き」と答えた。「体育の授業が好き」という児童は7割以上となっはいる。しかし、そこには、「友達とかかわるのが楽しい」という思いの一方、「できないと下手だと言われる」という悩みも記されていた。仲間と一緒に運動したいという気持ちはあっても、どうやってよいか分からない、仲間とのコミュニケーションが上手くいかないために長続きしない等、困惑していることが伺われる。その結果、運動の特性に触れる機会が減少し、運動する楽しさを味わうことなくあきらめてしまっていると考えられる。また、スポーツクラブ等に加入し、運動の経験を積むことで自信をつけている子どもがいる反面、そうでない子どもにとって、運動の意欲を持続・発展させるのは容易ではない状況がある。

これまでの指導の中で私は、「できる子は楽しい」「できなくても、できる子の中にいれば楽しめるようになるだろう」と漫然と考えていた。しかし、集団の中で運動の意欲を持続・発展させるためには、一人一人が目指すものを明確にし取り組んでいかなければならない。子どもたちは仲間と楽しくかかわることを何よりも楽しみにしている。仲間を誘われれば、苦手な運動にも挑戦しようという気持ちも沸き上がってくる。チームプレイの中で、励まし合ったり、認め合ったりすることが、多少の技能の差をカバーし、向上しようとする気持ちを生み出すものと考え。肯定的で前向きなかかわりの中で、運動の特性に触れ、その楽しさを実感し、味わうことができれば、意欲は持続していく。意欲はさらにかかわりを深め、運動への意欲を増して行くであろう。

そこで、ボール運動の学習における仲間とのかかわりを重視し、授業を構成した。仲間とのかかわりをより豊かにするよう努めていけば、仲間とのかかわりの中で、ボール運動の楽しさを発展させていこう。ボール運動を楽しむことで、子どもはボール運動の特性に触れる。

私は、次の3点がボール運動の特性であると考えた。

- ①運動を楽しむために技能やマナーを身につけること
- ②チームワークを生かして課題を克服すること
- ③それらを身につける喜びを実感すること

これらをふまえて、3年、4年の2年間継続で、本実践研究を行うこととした。

* 長岡市立豊田小学校

3 研究仮説

ボール運動の特性を重視し、学習内容と学習課題を明確にして取り組み、仲間とかかわる視点や学びを支援すれば、子どもたちは意欲的に運動するだろう。

4 研究の方針

以下の3点に重点を置き、研究を進めることとした

(1) 課題を明確にしていくための導入の工夫

運動面での能力差を感じさせないようにするための課題設定を工夫する。技能が上達するポイントを明確にして練習できること、チーム内で互いに補い合っていること等、達成感を味わえる場面を多く経験できるような課題の工夫を試みる。また、ゲーム感覚で取り組める課題を導入部分に取り入れることで、楽しい雰囲気の中で運動できる環境づくりに努める。これらの手だてを工夫することで、達成感を味わい、もっとやってみようという意欲を持たせることができると考える。ゲームの中で生じた問題点を解決する方法を子どもに考えさせ、その中から課題を明らかにし、導いていく。また、課題解決のための具体的な手だてのヒントを与え、できるだけ自らの力で課題に取り組み、解決するように指導・助言する。

ボール運動を思い切り楽しむことも重要なことである。ねらったところにボールがいくこと、思い切りボールを飛ばすこと、思うようにボールをコントロールすること等が挙げられる。これらの特性に触れる機会を多くすることと、一つずつの課題を明確にしていく支援が必要である。ボール運動では、個々の子どもの経験の差から技能面での差が見られる。休み時間の遊び方やスポーツクラブ等への参加状況によって、取組への意欲にも差がありそうだ。とりわけ、女子の中にボール運動に対して苦手意識を持つ傾向が高いと感じている。それらを男女混成の集団で、ルールや条件を工夫していくことによって埋めることができると考える。「みんなで楽しむこと」という意識を高め、かかわりを深める活動にしていくためにも、導入の仕方がポイントになってくる。

(2) 互いのよさを認め合う視点を養う方法の工夫

「できる」「できない」といったことを、前向きに考えて次のステップに行けるよう、子どもの中で整理させながら進めていきたい。そのために、自己評価を積み重ね、自分の内面を見つめながら授業に臨んでいくことが必要であると考える。そこで、学習を振り返り、次の活動に生かせる「学習カード」を活用する。

ゲームを進めていく上で、「勝つ」「負ける」ということにこだわるあまり、意欲が途切れる様子が見られる。ゲームの中で自分の技術がどう向上したか、チームとしての動きがうまく機能した喜びを味わえたかという視点で振り返ることができるようにすることが重要だ。また、個々の子どもがもつ願いを明らかにし、チームのめあてを具体的に考えていく活動も工夫していかなければならない。シュアリングの時間を十分確保し、反応しながら聞き合ったり、互いの発表を賞賛し合ったりする。そのようなかかわり合いの中で、技能を習得していくよう、みんなだめあてを共通認識し、前向きに取り組もうとする態度の育成に努める。協力してできた、競い合って楽しかった等の感想を大事にし、友達とかかわりながら運動することの楽しさを改めて認識させていきたい。お互いが深くかかわることで、運動に対する意欲が増し、高め合っていくこともできると考える。

(3) 運動の特性を味わえる、課題に応じた場の工夫

ボール運動の楽しさを味わうことができるようにするために、場の設定が特に重要であると考えられる。ボール運動を楽しむコートや場の工夫、チームの編成の設定、ルールの改善等、ねらいに沿った形で支援していくことで、さらに効果が高まると考える。活動の場となるそれぞれのコートでは、用具・ライン等、それぞれの使い方と役割を全員で共通認識を深めながら活動していく。活動する場が見えると、活動への見通しを持つ。見通しを持って学習活動を進めることで、意欲を盛り立てていくことができる。

5 研究の実際

(1) 実践の流れ

実践1 単元名「シュートをねらえ」

ほとんどの子どもはサッカーを経験していて好きである。一方、経験の乏しい子どもおり、知識や技能の個人差が

大きい。サッカーは、より多く得点することが主たるねらいであり、集団で競い合うおもしろさは、集団競争型の特性である。そして、チームで工夫し上達する楽しさが運動技術の向上にもつながるであろう。また、チームで協力することにより、社会性も養われるだろうと考えた。

練習や試合の中で、思い切り体を動かし、ボールをパス・シュートできる喜び、協力しながら工夫して練習する喜び、練習したことを試合に生かし得点に結びつける喜びなどを経験させることで、ゲームのもつ楽しさを十分に味わわせることができる。ゲームを繰り返していく中で技能を向上させたり、マナーを向上させたり、運動の進歩や相手に合わせたルールを改善したりしていきたい。ルールやボール操作の技術の習得、チームワークやマナー等の人間関係への配慮によって、ゲームの楽しさがより深まると考えた。

導入部分として、ボールの操作に慣れさせるための簡単なゲーム「的あてゲーム」を行った。ボールを自在に操ることはサッカーの楽しみの一つである。狙ったところにボールを蹴る技術を身につけるための活動であるということ子どもに伝え、学習に入った。ねらいを理解したうえで、ゲームを行い、ゲーム感覚で夢中になってボールに触れるうちに、自然にボール操作の技術を身につけていくことができると考えた。ルールが簡単であれば、その分活動に集中できると考え、分かりやすいルール作りに努めた。

徐々に課題を難しいものに設定しながら、ゲームの得点を学習カードに記入して進めた。それまでの成績をもとに挑戦する順番をチームで話し合い、それぞれの技能に応じた課題に取り組めるようにした。チーム内で認め合う姿や達成感を味わう姿が見られた。

〈的あてゲームのルール〉

- ① チーム（7～8人）ごとにコートを作る。それぞれのチームにボールは一つ。
- ② 円の中の的（ボール）を狙ってボールを蹴る。
- ③ 順番を決めて蹴る。全員が蹴って、一番多く当てたチームの勝ちとする。

ゲームの様子から、ボールを真っ直ぐに蹴ることができない子どもが多く見られた。つま先で蹴っているために思いがけない方向にボールが飛んで行ってしまう。真っ直ぐに蹴るには、ボールの真ん中を足の内側で蹴るとよいことを伝え、もう一度的あてゲームを行った。もうすでに的に当てるのが容易な子どももいるので、ルールを考案し、徐々に距離を長くして蹴る、利き足と反対の足で蹴る等のものを追加した。

始めのゲームでは各チームの得点が20点～40点だったが、3回目になると70点以上、100点をマークするチームも出てきた。狙った的に当てることができ、ボールをコントロールする達成感を味わった。サッカーの得意な子ども、不得意な子どもがいる現状に合わせ、どの子どもにもシュートの喜びやゲームの楽しさを味わえるよう、ルールやコートを工夫し、集中力を持続させた。実態に合わせて難易度を変えることができるコートであったため、競って難しい課題に挑戦する子どももおり、効果的に活動することができた。

実践2 単元名「ボールは友だち」（ベースボール型ゲーム）

体力テストの結果から、当校の子どもの「投げる」力が低いことが分かった。休み時間にはドッジボールを楽しむ姿もよく見られるが、うまく投げられずに、味方へのパスしかしない子どもも多いようだ。ボールを捕る、投げるといったキャッチボールから活動に入り、ねらったところにボールを投げる技術を向上させるにはベースボール型ゲームが適していると考えた。

授業の導入部分で行っていたキャッチボールを、回が進むにつれて発展させ、鬼ごっこも行った。漫然と投げている動作が機敏になり、素早いパスを心がける姿が見られた。

〈ボール鬼ごっこのルール〉

1チーム（7～8人）で輪を作る。チーム内で1～2人の鬼を決めて輪の中に入る。鬼に捕られないようにパスを回す。鬼がボールをタッチしたら交替。

また、こういったミニゲームは授業の導入部分で数回行った。授業の始めの定番メニューとして子どもに意識付けし、前回の授業から継続した流れにすることをねらっている。また、仲間と素早くパスを回すスピードが上がることに喜びを感じたり、連携した動きのアイデアを実行しようと呼びかけたりする姿も見られた。授業の始めを待ちきれず、休み時間から始める様子もあった。

〈キックベースボールのルール〉

ピッチャーがボールを転がして、バッターが蹴る。蹴ったら一塁を踏んでホームまで走る。ボールを捕ったら、ホームに返す。走者よりも早く返球されたらアウト。打者が一巡したらチェンジ。アウトの数は関係なし。それぞれのチームが全員打ったところで、何点入ったかで勝敗を決める。

ボールを投げる運動を続けるうちに、どういうフォームで投げれば速く遠くへ投げることができるのかを考えながら活動するようになっていった。投げるのに熱中するあまり、捕ることに無頓着であったが、相手が「ワンバウンド」で投げようと思って投げた球を、夢中で追いかけて「ワンバウンド」で捕球する等、「投げる」目的と「捕る」目的を共有することでどちらもそれを達成することができた。

キックベースボールでは、守備位置を指示したり、打ち方やねらう打球の方向をアドバイスする等、子どもたち同士で教え合ったり、励まし合ったりという場面が多く見られた。能力の差はあったものの、ベースボール型ゲームの特性である順番制を活用することにより、個々の子どもの活躍する場を設けることができた。

実践3 単元名「ハンドベースボール」(ベースボール型ゲーム)

○学習活動 ・子どもの様相のおおよそ	○支援活動 ◆評価
【前時】簡単なルールでのゲーム	
○準備運動。	○手首，肩の関節などを動かしておく。
○ルールとめあてを確認する。 ・みんなが楽しめるよう，ルールを追加・修正した。 ○ゲーム。 ・ルールをよく理解し，協力してゲームをすることができた。	○ルールについて板書し，全員が理解できるようにする。 ◆ねらいに沿ったルールを考えることができる。 A：考えたことを発表している。 B：ルールを理解している。 C：ルールを理解しようと話を聞いている。 ○判定について食い違った場合はアドバイスする。 ◆協力してゲームを楽しもうとすることができる。 A：友達にアドバイスしながら進めている。 B：協力してゲームをしている。 C：ゲームに参加している。
○ゲームの振り返り。	○楽しくなるように作ったルールは有効だったか，他にどんなルールがあるとよいか，協力してゲームができたかを振り返る。
○次時の予告。	
【次時】工夫したルールでのゲーム。	

実践4 「ラインサッカー」(サッカー型ゲーム)

(ア) 運動の特性

みんなで1つのボールを追いかけて、思い切りボールを蹴る、それがサッカーの魅力であると考え。豊富な運動量をこなしていく中で、自分の動きを工夫し、仲間と連携しながらゲームを作り上げていくような活動にしたい。そのためには、なるべく試合の流れを中断させず、ボールがラインから出ることによるタイムロスがなくす等のルールの工夫が必要だ。それらのルールを守って公正な態度でゲームに参加できるようにするため、ルールの把握、改正を話し合うこと、明快で簡単なものにしていくこともゲームを作る大事な要素になってくる。スピーディーなゲーム展開は運動量確保とゲームの活性化につながる。運動量を高め、ボールを蹴ることの爽快感を味わい、サッカーを好きになるような活動を意図した。

(イ) 単元の流れ

1～3時…ボールキック・ドリブルを中心にした練習。チームでできる練習方法の提示。

(思い切り蹴って遠くへ飛ばす・相手に向けて正確に蹴る・ドリブルで走る等)

4～8時…げんきカップ。チームのみんなが活躍しながら試合に勝てるよう練習方法を工夫したり、ゲームの中の動きを工夫したりする。

単元を通して目標を確認しながら取り組んでいきたい。後段では各クラス5チームずつを編成し、練習と試合(総当りのリーグ戦……げんきカップ)を行う。

げんきカップのめあて

げんき ゲームも練習も全力で。…ダッシュでボールを追いかける。思い切り蹴る、投げる。

かん 考えてゲームをしよう。…どうすれば得点につながるのか。練習したことを試合に生かすには。

き 気持ちのよいプレーをしよう。…よかったところを認め合う。試合後に文句を言わない。

(ウ)一時間の流れ

○学習活動 ・期待する子どもの様相	○支援活動 ◆評価
【前時】げんきカップ開幕	
○準備運動。	○十分体を温めておく。
○ルールとめあてを確認。 ・みんなが楽しめるよう、ルールを追加した。 ○練習をする。 ・チームでめあてをもち、協力して練習をした。 ○ゲームをする。(2試合) ・協力、連携してゲームをするを心がけた。	○ルール(進め方)について、全員で確認する。 ◆ねらいに沿ったルールを考えることができる。 A: 考えたことを発表している。 B: ルールを理解している。 C: ルールを理解しようと話を聞いている。 ○めあてをチームで考え、ゲームに臨む。 ◆協力してゲームを楽しもうとすることができる。 A: 友達と連携しながら、積極的に進めている。 B: 一生懸命ボールを追いかけている。 C: ゲームに参加している。
○ゲームの振り返り。 ○次時の予告。	○げんきカップのめあてやチームのめあてに向かって活動することができたかを振り返る。 ◆自分の活動を振り返り、次のゲームにつなげようとすることができる。 A: げんきカップのめあてやチームのめあてと関連させて振り返っている。 B: チームの動きを思い出して、振り返っている。 C: ゲームを振り返って記録している。
【次時】全員ゴールを目指そう。	

(2) 考察

ベースボール型ゲームの利点は、全員に活躍できる機会が順番に回ってくることである。その機会を生かすために、ルールを工夫しながら取り組んだ。当初は自分が有利になりそうなルールを提案する様子や、あくまでも勝ちにこだわる様子も見られた。ゲームのねらいを説くうちに「女子が打者の場合は下から投げる」、「男子が打った場合は必ずホームまで戻る」等、男女の運動経験の差をふまえたルール作りが行われた。

授業後の感想では、女子では「楽しかった」という答えが増えたものの、男子の中からは欲求不満の声も挙がった。男子と女子というくくり方がふさわしかったのかを、もう一度検討する必要がある。

また、子どもの「勝ちたい」という欲求も当然のものと考え、子どもがねらいに向かって活動することが「勝つ」ことにつながるような設定を工夫しなければならないと感じた。チームのメンバー全員が同じ目標に向かって活動することで連帯感が生まれ、かかわりが深まる。その目標が得点等の分かりやすい数値で表せるものにしてやる必要がある。

サッカー型ゲームを少人数のチーム編成で、一人一人に役割と責任感を持たせたことで、集中力が持続した。仲間に声をかけたり、空いているスペースを指示したり、ゲーム全体が見ながら取り組んでいた。

授業の導入部分の練習では、チーム毎にメニューを考え、実戦への見通しを持って進めることができた。毎回の試合をカードに記入していくことで、自分のチームの動きを振り返り、課題を明確にしながら練習に生かしていた。ボールを遠くに蹴る、一生懸命ボールを追いかける等、メンバーがめあてを共通認識することで、声かけや励ましもより具体的なものであった。

また、げんきカップのねらい、チームのめあてが一目瞭然なため、子ども同士で互いのよさを認め合うための視点も明確になったと考える。ただ点を取ることだけが高い評価を得るのではなく、しっかり守る、巧みなパス回し、仲間への声かけ等も評価の視点として挙げられていた。

6 研究成果と課題

これらの実践を総括し、以下の3点を成果として提案する。

(1) 運動の特性を味わえる、課題に応じた場の工夫

ボール運動の楽しさを味わうためには、いろいろな制約も出てくる。それらを協力してクリアしていく活動も重要だ。ルールはシンプルなものへ徐々に複雑なものを追加していった。みんなで話し合っ決めていくことにより、ルールの理解と、ゲームでのルールの遵守することにつながった。ルールの枠の中で、一つのボールに集中し、一喜一憂する楽しさを味わうことができた。

ルールについて話し合う際には、参加している子どもにチャンスが均等になるよう心掛けた。男女で始めからハンデをつけるのは妥当ではなかった。チーム内でそれを補えるように練習し、試合の中でカバーしていく方が、子どもはいきいきと活動していた。ボールに触れる機会を多く与えるようにすることが重要である。そのためにチームの人数を少人数にすること、動ける範囲を広くすること、ゲームの流れを止めないように工夫することが有効であった。汗を流して動き、試行錯誤しながら子どもはボール運動に取り組んだ。みんなで作り上げたルールをしっかりと把握し、練習で身につけた技能を発揮し、連携がうまくいった喜びを仲間と共有し、ボール運動の特性に触れる楽しさを味わうことができた。

(2) 課題を明確にしていくための導入の方法の工夫

導入として簡単なゲームを取り入れることにより、最初のステップをみんなで楽しむことができた。「これからどんなことをするのだろう」という気持ちを引き出し、「できるんじゃないかな」という見通しを持つことができた。「できる」ことを味わいながら、徐々に挑戦へのステップを踏めるよう、適切に助言していくことが重要だと考える。また、ゲームを通して子ども自身が課題を持ち、課題解決のために意欲的に練習できるよう、多様な練習メニューやヒントを提示するよう心掛けた。

ラインサッカーでは、試合前の練習で課題を明確にすることにより、その後の試合での子どもの動きが活発になり、チームの方向性と一人一人の課題が見えてきた。声かけや励まし具体的になることにより、活動を通じてチームの仲間相互がかかわりを深め、子どもたちも積極的に動いた。

(3) 互いのよさを認め合う視点を養う方法の工夫

学習カードをもとにして、自分の活動を振り返るよう努めた。そこで自分ができるようになったことを明確にし、次の挑戦につながる意欲が持てるよう、声かけをしていった。カードの記入にも次第に慣れ、意欲的に取り組み、自己を見る目が養われている。シュアリングを通して観点をより明確にし、友達とかかわることによってどう感じたか、友達とどうかかわって活動を広げていきたいか、というような記述がもっと増えるようにするには、まだ改善の必要がある。

これまでの活動を通して、ゲームの中で他の子どもを非難したり、個人プレイしたりする様子が減ってきた。運動に対する価値観、「できる」「できない」というところから、互いのがんばりを認め合うなどの見方ができるようになった。がんばって試合に臨むことを目指しながらも、仲間と運動する楽しさを大切にしたいという願いが通じている。技能の高い子どもにとっても、自己評価やアドバイスする姿から、チーム全体を見る目が養われているように感じる。この目をさらに養っていき、お互いに高め合う活動に持っていきたいと考える。

〈参考文献〉

永島惇正・佐伯年詩雄著 「体育の学習」 光文書院、2004年

清水一彦・新井浅浩著 「教育データブック」 時事通信社、2004年

池田延行・細江文利・村田芳子編・著 「新学習指導要領を生かした体育科の授業」、2001年