

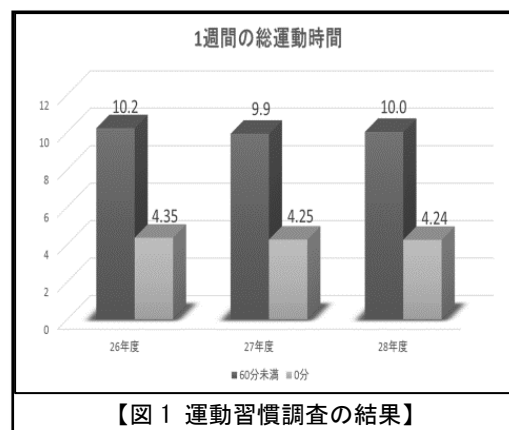
主体的に運動に向かう子どもを育む体育科学習指導
ー運動領域と保健領域を関連付けた学習過程の工夫を中心にー

長期派遣研修員 糸島市立福吉小学校 教諭 辻 聡一郎

I 主題設定の理由

1 現代社会の要請・児童の実態から

本県では、「誰もが気軽にスポーツに親しむ環境の整備とスポーツを通した元気で活力のある県民生活や地域社会の創造」を基本理念とする「福岡県スポーツ推進計画」（平成 26 年 3 月）を策定し、生涯にわたる豊かなスポーツライフを実現するための基礎となる学校における体育学習の充実を掲げている。しかしながら、「全国体力・運動能力、運動習慣等調査 調査結果報告書」（福岡県教育委員会）によると、【図 1】に示すように、約 1 割の子どもが 1 週間の総運動時間が 60 分未満であり、運動に対する意識が低いことが大きな課題となっている。また、まったく運動をしない子どもも過去 3 年間でほぼ横ばい状態である

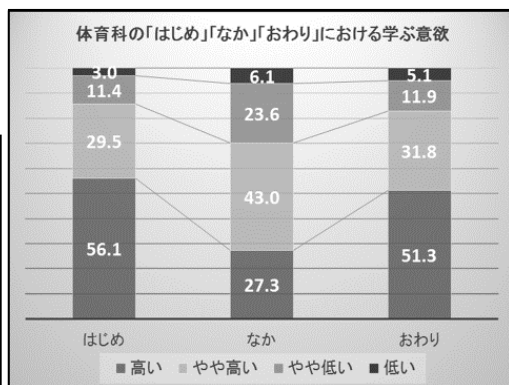


ことから、なかなか改善が進んでいないことが分かる。この 60 分未満の子どもが運動をしない理由として多かったのが、「してみたいと思わない」や「運動が苦手で自信がないから」等であった。これは、体育科の学習において、運動の楽しさを十分に味わえていないことや、運動に対して苦手意識をもたせたままにし「自分は運動ができる」という有能感を高めることができていないことに起因していると考えられる。このことから、今後は、小学校体育科において運動に対する親和性をさらに深め、自ら進んで運動しようとする子どもの育成がより一層期待されると考える。

そこで、本研究対象児童がどのような意識で体育科の学習をしているか実態を把握するために、次のような児童アンケートによる調査を行った。

【調査Ⅰ】体育科の「はじめ」「なか」「おわり」における学ぶ意欲に関する調査【図 2】

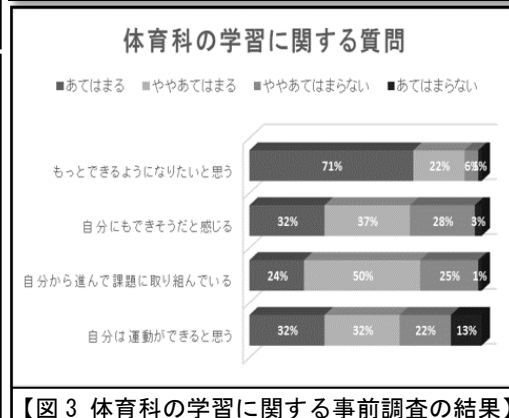
学ぶ意欲が高い子どもが単元のはじめは 56.1%、単元のおわりは 51.3%もいるのに対し、単元のなかには 27.3%しかいない。このことから、高い意欲をもって新しい単元の学習に取りかかろうとしているものの、実際に課題に挑戦したり解決するために考えたりする際に、自ら進んで学習をできていないことが分かる。



【図 2 体育科の学ぶ意欲に関する事前調査の結果】

【調査Ⅱ】体育科の学習に関する意識調査【図 3】

71%の子どもが「できるようになりたい」という願いをもっているものの、その運動が「できそうだと感じる」子どもは 32%に減り、自信をもてない子どもが 30%以上もいる。また、自ら進んで課題に取り組んでいるとは言い難く、課題を解決する際に子ども自らの意志による学習行動が表出していないことが窺える。さらに、「運動ができる」と実感している子どもが 32%にとどまり、有能感が高まっていないことが分かる。



【図 3 体育科の学習に関する事前調査の結果】

以上のことから、体育科の学習において、次の3点について意識の高まりが不十分であると捉えた。

- ★ 「自分にもできそうだ」と感じ、有能さへの欲求を十分に抱くこと
- ★ 「できるようになりたい」という願いをもち続けながら活動し、自ら進んで課題を解決しようとする
- ★ 「できるようになった」という有能感を実感すること

そこで、「自分にもできそうだ」という意識をもつことや「できるようになりたい」という願いをもち続けること、「できるようになった」と実感することといった意識面を高めることは、体育科の学習においてすべての子どもに運動の楽しさを味わわせ、資質・能力を身に付ける上で価値が高いと考え、本研究主題を設定した。

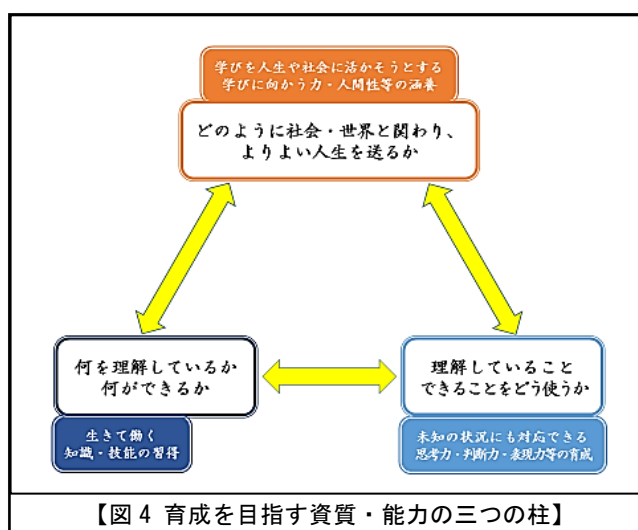
2 教育の動向から

次期学習指導要領解説総則編（平成 29 年 6 月）では、育成を目指す資質・能力が「知識及び技能」「思考力、判断力、表現力等」「学びに向かう力、人間性等」の三つの柱に沿って整理され、これらをバランスよく育成することが重要視された。また、【図 4】のように「これらの三つの柱は、学習の過程を通して相互に関係し合いながら育成されるものである」と示された。このうち、「学びに向かう力、人間性等」については、「知識及び技能」や「思考力、判断力、表現力等」をどのような方向性で働かせていくかを決定づける重要な要素であると記されている。そして「学びに向かう力」については、

「主体的に学習に取り組む態度も含めた学びに向かう力や、自己の感情や行動を統制する力、よりよい生活や人間関係を自主的に形成する態度等が必要となる。これらは、自分の思考や行動を客観的に把握し認識するいわゆる「メタ認知」に関わる力を含むものである。」と示された。また、「児童は学ぶことに興味を向けて取り組んでいく中で、新しい知識や技能を得て、それらの知識や技能を活用して志向することを通して、知識や技能をより確かなものとして習得するとともに、思考力、判断力、表現力等を養い、新たな学びに向かったり、学びを人生や社会に活かそうとしたりする力を高めていくことができる。」と記されている。このことから、体育科の学習において、第一に運動の楽しさを味わわせながら、運動に興味をもって関わろうとする情意や態度等を育むことが、「知識及び技能」の習得と「思考力、判断力、表現力等」の育成につながるものと考えられる。

さらに、日野克博氏は「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ためには、子どもが運動の楽しさや喜びに触れ、『もっとやってみたい』『もっと楽しみたい』といった運動に対する自信や前向きな気持ちを引き出すことが、豊かなスポーツライフを推進するエンジンとなり、体育科における『学びに向かう力、人間性等』の育成につながる」と述べている。このことから、体育科における「学びに向かう力」の育成を中心にした本研究は価値があると考えられる。

また、次期学習指導要領解説総則編第3章第3節の1では、主体的・対話的で深い学びの実現に向けた授業改善を行う際に、学習の過程を重視して充実を図ることが示された。主体的な学びについては、「学ぶことに興味や関心を持ち、自己のキャリア形成の方向性と関連付けながら、見通しをもって粘り強く取り組み、自己の学習活動を振り返って次につなげる「主体的な学び」が実現できているか」という視点と示されている。また、子どもの学習意欲の向上や自主的に学ぶ態度を育む観点からは、



【図 4 育成を目指す資質・能力の三つの柱】

以下のように記されている。

(4) 見通しを立てたり、振り返ったりする学習活動

今回の改訂においても、引き続き児童の学習意欲の向上を重視しており、主体的・対話的で深い学びとの関係からは、児童が学ぶことに興味や関心をもつことや、見通しをもって粘り強く取り組むこと、自己の学習活動を振り返って次につなげることなどが重要になる

(6) 課題選択及び自主的、自発的な学習の促進

各教科等の指導においては、基礎的・基本的な知識及び技能の確実な習得に留意しつつ、児童の興味・関心を生かした学習指導を展開することが大切であり、また、それは自主的、自発的な学習を促すことにつながると考えられるからである。この意味で各教科等の指導においては、学習することの意味の適切な指導を行いつつ、基礎的・基本的な知識及び技能の確実な習得を図るとともに、自主的、自発的な学習を促すことによって、児童が学習の目的を自覚し、学習における進歩の状況を意識し、進んで学習しようとする態度が育つように配慮することが大切である。

以上のことから、主体的・対話的で深い学びの実現に向けた授業改善の視点から学習過程の工夫を中心に単元を構築することは、育成を目指す資質・能力を相互に関連させつつバランスよく育む上で有効であると考え、本主題・副主題を設定した。

Ⅱ 主題・副主題について

1 主題の意味

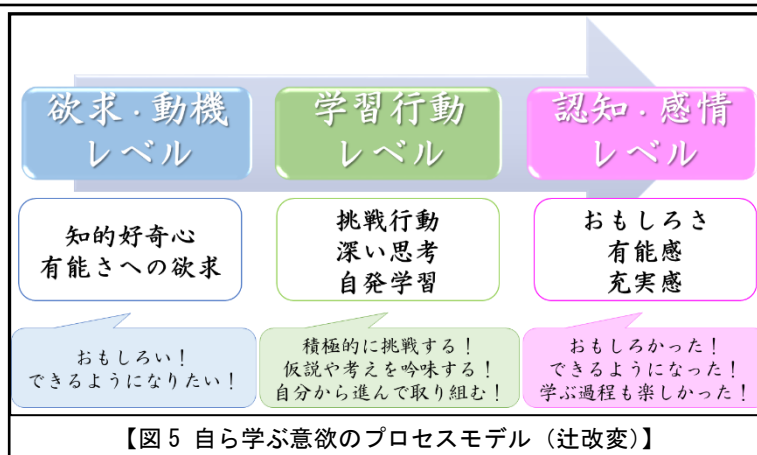
(1)「主体的に運動に向かう」について

「主体的に運動に向かう」とは、志向する力、試行錯誤する力、実感する力を発揮して、子どもが自らの意志や判断によって、自らの行動を選択しながら運動に取り組もうとすることである。

【図 5】は櫻井茂男氏の「自ら学ぶ意欲のプロセスモデル」によるものである。これは、自ら学ぶ意欲について、どのような動機づけのプロセスを経て実現されるのかを説明している。まず、欲求・動機レベルとは、「おもしろい」という知的好奇心や「できるようになりたい」という有能さへの欲求が発現し、「その活動をしたい」という動機から目標が生じて活性化される段階である。

次に、学習行動レベルとは、やや難

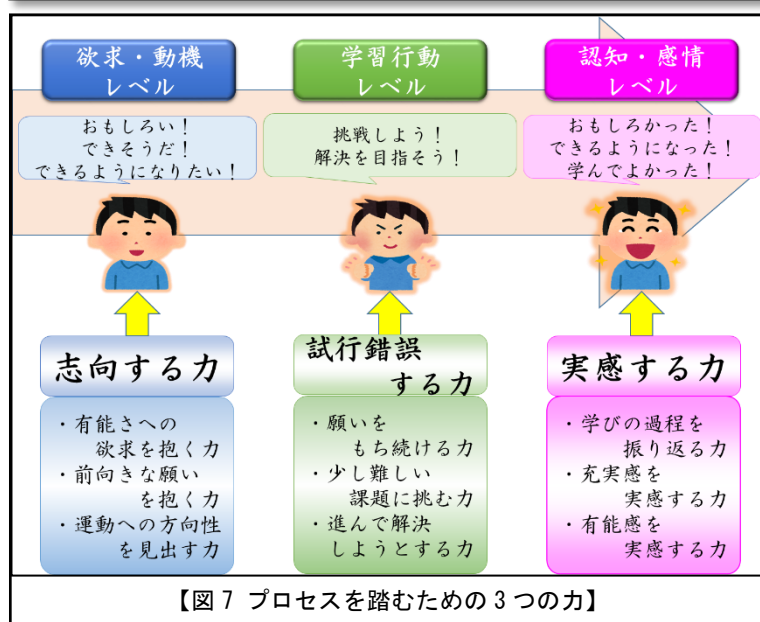
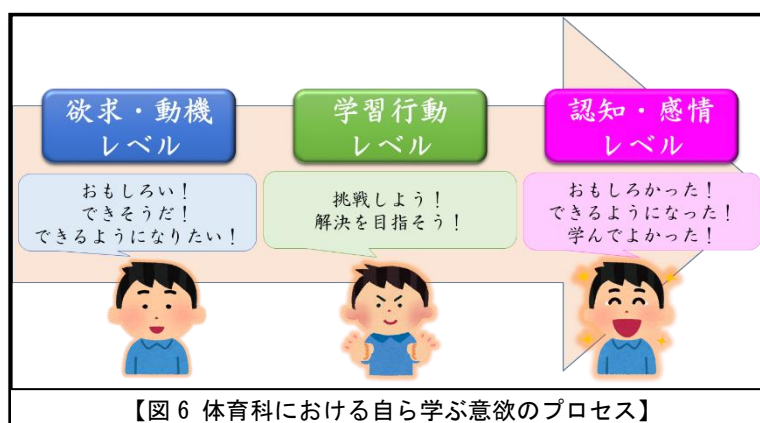
しいことに積極的に挑戦する挑戦行動や仮説や考えを吟味して行動する深い思考、自分から進んで活動に取り組む自発学習などの多様な行動を動機の実現や目標の達成に向けて積極的に行う段階である。最後に、認知・感情レベルとは、学習が「おもしろかった」という感情や「できるようになった」といった有能感、さらには「学ぶ過程も楽しかった」といった充実感が生じる段階である。また、これらがフィードバックされ、さらなる動機づけのプロセスが展開されていくと論じている。上記のような櫻井氏の考え方に立って体育科学学習をみたとき、子どもが自らの意志や判断によって、自らの行動を選択しながら運動に取り組もうとするプロセスを【図 6】のように捉えた。まず、その運動が「おもしろい」という楽しさに触れ、「できそうだ」という有能さへの欲求や「できるようになりたい」といった願いをもとに志向する必要があると考える。次に、その願いや目標の達成に



【図 5 自ら学ぶ意欲のプロセスモデル (辻改変)】

向けて挑戦したり、どうすればよいのか考えて試したりしながら試行錯誤を繰り返すことが必要であると考え。そして、運動の楽しさを味わったり、「できた」という有能感や「学んでよかった」という充実感を実感したりすることで、さらなる運動への動機が生じるものと考え。

さらに、子どもが自らこのようなプロセスを踏むためには、【図7】のような3つの内面的な力を旺盛にさせていく必要があると考える。志向する力とは、子どもが運動への願いや有能さへの欲求を抱き、方向性を見出す力のこと、試行錯誤する力とは、子どもが運動への願いや有能感をもち続けながら、課題を解決するために進んで運動に取り組む力のこと、実感する力とは、子どもが学びの過程を振り返り、充実感や有能感を高める力のことであると考え。



(2)「主体的に運動に向かう子ども」の姿について

3つの力を発揮して、自らの意志や判断によって、自らの行動を選択しながら運動に取り組もうとする子どもの姿を、具体的に【表1】のように捉える。

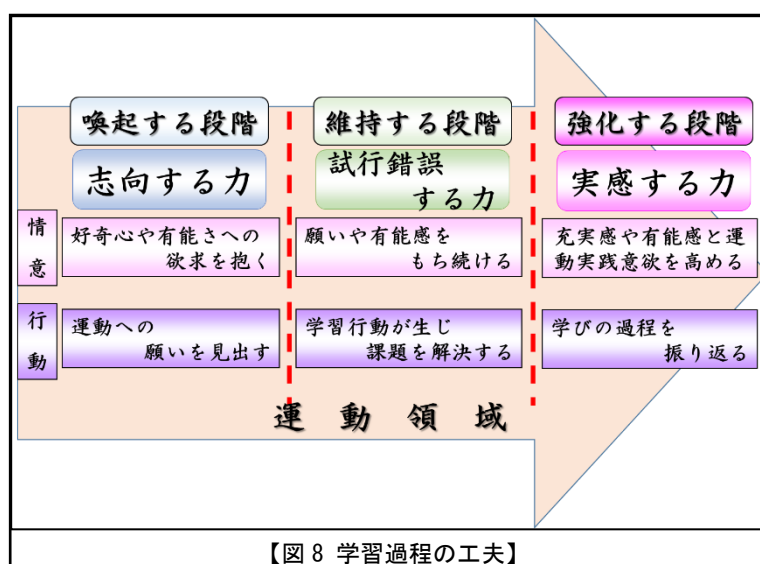
【表1 目指す子どもの姿】		
	力	子どもの姿
ア	志向する力	運動への願いや有能さへの欲求を抱き、前向きな方向性を見出すことができる子ども
イ	試行錯誤する力	運動への願いをもち続けたり、有能感を感じたりしながら、課題を解決しようとするができる子ども
ウ	実感する力	学びの過程を振り返り、運動に対する充実感や有能感と運動実践意欲を高めることができる子ども

2 副主題について

(1)「学習過程の工夫」について

「学習過程の工夫」とは、運動領域の単元を、喚起する段階・維持する段階・強化する段階に分けて、3つの力を高めるように活動を構成し、具体的支援を仕組むことである。

【図 8】に示すように、運動領域の単元を「喚起する段階」「維持する段階」「強化する段階」の 3 つの段階で構成する。まず、喚起する段階とは、運動の楽しさに触れ「おもしろそうだ」という好奇心や「できそうだ」という有能さへの欲求を抱き、運動への前向きな願いを見出す段階である。次に、維持する段階とは、「できるようになりたい」という願いや「できる」という有能感をもち続けながら、課題の解決に向けて挑戦したり、進んで考えたり試したりする段階である。そして、強化する段階とは、学んだ過程を振り返り、「やってよかった」という充実感や「できるようになった」という有能感と他の単元や休み時間、放課後におけるさらなる運動実践意欲を高める段階である。



【図 8 学習過程の工夫】

そして、喚起する段階では志向する力を、維持する段階では試行錯誤する力を、強化する段階では実感する力をそれぞれ高めるために、【表 2】のように活動を構成し、具体的支援を仕組む。試行する活動とは、試しに行ったり、繰り返し行ったりするなど、実際に運動を行う活動のことである。思考する活動とは、方向性を決めたり、方法を選んだりするなど、よりよく考える活動のことである。まず喚起する段階では、楽しさに触れることができるように教材を提供し、試行する活動を設定したのち、ゴールを設定するための支援を仕組み、運動の方向性について考える思考する活動を設定する。次に維持する段階では、視点を提示して課題を解決する方法を選ぶ思考する活動と、学習行動を促す視点に沿った場を設定して繰り返し運動を行う試行する活動を繰り返す。そして強化する段階では、学んだことを発揮する試行する活動を設定したのち、いいねカードを用いた相互評価を仕組み、学びの過程を振り返って伸びや成果、学びのよさを実感する思考する活動を設定する。

【表 2 本研究における活動と具体的支援】			
段 階	喚起する段階	維持する段階	強化する段階
力	志向する力	試行錯誤する力	実感する力
活 動	試行 → 思考	試行 ↔ 思考	試行 → 思考
具体的支援	有能さへの欲求を促す教材の提供 ゴールの設定に関する支援	学習行動を促す場の設定 視点の提示	いいねカード

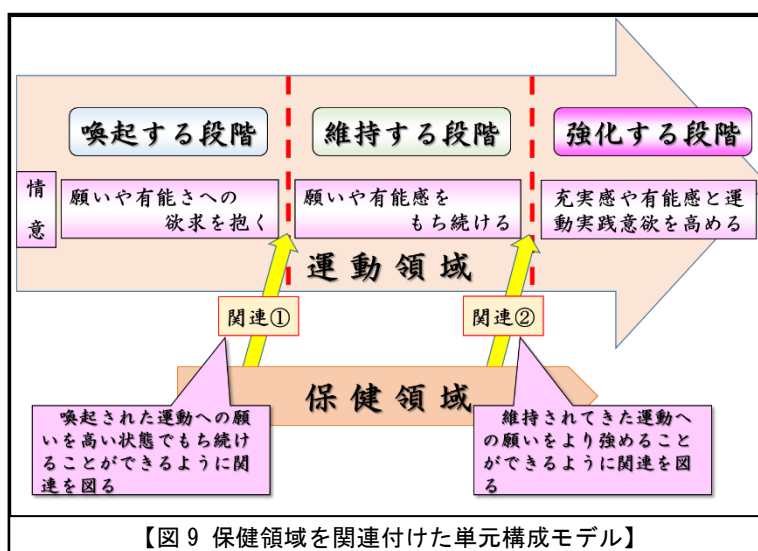
そして強化する段階では、学んだことを発揮する試行する活動を設定したのち、いいねカードを用いた相互評価を仕組み、学びの過程を振り返って伸びや成果、学びのよさを実感する思考する活動を設定する。

★具体的支援の詳細については、研究の具体的構想で述べる。

(2) 「運動領域と保健領域を関連付けた学習過程の工夫」について

「運動領域と保健領域を関連付けた学習過程の工夫」とは、運動への願いをもち続けるために、維持する段階の間や前後に保健領域の学習を意図的に設定し、運動領域においてその学習内容を振り返ったり確かめたりすることである。

【図 9】は、本研究における「保健領域を関連付けた単元構成モデル」である。子どもが運動への願いを高い水準でもち続けながら学習することができるように、【表 3】のようにそれぞれの関連のタイミングとねらいを明確にして保健領域の学習を設定した上で、運動領域において保健領域での学びを振り返ったり確かめたりして関連付けを図る。



【表 3 関連のタイミングとねらい】

【関連Ⅰ】	タイミング	維持する段階
	ねらい	喚起された運動への願いを高い状態でもち続けることで、学習行動を生じさせることができるようにする。
【関連Ⅱ】	タイミング	強化する段階
	ねらい	維持されてきた運動への願いをより強めることで、充実感や有能感と運動実践意欲をより高めることができるようにする。

Ⅲ 研究の目標

小学校体育科の学習において、主体的に運動に向かう子どもを育てるために、運動領域と保健領域を関連付けた学習過程の工夫についての有効性について究明する。

Ⅳ 研究の仮説

小学校体育科の学習において、運動領域と保健領域を関連付けた学習過程の工夫を図る上で、以下の重点Ⅰ・Ⅱについて具現化することで、志向する力、試行錯誤する力、実感する力を発揮し、主体的に運動に向かう子どもを育てることができるであろう。

重点Ⅰ 主体的な学びを促す活動構成

重点Ⅱ 3つの力を高めるための活動を旺盛にするための具体的支援

Ⅴ 研究の具体的構想

1 重点Ⅰ 主体的な学びを促す活動構成

(1) 実践Ⅰ 4年生 「高跳び」の活動構成（保健領域「育ちゆく体とわたし」と関連）

【図 10】は、実践Ⅰにおける主体的な学びを促す活動構成である。

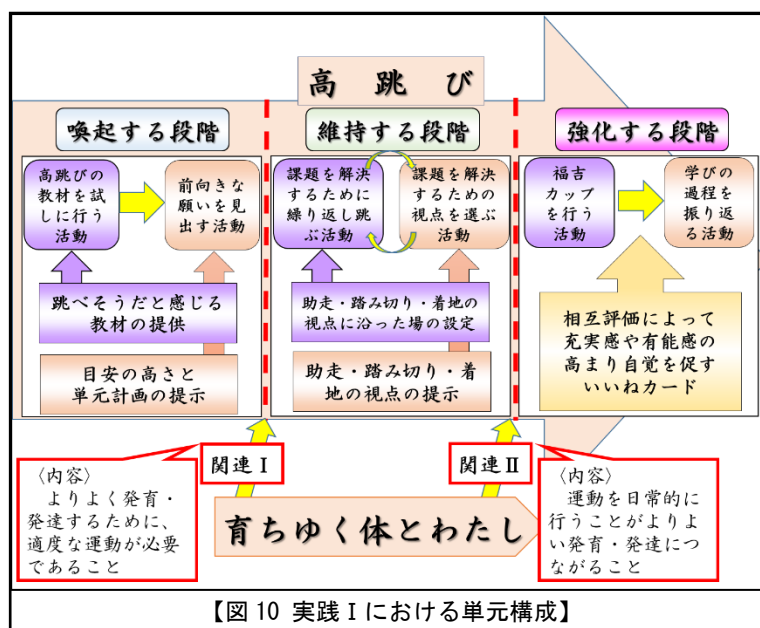
喚起する段階では、まず、「自分にも跳べそうだ」という有能さへの欲求を促す教材を提供して試しに高跳びを行う活動（試行する活動）を設定する。次に、目安となる高さや単元計画を提示するといったゴールの設定につながる支援をして、前向きな願いを見出す活動（思考する活動）を仕組む。これにより、志向する力を高めるようにする。

維持する段階では、助走・踏み切り・着地の課題を解決するための視点に即したポイントを提

示し、課題を解決するための視点を選び（思考する活動）ながら、その視点に沿った場を設定し、課題を解決するために繰り返し跳ぶ活動（試行する活動）を仕組む。そして、この2つの活動を繰り返すことで、試行錯誤する力を高めるようにする。

強化する段階では、まず、「福吉カップ（まとめの大会）」を行う活動（試行する活動）を設定する。次に、「いいねカード」を用いて伸びや成果、学び方に関する相互評価を仕組んだ上で単元を振り返る活動（思考する活動）を行う。これにより、実感する力を高めるようにする。

そして、さらに願いをもち続けるために、以下のような内容を維持する段階の前に関連Ⅰ、維持する段階の後に関連Ⅱを設定する。



関連Ⅰ 喚起された運動への願いをもち続けるための関連（「育ちゆく体とわたし」第1/4時）

よりよく発育・発達するために、適度な運動が必要であること

関連Ⅱ 維持されてきた運動への願いを強化するための関連

（「育ちゆく体とわたし」第4/4時）

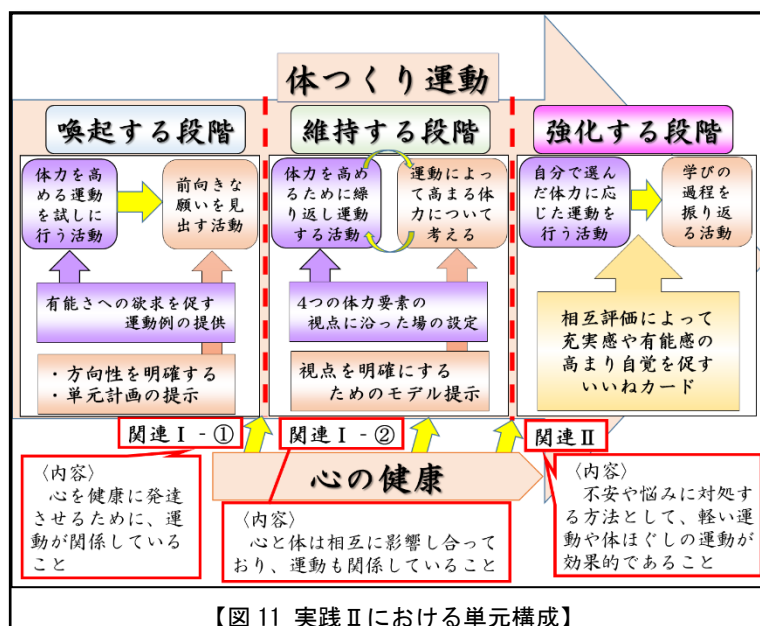
運動を継続して日常的に行うことが、よりよい発育・発達につながる

（2）実践Ⅱ 5年生 「体づくり運動」の活動構成（保健領域「心の健康」と関連）

【図11】は、実践Ⅱにおける主体的な学びを促す活動構成である。

喚起する段階では、まず、「自分にもできそうだ」という有能さへの欲求を促す教材を提供して試しに体力を高める運動を行う活動（試行する活動）を設定する。次に、体力には柔らかさ・巧みさ・力強さ・持続性の4つの要素があることを明確にし、単元計画を提示するゴールの設定につながる支援をして、前向きな願いを見出す活動（思考する活動）を仕組む。これにより、志向する力を高めるようにする。

維持する段階では、柔らかさ・巧みさ・力強さ・持続性の視点を明確にするためのモデル提示をし、どの体力を高める運動なのか交流する活動（思考する活動）を



しながら、それぞれの視点に沿った場を設定し、体力を高めるために繰り返し運動する活動（試行する活動）を仕組む。そして、この2つの活動を繰り返すことで、試行錯誤する力を高めるようにする。

強化する段階では、まず、自分で選んだ高めたい体力に応じた運動を行う活動（試行する活動）を設定する。次に、いいねカードを用いて伸びや成果、学び方に関する相互評価を仕組んだ上で単元を振り返る活動（思考する活動）を行う。これにより、実感する力を高めるようにする。

そして、さらに願いをもち続けるために、以下のような内容を維持する段階の前に関連Ⅰ－①、維持する段階の間に関連Ⅰ－②、維持する段階の後に関連Ⅱを設定する

関連Ⅰ－① 喚起された運動への願いをもち続けるための関連（「心の健康」第1／3）

心を健康に発達させる上で、感情・思考力・社会性などを発達させる生活経験や学習が大切であり、運動が関係していること

関連Ⅰ－② 運動への願いをより一層もち続けるための関連（「心の健康」第2／3時）

心と体は相互に影響し合っていて、運動も関係していること

関連Ⅱ 維持されてきた運動への願いを強化するための関連（「心の健康」第3／3時）

不安や悩みに対処する方法として、軽い運動や体ほぐしの運動が効果的であること

2 重点Ⅱ 3つの力を高めるための活動を旺盛にするための具体的支援

（1）志向する力を高めるための活動を旺盛にするための具体的支援

① 有能さへの欲求を促す教材の提供

【図12】に示す3つの条件を満たすものを、本研究における単元を貫く教材とする。子どもが課題を捉えるための教材ではなく、「自分にもできそうだ」という有能さへの欲求を促す条件を導入段階では特に大切にする。

この教材による試しに行う活動を、喚起する段階における試行する活動とする。

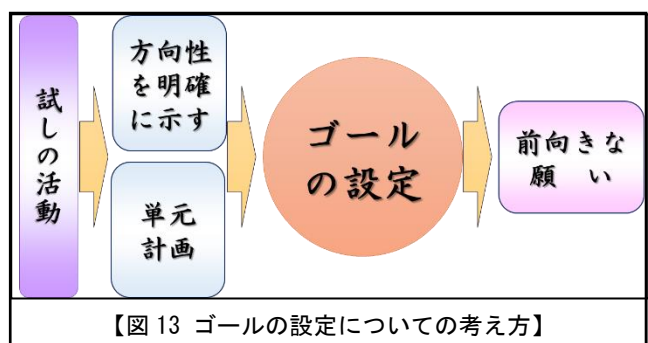
② 単元のゴールの設定に関する支援

単元で取り扱う運動を通して、子どもがゴールを設定することができるように、方向性を明確にし、単元計画を提示する。ゴールを設定することで子ども自身が自己決定をし、学習する目的や前向きな願いを抱くことができるようにする【図13】。

これらの支援を仕組んでゴールを設定する活動を、喚起する段階における思考する活動とする。

- ☆ 「自分にもできそうだ」という有能さへの欲求を促す。
- ☆ 伸びや成果の実感を促す。
- ☆ 仲間との高め合いを促す。

【図12 本研究における教材の条件】



【図13 ゴールの設定についての考え方】

（2）試行錯誤する力を高めるための活動を旺盛にするための具体的支援

① 課題の解決につながる視点の提示【図14】

課題を解決しようとする際に着目すべきポイントを明らかにする。これにより、右記の3点が効果として期待できる。

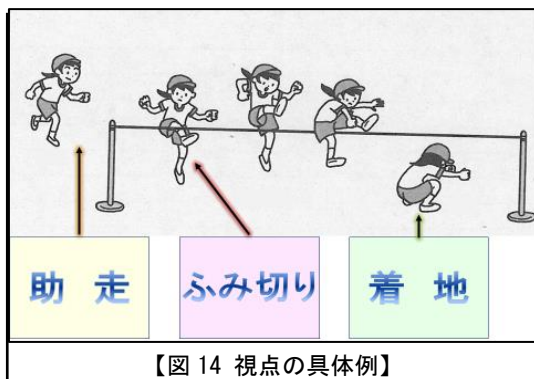
- ① 取り組むべき課題を明確につかむ。
- ② 改善に向けてのポイントをとらえる。
- ③ 教え合う際のポイントをとらえる。

この視点を提示して課題を解決するために考えたり、選んだりする活動を、維持する段階における思考する活動とする。

② 学習行動を促す視点に沿った場の設定【資料1】

子どもが少し難しい課題に挑戦したり、課題を解決するために進んで運動に取り組んだりするなどの学習行動を促すために、視点に沿った場を設定する。その際、跳ぶ楽しさや体を動かす楽しさといった教材のもつ機能的特性も同時に味わうことができるようにする。

このような場を設定して繰り返し運動に取り組む活動を、維持する段階における試行する活動とする。



【図14 視点の具体例】



【資料1 場の具体例】

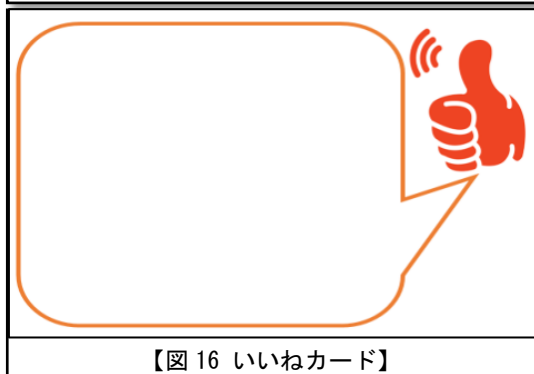
(3) 実感する力を高めるための活動を旺盛にするための具体的支援

① 相互評価によって実践意欲を高める

いいねカード

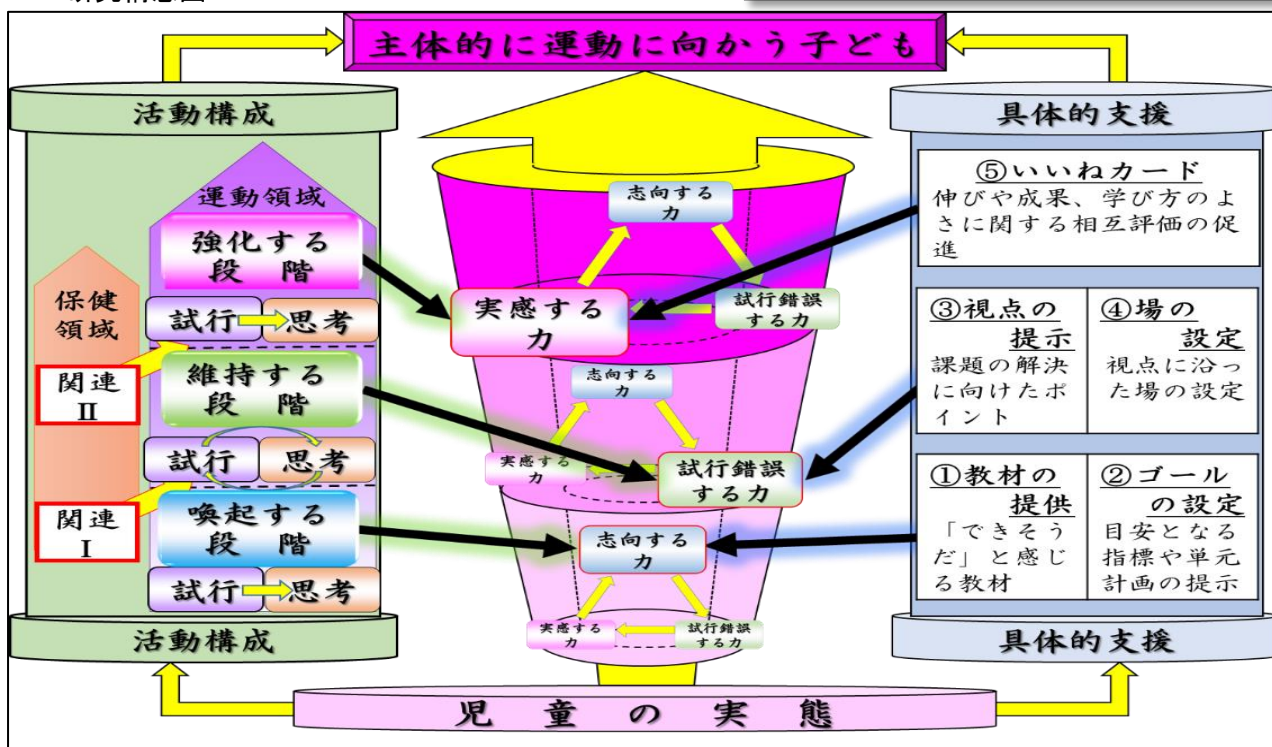
子どもが「できるようになった」という有能感や「学んでよかった」という充実感をより強く感じるができるように、相互評価を取り入れる。そこで、【図16】に示す「いいねカード」を用い、友だちの成果や伸び、学び方のよさについて評価させる。

強化する段階において、相互評価の前に行うまとめの活動を試行する活動とし、相互評価をもとに単元を振り返る活動を思考する活動とする。



【図16 いいねカード】

3 研究構想図



4 仮説研究の方途

(1) 対象

糸島市立福吉小学校 第4学年1組 34名・第5学年1組 34名

(2) 期間

検証授業Ⅰ 平成29年9月20日～10月13日

第4学年：「高跳び【走・跳の運動】」（「育ちゆく体とわたし【保健】」と関連）

検証授業Ⅱ 平成29年10月23日～11月20日

第5学年：「体づくり運動【体づくり運動】」（「心の健康【保健】」と関連）

(3) 内容と方法

仮説の重点Ⅰ「主体的な学びを促す活動構成」の有効性については、次の2点から実証していく。

1点は、運動に対して前向きな気持ちを数値化し、毎時間の学習終了後における自己評価により、その推移を分析する。2点は、運動領域と保健領域を関連付けた後、事後アンケートにおいて関連付けたよさについての自覚がみられたかを記述により分析する。

仮説の重点Ⅱ「3つの力を高めるための活動を旺盛にするための具体的支援」の有効性については、以下の表に示す検証を行い、その有効性を実証する。また、仮説の「志向する力」「試行錯誤する力」「実感する力」が高まったかについては、目指す子どもの姿が具現化できているかという点から分析し、実証していく。

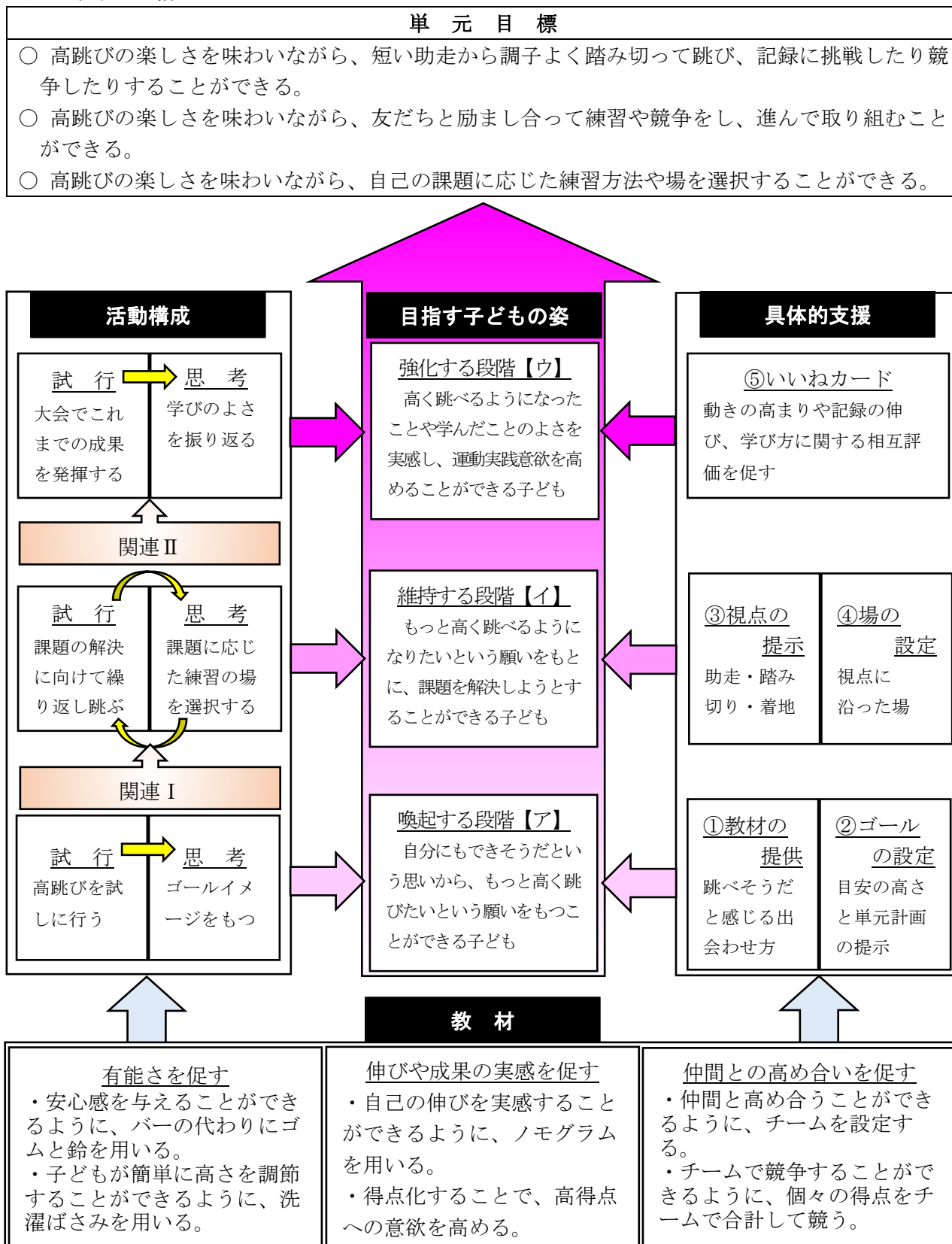
段階	活動	支援	検証の方法	評価の観点
喚起する	試行 ↓ 思考	有能さへの欲求を促す <u>教材の提供</u>	調査1) 自己評価の数値分析及び ノートの記述分析	○ 運度のもつ楽しさに触れ、「自分にもできそうだ」という有能さへの欲求が高まった記述がみられるか。 ・「自分にも〇〇が楽しくできた」 ・「楽しく運動できそうだ」
		単元の <u>ゴールの</u> <u>設定</u> に 関する支援	調査2) 活動後における児童の感想の記述分析	○ 運動に対して前向きな願いや方向性を見出している記述があるか。 ・「〇〇をできるようにになりたい」 ・「□□のために、△△したい」
維持する	試行 ↓ 思考	課題の解決につながる <u>視点の提示</u>	調査4)【実践Ⅰ】 視点を明らかにしたレベルUPシートの分析 調査4)【実践Ⅱ】 モデル提示前後における子どもの自己評価の数値比較及びノートの記述分析	○ 課題の解決に向けて、視点を意識しながら繰り返し運動に取り組んでいるか。 ○ 課題の解決に向けて視点を意識して取り組んだ記述がみられるか。 ・「〇〇のために、～に取り組んだ」 ・「□□できるように、～したい」
		学習行動を促す視点に沿った <u>場の設定</u>	調査3) 自己評価の数値の推移分析	○ 自発行動や挑戦行動などの学習行動が促されているか。
強化する	試行 ↓ 思考	相互評価によって実践意欲を高める <u>いいねカード</u>	調査5) 活動後における意識調査及び子どもの感想の記述分析	○ 有能感や充実感と、運動の日常化に向けた実践意欲が高まった記述がみられるか。 ・「〇〇ができるようになった。」 ・「□□な学び方がよかった。」 ・「休み時間や家でも、継続して運動に取り組んでいきたい。」

VI 研究の実際と考察

1 【実証例Ⅰ】 全10時間（平成29年9月20日～10月13日）

（1）単元名 運動領域「高跳び（6時間）」（保健領域「育ちゆく体とわたし（4時間）」と関連）

（2）本単元の構造



(3) 単元計画

段階	高跳び	【子どもの意識の流れ】	育ちゆく体とわたし
喚起	1. 高跳びへの意欲を高め、学習に対する見通しをもち、単元を通してのめあてをつくる。 (1) 試しの活動として高跳びをやってみる。【①】 (2) 目標の目安となる高さを設定する。【②】 (3) 単元計画から学習の流れを見通す。【②】 単元のめあて より高く跳ぶことができるように、課題に合った練習をしたり、教え合ったりしながら挑戦しよう。	○ 安心して跳ぶことができるぞ。 ○ もっと高く跳ぶことができるようになりたい。 ○ 体をよりよく発育・発達させたいな。 ○ 適度に運動することがよりよい発育・発達には必要なんだ。	i) よりよく成長するためには、適度な運動、バランスのとれた食事、十分な睡眠・休養が必要であることに気付く。 ii) どうして運動がよりよく成長する上で大切なのかについて話し合う iii) 具体的な運動場面を想起させ、高跳びの学習と関連していることをつかむ。
維持	2. 動き方のポイントを知り、自分の課題と練習方法や場を選んで挑戦する。 (1) 助走・踏み切り・着地から自己の課題を選ぶ。【③】 (2) 課題に応じた練習方法や場を選んで取り組む。【④】 (3) 課題を解決するために、チームで視点に沿って教え合いながら取り組む。【③・④】	○ よりよく発育・発達するためにも、高跳びで運動しよう。 ○ よりよく発育・発達するために、1日60分以上は運動をしよう。	i) 日常生活において、運動が不足していることに気付く。 ii) どうすれば改善できるのか、具体的に話し合う。 iii) 考えた改善点のよさについて相互に評価し合い、運動実践意欲を高める。
強化	3. 福吉カップ（チーム対抗戦）で学習をまとめ、これまでの学びを振り返って成果や伸びを実感する。 (1) 福吉カップを行う。 (2) 単元を通して学びの過程を振り返り、相互評価を行う。【⑤】 (3) 単元を振り返る。	○ 高く跳ぶことができたようになった。 ○ 自分から進んで挑戦することができた ○ 学びを他の体育の学習に活かそう。 ○ 放課後や休み時間にも、運動に対して前向きに取り組もう。	運動を日常的に行うことが、よりよい発育・発達につながる。

※【①～⑤】は3つの力を高めるための活動を旺盛にするための具体的支援を示す。

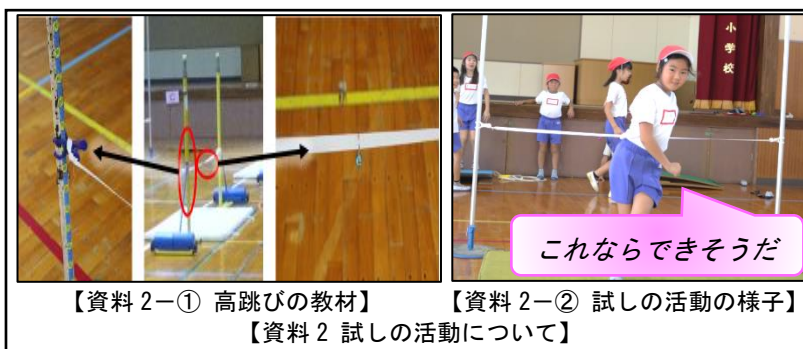
(4) 授業の実践と考察

① 喚起する段階（第1時）

子どもの姿	【ア】自分にもできそうだという思いから、もっと高く跳びたいという願いをもつことができる子ども
活動	「自分にも跳べそうだ」と感じるような教材の工夫をした高跳びを試しに行い(試行)、目安となる目標の高さや単元計画を参考にして自らゴールを設定する(思考)。
具体的支援	① 有能さへの欲求を促す教材の提供 ② 目安となる目標の高さと単元計画を提示するゴールの設定に関する支援

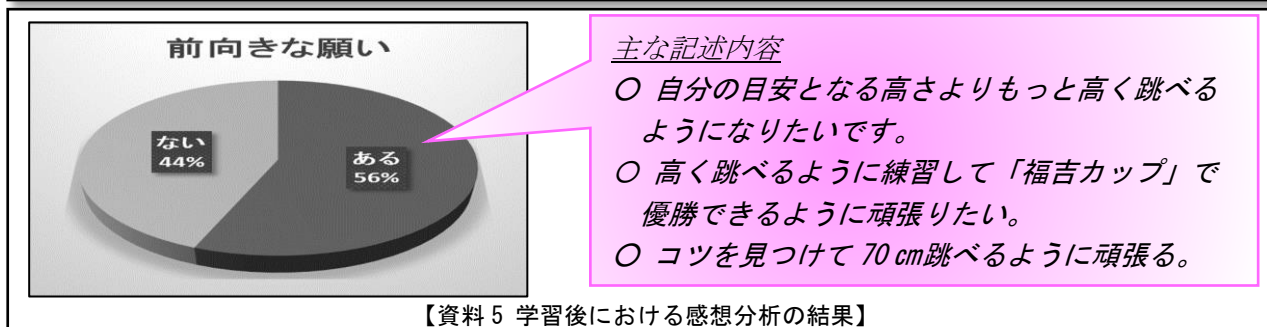
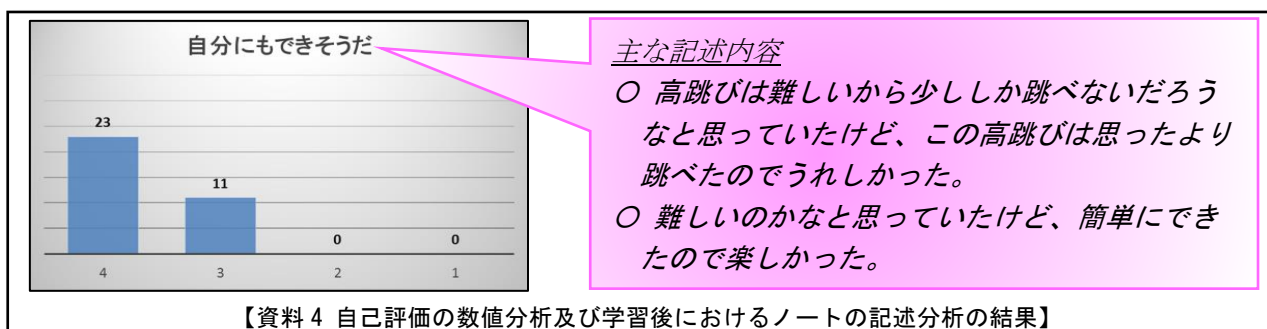
まず、【資料2-①】のように誰もが安心して跳ぶことができる教材を実際にさせた。すると、ほぼすべての子どもが「これならできそうだ」とつぶやきながら、楽しそうに繰り返し跳ぶ姿が見受けられた【資料2-②】。

次に、目安となる目標の高さを個別に算出(身長 $\times 0.5 - 50m$ 走のタイム(秒) $\times 10 + 100$)してノモグラムによる得点表【資料3-①】とともに提示し、再び跳ぶ活動を行った。子どもたちは得点表と自分の記録を比べながら、「僕も得点できた」「もっと高得点をとりたい」と発言していた【資料3-②】。その後、単元計画を提示し、単元の最後に「福吉カップ」でチームで競い合うことを伝えたところ、全体の56%の子どもが「福吉カップ」で優勝したい「高く跳ぶコツを見付けたい」などの記述を学習後の感想に書いていた【資料5】。



得点	目標記録との差
15	+20cm以上
14	+17~19cm
13	+14~16cm
12	+11~13cm
11	+8~10cm
10	+5~7cm
9	+2~4cm
8	-1~1cm
7	-4~-2cm
6	-7~-5cm
5	-10~-8cm
4	-13~-11cm
3	-16~-14cm
2	-19~-17cm
1	-20cm以下

【資料3-① 得点表】 【資料3-② 交流の様子】
【資料3 ノモグラム提示後の様子】



主な記述内容

- 高跳びは難しいから少ししか跳べないだろうと思っていたけど、この高跳びは思ったより跳べたのでうれしかった。
- 難しいのかなと思っていたけど、簡単にできたので楽しかった。

主な記述内容

- 自分の目安となる高さよりもっと高く跳べるようになりたいです。
- 高く跳べるように練習して「福吉カップ」で優勝できるように頑張りたい。
- コツを見つけて70cm跳べるように頑張る。

考 察

【資料4】と【資料5】の結果から、目指す子ども【ア】に概ね迫ることができたことが窺える。「自分にも跳べそうだ」という前向きな気持ちをもつことができたのは、試しに跳ぶ活動（試行する活動）で、誰もが安心して跳ぶことができる教材を提供したからだと考える。楽しさや安心感から繰り返し跳ぶことで、有能さへの欲求を促すことができた。また、【資料5】から全体の56%が具体的な願いもつことができていたことから、目安となる目標の高さと単元計画を提示してゴールを設定したことも、ゴールイメージをもたせる上でやや効果があったと考える。

以上のことから、「自分にも跳べそうだ」という有能さへの欲求を促す教材を提供し、ゴールの設定につながる支援として目安となる高さと単元計画を提示したことは、目指す子ども【ア】に迫る上で有効であったと考える。

しかし、44%の子どもは前向きな記述は見られたものの、具体的な願いを抽出するには至らなかった。このことから、見通しをより明確にもたせるための発問が必要であったと考える。

② 維持する段階（第2～5時）

子どもの姿	【イ】もっと高く跳べるようになりたいという願いをもとに、課題を解決しようとすることができる子ども
活 動	課題の解決に向けて、課題に合った場を選んで繰り返し高跳びを行う。
具体的支援	③ 動きの着眼点を示した <u>視点の提示</u> ④ 視点に沿った <u>場の設定</u>

関連 I

第1時と第2時の間に、保健領域「育ちゆく体とわたし」（第1/4時）を設定した【資料7】。

まず、【資料6】のように保健で学習した内容を導入時に想起させ、高跳びを行うことがよりよい発育・発達につながることを押さえた。すると、子どもから「高跳びも運動の1つなんだ」「よりよく発育・発達するためにいいことなんだ」などの発言があった。

T1: よりよく発育・発達するために大切なことは何だったかな。

C1: 適度な運動・バランスのとれた食事・十分な睡眠・休養です。

T2: この高跳びはどれにあたりますか。

C2: 適度な運動です。

C3: じゃあ、高跳びもよりよい発育・発達につながっているってことか。

【資料6 保健の学習を想起した内容】



次に、【資料 8－①】に示すように高跳びの動きが助走・踏み切り・着地の 3 つの局面に分かれていることを視点として提示し、それらの動きをよりよくするために視点に即したポイントをレベル表【資料 8－②】にして示した。また、レベル表をカードにして配布し、意識して取り組んだものにはシールを貼付させた【資料 10－①】。そして、【資料 9】のように、助走・踏み切り・着地の視点に沿って、それぞれの動き方に着目できる場を設定した。子どもは、自己の課題と動き方を照らし合わせ、3 つの視点からどの課題に取り組むかを選んだ。その結果、単に活動するだけでなく、動き方やそのポイントを意識しながら運動を楽しむ姿が見られた。また、活動が停滞することなく、繰り返し運動に取り組む姿がみられた。

【資料 8－①】 3 つの視点

レベル UP ボード

	助 走	ふみ切り	着 地
レベル 1	スタート位置を。決めて 3 歩助走	ふみ切り足を定める	足から着地
レベル 2	『いち・に・さーん』の。素早いリズム	ゾーンからふみ切る	ひざを曲げて着地
レベル 3	最後の一步はかかとから	ななめ上を見る。 (上にかたむける)	ゴムを見ながら着地
レベル 4	スタート位置を。決めて 5 歩の助走	手をふり上げる	
レベル 5	『いち・に・さーん』のリズム	足を高く上げる	

【資料 8－②】 視点に即したポイントを示したレベル表

【資料 8 視点の提示に関する手立て】

助 走

踏み切り

着 地

【資料 9 視点に沿った場の設定】

レベル UP シート

動 画	助 走	ふみ切り	着 地
レベル 1	スタート位置を決めて 3 歩助走	ふみ切り足を定める	足から着地
レベル 2	最後の一步はかかとから	ゾーンからふみ切る	ひざを曲げて着地
レベル 3	スタート位置を決めて 5 歩の助走	ななめ上を見る (上にかたむける)	ゴムを見ながら着地
レベル 4	『いち・に・さーん』の素早いリズム	手をふり上げる	
レベル 5	『いち・に・さーん』のリズム	足を高く上げる	

【資料 10－①】 レベル UP シート

1単位時間に取り組んだ課題数の平均

時間	平均課題数
第3時	6.58
第4時	8.90
第5時	9.27

【資料 10－②】 取り組んだ課題数の推移

1単位時間の学習行動に関する意識調査

時間	意識調査結果
第2時	3.68
第3時	3.68
第4時	3.74
第5時	3.68

【図 17】 学習行動に関する意識調査の結果

【資料 10 取り組んだ課題に関する調査結果】

考 察

【資料 10－②】のような推移がみられたことや、【図 17】の結果から、目指す子ども【イ】に迫ることができたことが窺える。これは、課題を解決するために助走・踏み切り・着地の 3 つの視点を示し、そのポイントを意識しながら繰り返し高跳びを行わせたからだと考える。また、【資料 9】のような助走・踏み切り・着地の動きを重点的に改善する場を設定し、レベル UP シート【資料 10－①】を持たせてシールを貼付しながら繰り返して高跳びを行うことで、チェックする数が目に見えて増えていく喜びを感じ、運動に対して前向きな気持ちを維持する上でも効果があった。さらに、【図 17】のように、第 2～5 時の自己評価の数値が 3.6 ポイント以上と高い推移を保っていたことから、視点に沿った場を設定したことが、活動を停滞させることなく学習行動を促したこ

とが分かる。

以上のことから、課題を解決するための視点に即したポイントを提示し、その視点に沿った場を選んで繰り返し高跳びを行ったことは、目指す子ども【イ】に迫る上で有効であったと考える。

③ 強化する段階（第6時）

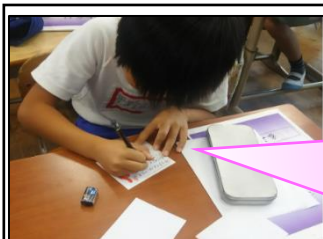
子どもの姿	【ウ】高く跳べるようになったことや学んだことのよさを実感し、運動実践意欲を高めることができる子ども
活動	「福吉カップ」でこれまでの成果を発揮（試行）し、伸びや成果、学び方に関して相互に評価し合って学びの過程を振り返る（思考）。
具体的支援	⑤ 相互評価によって実践意欲を高めるいいねカード

まず、高跳びの学習のまとめとして「福吉カップ」を仕組んだ。これは、高跳びの得点をチームで合計して競い合う対抗戦である。【資料11】のように、学びの成果を発揮したり、仲間と高跳びの楽しさに浸ったりする姿がみられた。

次に、単元を通しての跳び方、記録の伸びや成果、学び方のよさについて、いいねカードを用いた相互評価を仕組んだ。【資料12】に示すように、「すごいね」「がんばったね」などの友だちの技能面に関する評価だけでなく、「教えてくれてありがとう」などの態度や学び方に関する称賛などの記述が見られた。友だちからのいいねカードを受け取った子どもたちは、【資料13】のように自分の学びを振り返りながら嬉しそうに読んでいた。



【資料11 福吉カップを楽しむ子ども】



主な記述内容

- 「いち・に・さーん」のリズムでとぶことを教えてくれて練習より助走がよくなったよ。ありがとう。
- どんどん記録をのばしてすごいね。ぼくももっと高くとべるようになりたいな。

【資料12 いいねカードに記述する子どもとその記述内容】



【資料13 いいねカードを受け取った子ども】

関連Ⅱ

また、第5時と第6時の間に設定した保健領域「育ちゆく体とわたし」（第4／4時）【資料15】について、【資料14】のように終末時に想起させ、運動との関連付けを図った。その結果、「高跳び以外の学習でも運動を頑張りたい」「休み時間にも楽しく運動できるようにしたい」などの感想をもつことができた。

T1:よりよく発育・発達するために大切なことは何だったかな。

C1: 適度な運動、バランスのとれた食事、十分な睡眠・休養です。

T2:適度な運動って、高跳びだけなのかな。

C2: マット運動や跳び箱運動は？

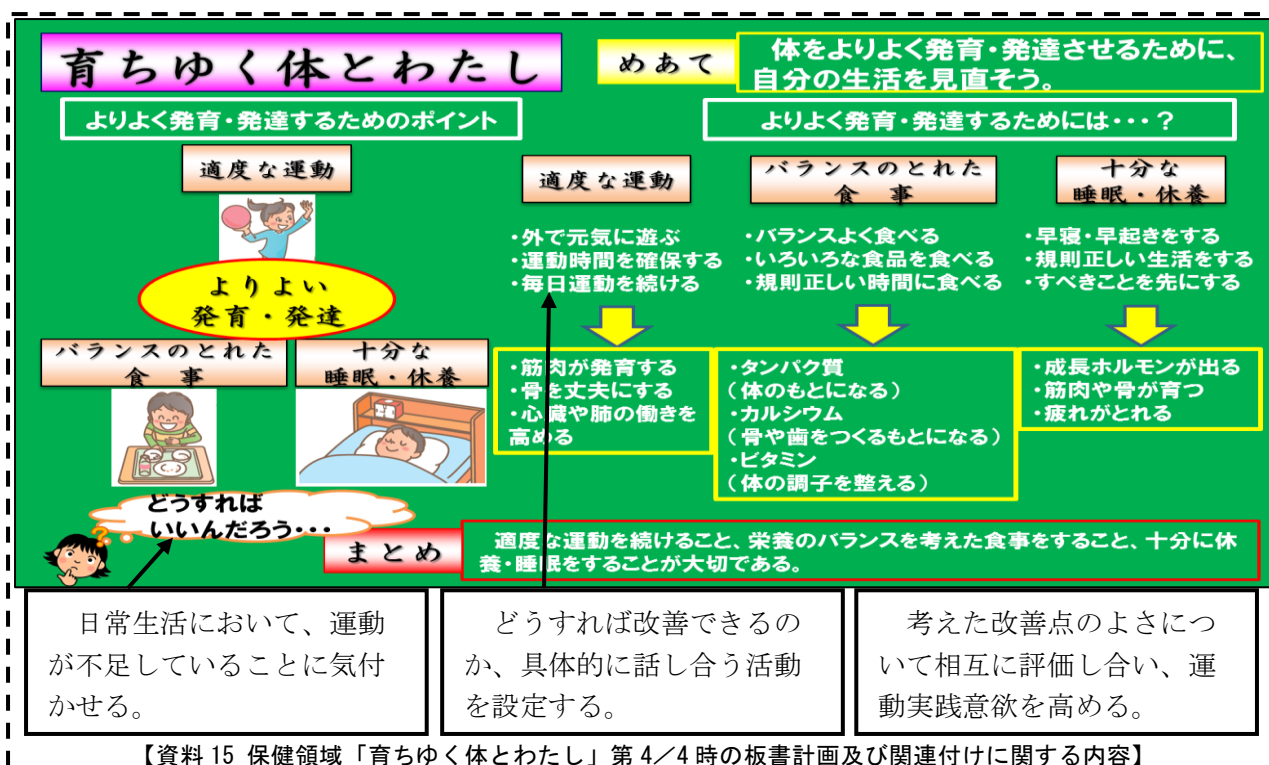
C3:じゃあ、ハンドベースも？

T3:適度な運動って、体育の学習だけなのかな。

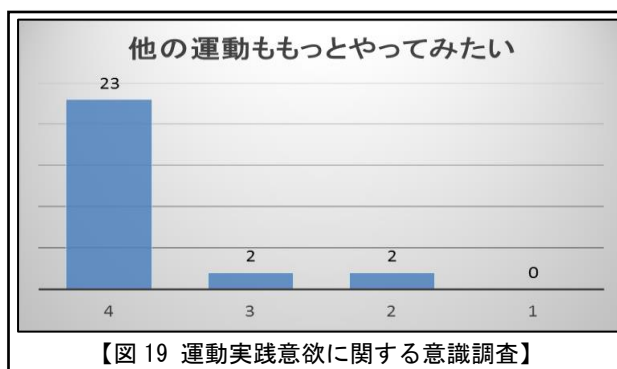
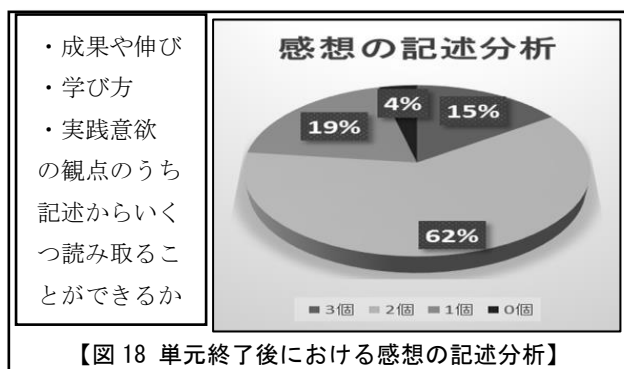
C4: 休み時間も外で楽しく遊んだらいいと思う。

【資料14 保健の学習を想起した内容】

そして、高跳びの単元全体の学びの過程を振り返り、ノートに感想を書かせた。すると、「高く跳べるようになった」という有能感や「高跳びをやってよかった」という充実感が高まった感想がみられた。



【資料 15 保健領域「育ちゆく体とわたし」第 4/4 時の板書計画及び関連付けに関する内容】



考 察

【図 18】や、【図 19】の結果から、目指す子ども【ウ】に迫ることができたことが窺える。これは、福吉カップを行った後、いいねカードを用いた相互評価をし、振り返る活動を仕組んだことにより、【図 18】から相互評価後に、90%以上の子どもが伸びや成果の有能感や学び方の充実感について記述していたことや、【資料 13】のようないいねカードを受け取ったときの満足そうな子どもの様子から効果があったと考える。また、それらを実感した上で振り返ったことが、【図 19】のように運動領域の他の単元や休み時間の運動遊びなどへの実践意欲を高めることにもつながったと考える。

以上のことから、「福吉カップ」を行う試行する活動といいねカードを用いて伸びや成果、学び方に関して相互評価を仕組んだ上で単元を振り返る思考する活動を仕組んだことは、目指す子ども【ウ】に迫る上で有効であったと考える。

(5) 本単元の全体考察

① 主体的な学びを促す活動構成について

ア 運動に対して前向きな気持ちの推移より

【図 20】は、高跳びの毎時間後にとった意識調査の結果である。子どもの運動に対して前向きな気持ちが 3.6 ポイント以上の高い水準で推移している。このことから、喚起する段階に前向きな願いを抱かせ、維持する段階でその願いをもち続けさせ、強化する段階で有能感や充実感を高めさせたことが有意に働いたと捉える。

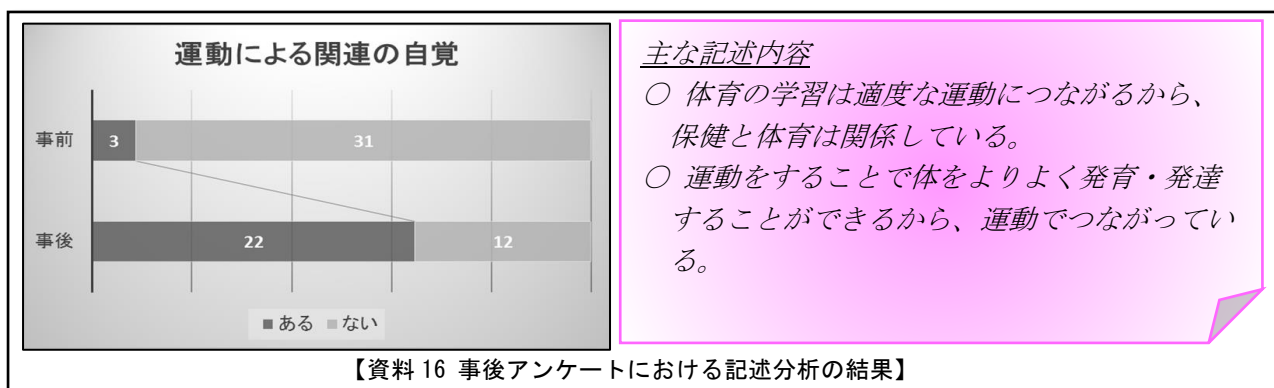
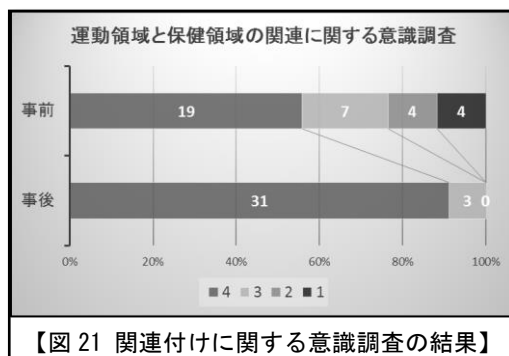
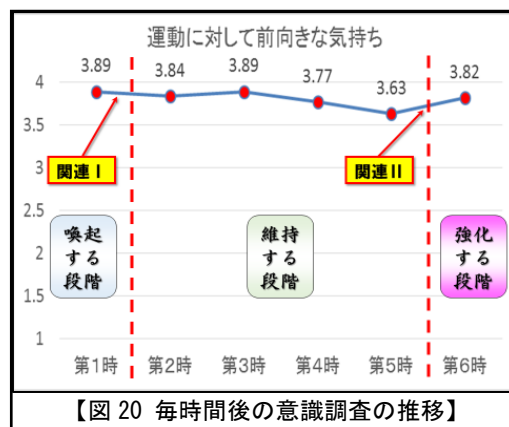
したがって、学ぶ意欲のプロセスに着目し、運動領域の単元を喚起する段階・維持する段階・強化する段階の 3 つの段階に分けて 3 つの力を高めるために活動を構成したことは、運動への願いや有能感を連続させる上で有効であったと考える。

イ 事後アンケートより

【図 20】から、関連 I に関しては、喚起された運動に対して前向きな気持ちを高い水準でもち続ける上で効果的であったと考える。これは、「育ちゆく体とわたし」において、適度な運動をすることが体のよりよい発達につながっていることを学習し、それを「高跳び」の学習とリンクさせたことが有効であった。しかし、維持する段階の後半になると運動に対して前向きな気持ちが減退したことから、関連付けた効果を持続させることについては不十分であった。

関連 II に関しては、関連後に数値が 3.63 から 3.82 に約 0.2 ポイントも回復していることから、運動に対して前向きな気持ちをより一層高めるために効果的であったと考える。これは、「育ちゆく体とわたし」において、日常生活における運動不足に気付き、その改善点を考えて相互評価させることで、運動実践意欲が高まった結果、「高跳び」においても意欲が高い状態で活動することができたと考える。

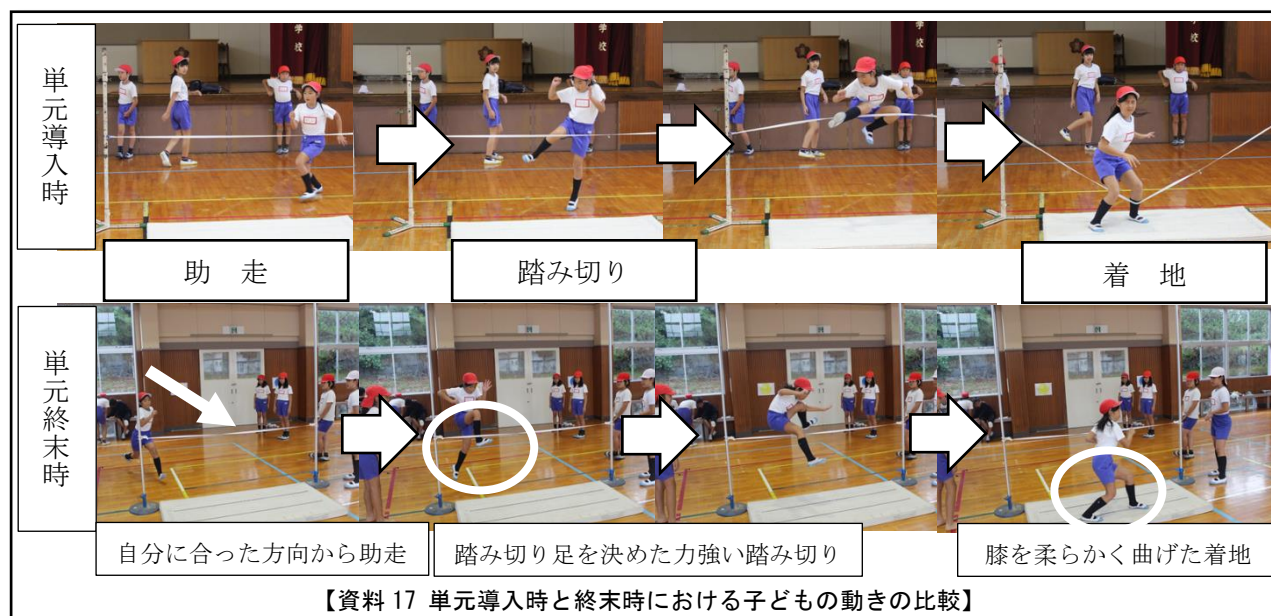
また、【図 21】では、実証授業の事前と事後に行った意識調査の結果を比較した。「体育の学習と保健の学習が関連していると思うか」という設問に対して、運動領域と保健領域が関連していることを実感している子どもが増えた。そして、「どんなところに関連性を感じるか」という設問における記述内容を分析してみると、【資料 16】に示すように、「運動」によって関連していると自覚している子どもが 3 人から 22 人へと大きく増えていることが分かる。このことは、主体的に運動に向かうことの価値について、本実践を通して迫ることができたからだと考える。



以上のことから、Ⅰ・Ⅱのねらいとタイミングに応じて保健領域と関連を図ったことが、子どもの運動に対する前向きな気持ちを維持・強化する上で有効に働いたと考える。

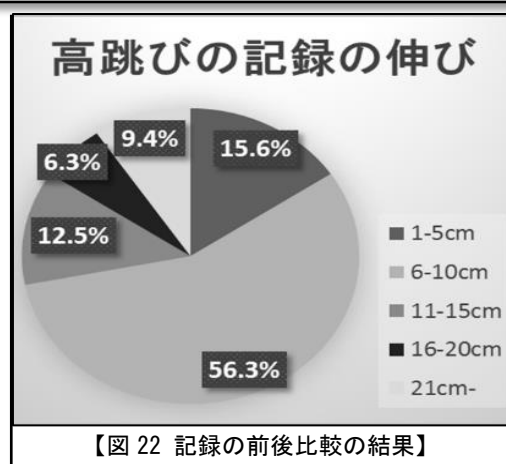
② 知識・技能について

【資料 17】は、単元導入時と単元終末時における A 児の助走、踏み切りから着地に至るまでの動きの変容である。自分にあった方向から 3～5 歩の短い助走で、力強く踏み切り、膝を柔らかくして着地することができている。A 児のような動きの高まりがすべての子どもに見られた。



【図 22】は、高跳びの単元導入時と単元終末時における記録の伸びを表したものである。これから、6cm 以上の伸びが見られた子どもが全体の約 85% もおり、全員に記録の伸びが見られた。また、本学級において初めの記録が 97cm と最も高かった子どもが最終的に 98cm と伸び 1cm に留まったものの、初めの記録が 42cm と最も低かった子どもが最終的に 73cm と 31cm もの伸びがみられ、本学級における伸びの最大値であった【資料 18】。

これは、教師が与えた課題ではなく、子どもが自ら選んだ課題を解決しようと進んで運動に取り組んだ結果である。このことから、運動が苦手な子どもであっても、すべての子どもが主体的に運動に向かうように手立てを仕組むことによって、動きが高まり、技能の向上につながると考える。



伸びの最小値： 1cm (97cm→98cm)
伸びの最大値： 31cm

【資料 18 伸びの最大値と最小値】

(6) 実践Ⅰで見えた修正点

保健領域との関連について

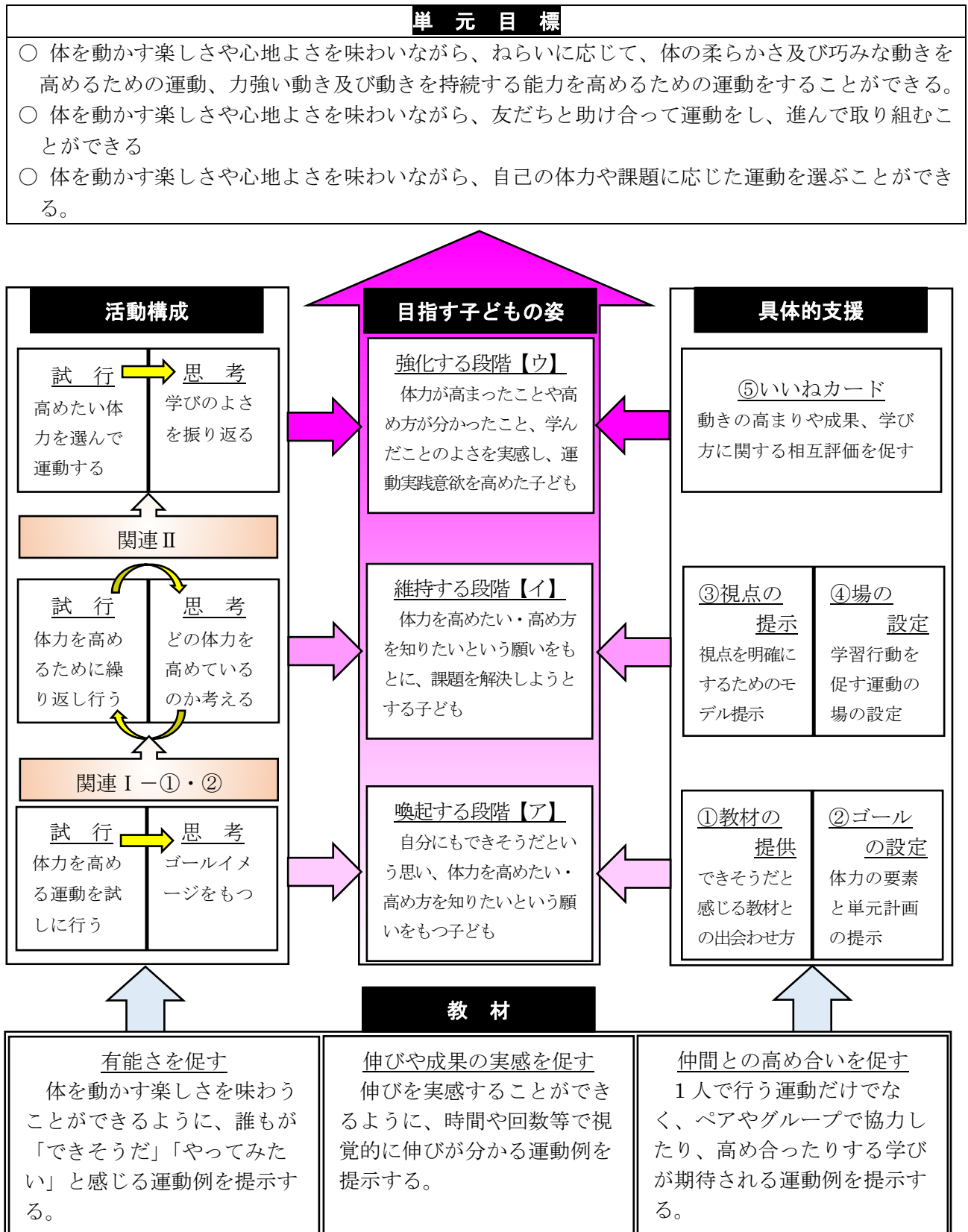
実践Ⅰでは、運動領域と保健領域の関連を図ることのよさを実感させることが不十分だった。そこで、実践Ⅱでは、運動領域において保健領域の内容に関する想起を重点的に行うことで、健康における運動のよさをより実感することができると考えた。

また、維持する段階の中盤において、運動に対して前向きな気持ちが減退する。そのタイミングで、保健領域との関連を図ることで、運動に対して前向きな気持ちをより一層もち続けることができると考えた。

2 【実証例Ⅱ】 全9時間（平成29年10月23日～11月20日）

（1）単元名 運動領域「体づくり運動（6時間）」（保健領域「心の健康（3時間）」との関連）

（2）本単元の構造



(3) 単元計画

段階	体づくり運動	【子どもの意識の流れ】	心の健康
喚起	1. 体づくり運動の特性や学習の進め方を知ること、本単元への関心を高める。 (1) 体ほぐしの運動を行う。 (2) 体力の4つの要素を高める運動を試しにやってみる。【①】 (3) 単元計画から学習の見通しをもつ。【②】 単元のめあて 体力を高めるために、楽しみながら課題に合った運動に挑戦し、どんな運動に取り組めばよいのか明らかにしよう。	○ 自分にも楽しくできそうだし、運動をして体力を高めるための運動を知りたい。 ○ もっと運動をやってみたい。 ○ 心を健康に発達させたい。 ○ 心を健康に発達させるためには、運動が関係あるんだ。 関連Ⅰ－①	i) 運動が感情・思考力・社会性などを発達させることについて、具体的につかむ。 ii) 心と体や心と運動がつながっているか、運動後の振り返りをもとに話し合う。 心の発達に運動が関与している。
維持	2. 自己の体力に応じ、体力を高めるための運動に取り組む。 (1) 体力を高める視点を明らかにして、運動の仕方を確認する。【③】 (2) 体の柔らかさ及び巧みな動きを高めるための運動、力強い動き及び動きを持続する能力を高めるための運動を行う。【④】	○ 運動をすれば心の状態もよくなる。 ○ 前向きな気持ちで運動に取り組むといい。 関連Ⅰ－② 体力を高めるだけではなく、心まで健康にできるんだ。	i) 体を動かすと心の状態がどのようになるか振り返る。 ii) 「できる」と思っているときと「できない」と思っているときの発揮される運動の違いについて話し合う。 iii) 応援されたときの心情と発揮される運動について話し合う。 心と体は相互に影響し合っていて、運動も関係している。
強化	3. 学習の成果を確かめ、単元を振り返る。 (1) 体ほぐしの運動を行い、運動の心地よさを実感する。 (2) 高めたい体力を選んで運動に取り組み、体力の高まりや成果を実感する。 (3) 単元を通して学びの過程を振り返り、相互評価を行う。【⑤】 (4) 単元を振り返る。	○ 不安や悩みがあるときに、運動をすれば解消できる。 ○ 体ほぐしの運動にはリラックス効果もある。 関連Ⅱ ○ 体ほぐしの運動は気持ちが楽になる。 ○ 体力が高まった。 ○ 体力の高め方が分かった。 ○ 他の単元でも運動に前向きに取り組んでいこう。 ○ 家でもできる運動があったぞ。	i) 体ほぐしの運動をしたときの感覚を想起する。 ii) 不安や悩みへの対処方法として、運動の効果について話し合う。 iii) 対処方法のよさについて相互に評価し合い、運動実践意欲を高める。 不安や悩みに対処する方法として、軽い運動や体ほぐしの運動が効果的である。

※【①～⑤】は3つの力を高めるための活動を旺盛にするための具体的支援を示す。

(4) 授業の実際と考察

① 喚起する段階（第1時）

子どもの姿	【ア】自分にもできそうだという思いから、「体力を高めたい」「体力を高めるための運動をもっと知りたい」という願いをもつことができる
活動	「自分にもできそうだ」と感じることができ体力を高める運動を試しに行い（試行）、体力の要素や単元計画を参考にして子ども自らゴールを設定する（思考）。
具体的支援	① 有能さへの欲求を促す教材の提供 ② 体力の要素と単元計画を提示すゴールの設定に関する支援

まず、のびのびとした動作やリズムに乗って行うことができる体ほぐしの運動を仕組んだ。子どもたちは、笑顔で楽しそうに運動したり、仲間と関わったりしている様子がみられた。

次に、柔らかさ・巧みさ・力強さ・持続性の4つの要素が体力にあることを示した。そして、誰もが楽しみながら体力を高めることができる運動として、体の柔らかさを高める運動としてリンボー【資料19-①】を、巧みな動きを高める運動としてボールキャッチ【資料19-②】を、力強い動きを高める運動として手押し相撲【資料19-③】を、動きを持続する能力を高める運動として8の字ジャンプ【資料19-④】を提示し、それらの運動を試しに行う活動を仕組んだ。どの子どもも「できそうだ」とつぶやきながら楽しそうに繰り返し運動を行っていた。

また、試しの活動をもとに、柔らかさ・巧みさ・力強さ・持続性の4つの要素について、「それぞれの体力の要素を高める運動だったのか」発問し、確認をした。さらに、本単元の単元計画を提示し、それぞれの体力を高める運動を行った後に自分が高めたい体力を選んで運動に取り組むことを伝え、今後の見通しをもたせた。すると、「体力を高めたい」「体力を高めるための運動をもっと知りたい」などの願いや「私は持続性を高めたいからそのための運動を頑張りたい」などの記述を感想に書いていた【資料21】。



【資料19-① リンボー】



【資料19-② ボールキャッチ】

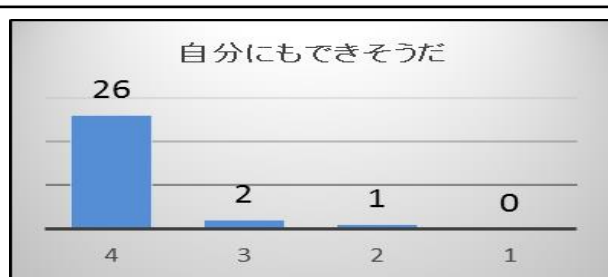


【資料19-③ 手押し相撲】



【資料19-④ 8の字ジャンプ】

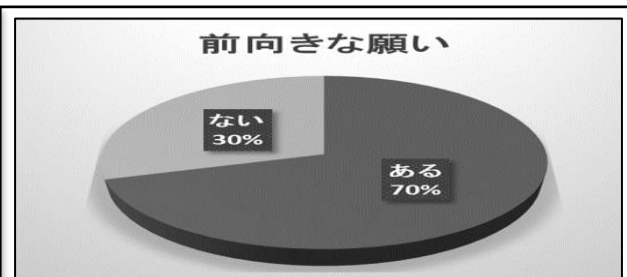
【資料19 試しの活動の様子】



主な記述内容

- できたので、もっとやってみたいと思いました。
- 自分にもできそうで、続けることができそうだと思います。
- 誰にでもできるから、もっとやりたいと思いました。

【資料20 自己評価の数値分析及びノートの記述分析の結果】



主な記述内容

- 今日の体育の学習をして、もっと運動をして体力を高めたいとなりました。
- 体力UPのために4つの要素を高めるための運動をもっと知りたいし、自分で考えたり工夫したりして活動したいです。

【資料21 学習後における感想分析の結果】

考 察

【資料 20】と【資料 21】の結果から、目指す子ども【ア】に迫ることができたことが窺える。
【資料 20】のように、「自分にもできそうだ」という前向きな気持ちをもつことができたのは、誰もが楽しみながら行うことができる運動例を試しにやってみる活動をしたからだと考える。また、【資料 21】から全体の 70%が前向きな願いを見出すことができていたことから、体力の 4 つの要素と単元計画を提示し、子ども自らゴールを設定したことも前向きな願いを抱かせる上で効果があったと考える。特に、始めて学習する内容である体力の 4 つの要素とそれぞれを高める運動とを結び付けて明確に示したことがより効果的であった。

以上のことから、「自分にもできそうだ」という気持ちをもとに有能さへの欲求を促す教材として運動例を提供し、体力の要素と単元計画を提示するゴールの設定につながる支援をしたことは、目指す子ども【ア】に迫る上で有効であったと考える。

② 維持する段階（第 2～5 時）

子どもの姿	【イ】もっと体力を高めたいという願いをもとに、課題に前向きに挑戦することができる
活 動	どの体力を高めているのか考えながら、体力を高めるための運動を繰り返し行う。
具体的支援	③ 視点を明確にするためのモデル提示 ④ 学習行動を促す運動の場の設定

関連 I-①

第 1 時と第 2 時の間に保健領域「心の健康」（第 1／3 時）を設定した【資料 23】。

第 2 時の導入時に、保健で学習した【資料 22】のような内容を想起させた。すると、終末時に、「友だちと協力することができた」「体力もついて心も健康にできて一石二鳥だ」のような反応が見られ、運動が心の健康につながっていることの意識を高めることができた。

想起させた内容

- ① 様々な経験によって心が発達すること
- ② 感情や思考力、社会性などが発達することで心が発達すること
- ③ ②に運動が関係していること

【資料 22 想起した内容】

心の健康

発達する

- ・身長が伸びる
- ・体重が増える
- ・できることが増える

心が発達するとは…？

めあて 心がどのようにして発達するのか話し合おう。

感情
思考力
社会性

できて嬉しい、悔しい
 どうすれば
 うまくできるか
 チームで、ルール

などが発達することで心が発達する。

思春期

汗をかいてスッキリした
 何をするのかワクワクした
 できたときに嬉しかった

心と体はつながっている！？

学習課題 心を健康に発達させるために、心と体のつながりや不安や悩みへの対処法について詳しく学習しよう。

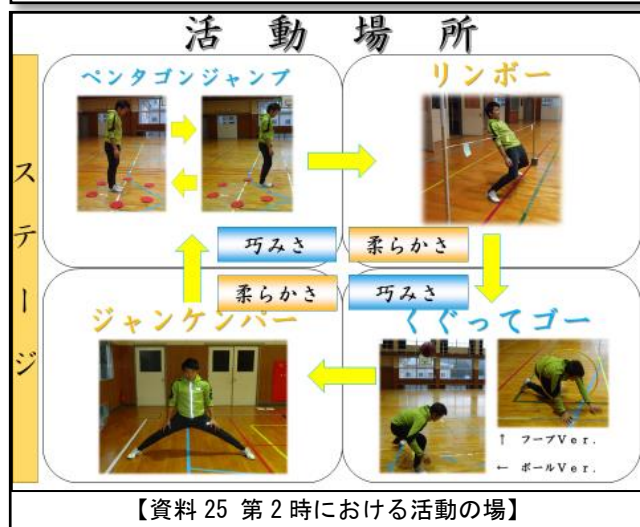
心と体はつながっているか、運動領域実施後の子どもの振り返りをもとに話し合う活動を設定する。

【資料 23 保健領域「心の健康」第 1／3 時の板書計画及び関連付けに関する内容】

この段階では、高める体力を2つずつに分け、【資料24】のように、第2・3時には「体の柔らかさ及び巧みな動きを高めるための運動」、第4・5時には「力強い動き及び動きを持続する能力を高める運動」を行った。そして、それに応じ【資料25】のような4つの場を設定し、4つのグループに分けて7分間でローテーションしながら運動に取り組む活動を仕組んだ。すると、飽和状態になって活動が停滞することなく、【資料26】のような体力を高めようと進んで運動に挑戦する姿や、友だちと教え合いながら運動する姿、どうすればうまくいくか考える姿などがみられた。しかし、場を与えて運動に取り組ませるだけでは、どの体力を高める運動なのか意識しながら運動を行うことはできないので、【資料27】のようにモデルを提示し、子どもたちに発問しながら、思考を促した。その結果、多くの子どもがどの運動がどの体力を高めることにつながっているのか意識しながら取り組むことができるようになった。

体力UPを目指して 単元計画						
時間	1	2	3	4	5	6
ね	体力を高める運動を試しにやってみよう。	柔らかさや巧みさを高める運動に、楽しみながら挑戦しよう。	力強さや持続性を高める運動に、楽しみながら挑戦しよう。	高めたい体力を選んで、運動を楽しもう。		
め	体力とは	柔らかさ	力強さ			
ら	① 柔らかさ	① 柔らかさ	① 力強さ	① 力強さ	① 持続性	
い	② 巧みさ	② 巧みさ	② 力強さ	② 力強さ	② 持続性	
	③ 力強さ	③ 巧みさ	③ 力強さ	③ 力強さ	③ 持続性	
	④ 持続性	④ 巧みさ	④ 力強さ	④ 力強さ	④ 持続性	
	体力を高めるために、保護者の方にも運動を勧めてみる。					

【資料24 単元計画】



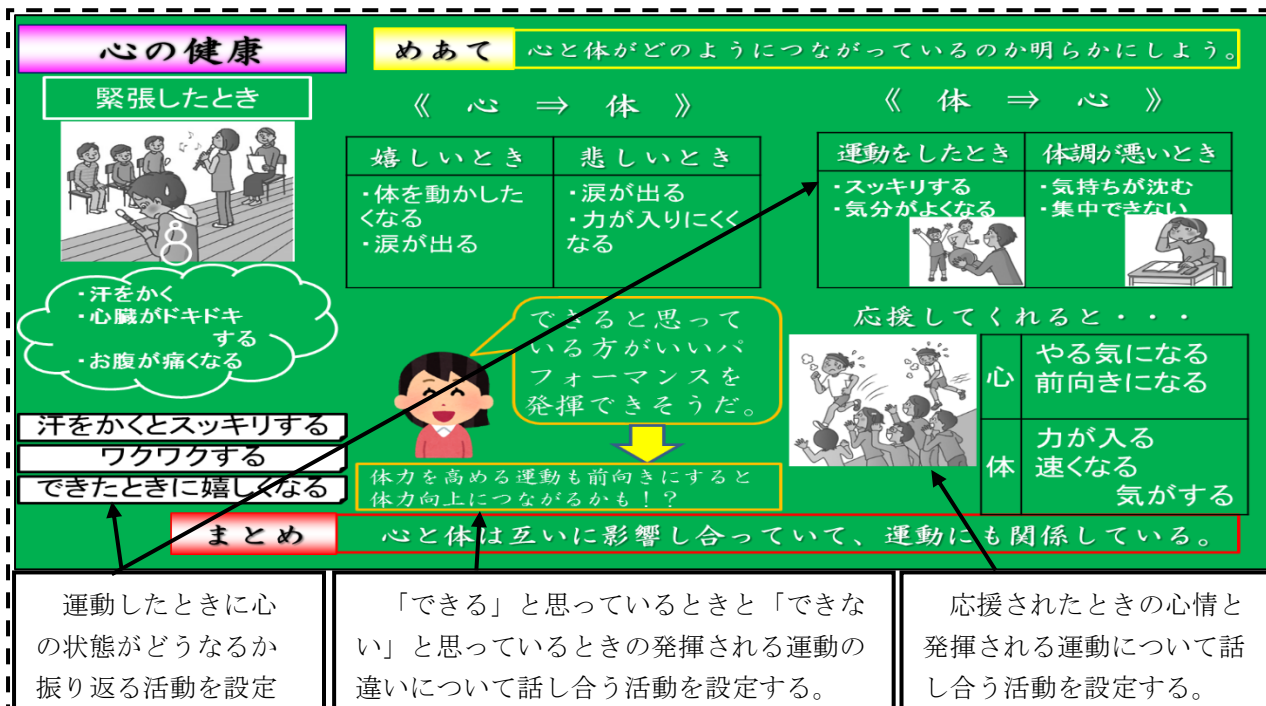
【資料25 第2時における活動の場】



関連 I - ②

第3時と第4時の間に保健領域「心の健康」（第2／3時）を設定した【資料28】。

第4時の導入時に、保健で学習した内容を【資料29-①】のように想起させた上で、活動のめあてについて話し合った。すると、「できると思ってやることで体力が上がりそう」「応援してあげたらもっと頑張れそう」などの発言があった。そして、このことを第4時の終末時にもう一度想起させながら交流した。すると、「できると思ってやったら最後までできてよかった」「みんなで声掛けをしながら楽しくできた」など、心の状態が前向きになることで運動に与える効果に関する記述が、振り返りの中にみられた【資料29-②】。



【資料28 保健領域「心の健康」第2／3時の板書計画及び関連付けに関する内容】

想起させた内容

- ① 心と体が相互に影響し合っていること
- ② 前向きな気持ちだと運動がよりよく発揮できることがあること
- ③ 応援されたときの心と体の状態

【資料29-① 関連付けの内容】

【導入時】

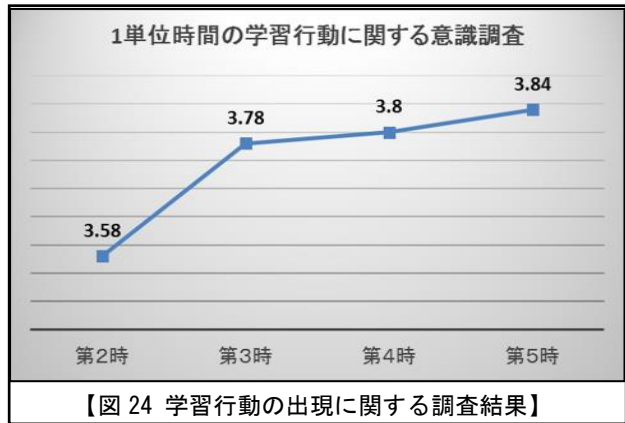
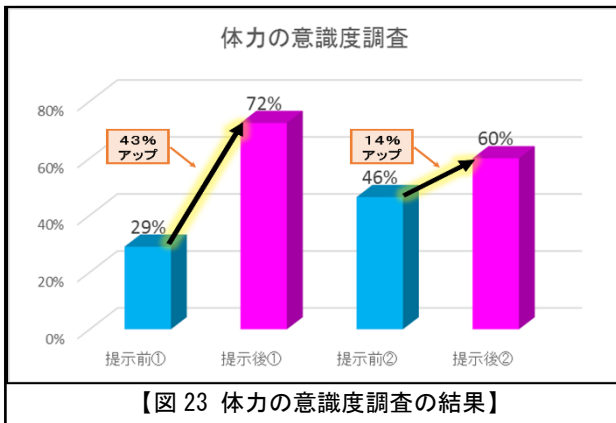
できると思って、力強さと持続性を出し
1人になる運動にしよう。

【終末時】

できると思って、最後まで頑張ってやった。
みんなの声掛けのおかげで、最後まで
頑張ることができた。

【資料29-② 関連付けに関する子どものノートの記述】

【資料29 第4時における関連付け】



考察

【図 23】と【図 24】の結果から、目指す子ども【イ】に迫ることができたことが窺える。【図 23】は、子どもがどの体力を高めるために何の運動に取り組めばよいかを意識しながら運動しているかについて、【資料 27】に示す視点を明確にするためのモデル提示をする前後において、学習後の記述を比較した結果である。その結果、提示後の方が意識度が高くなっている。これは、体力の4要素を提示しただけでなく、その体力の高まりを意識しながら運動するようにモデルを示しながら視点を提示したことで、より強く意識しながら体力を高める運動に取り組む姿につながったと考える。また、【図 24】は学習行動に関する意識調査の結果である。【資料 25】のように、高める体力に応じた場を設定し、飽和（退屈）状態にならないように4種類の体力を高める運動をローテーションするように組み合わせたことで、活動が停滞することなく前向きな気持ちを維持しつつ学習行動を促すことができたと考える。

以上のことから、視点を明確にするためのモデルを提示し、その視点に沿った運動の場において、高める体力を考えながら繰り返し運動を行ったことは、目指す子ども【イ】に迫る上で有効であったと考える。

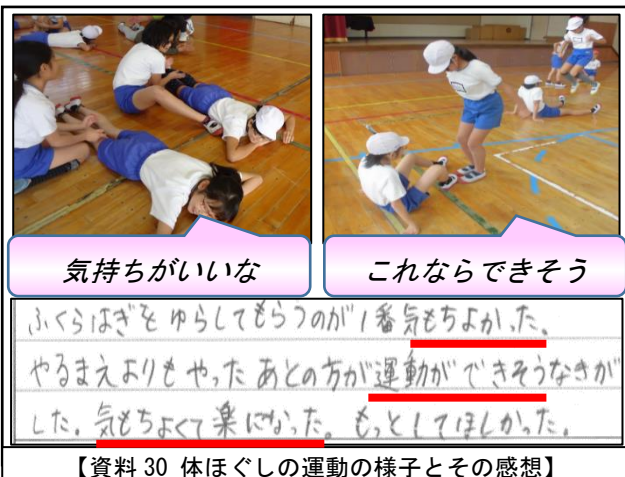
③ 強化する段階（第6時）

子どもの姿	【ウ】 学びを振り返り、体力の高め方が分かったことや体力を高めるための運動ができるようになった有能感や学んだことのよさを実感し、さらなる運動実践意欲を高めることができる
活動	高めたい体力を選んで、それに応じた運動を行い（試行）、伸びや成果、学び方に関して相互に評価し合って学びの過程を振り返る（思考）。
具体的支援	⑤ いいねカード

関連Ⅱ

第5時と第6時の間に保健領域「心の健康」（第3／3時）を設定した【資料 31】。まず第6時の導入時に、不安や悩みに対処する方法の1つに体ほぐしの運動があったことを確認した。

次に、その効果を確認する活動として、ペアで軽い運動やストレッチを行った。活動後の感想には、【資料 30】のような記述が見られ、不安や悩みへの対処方法として、体ほぐしの運動の効果を実感させることができた。



心の健康

小学生(5・6年生)の不安や悩み(2009年調査) (厚生労働省資料)

不安や悩みの項目	割合(%)
勉強や進級について	27.7
性格やくせについて	20.9
顔や体形について	16.9
友達について	13.9
学校生活について	13.2
いじめについて	9.5
健康について	8.8
その他	12.5

めあて 不安や悩みがあるときに、どうすればよいのか明らかにしよう。

不安や悩みへの対処方法

体ほぐしの運動をしたとき

- ・リラックスできる
- ・気持ちがいい

運動をしたとき

- ・スッパリする
- ・リフレッシュできる
- ・友だちと笑顔になれる

・人によって、有効な対処の方法が違う。
・不安や悩みによって、対処の方法が違う。

不安 (体の変化への戸惑い、人間関係の複雑化、学習内容の質・量など)
悩み (友だちとけんかをした。仲直りできるか不安だ。)

自分に合った方法で対処することが大切

まとめ 不安や悩みで困ったときは、自分に合った方法で対処することが大切である。

体ほぐしの運動をした時の感覚を想起させる。

不安や悩みへの対処方法として、運動の効果について話し合う活動を設定する。

対処方法のよさについて相互に評価し合い、運動実践意欲を高める。

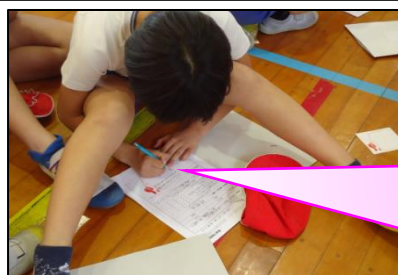
【資料 31 保健領域「心の健康」第 3/3 時の板書計画及び関連付けに関する内容】

まず、一人一人に高めたい体力を選ばせ、それに応じた運動を行う活動を仕組んだ。すると、すべての子どもがこれまでの学びを活かしながら、高めたい体力に応じた運動を選択し、楽しそうに繰り返し運動に取り組む姿がみられた【資料 32】。

次に、単元を通しての体力の伸びやできるようになったこと、学び方のよさについて、いいねカードを用いた相互評価を仕組んだ。【資料 33】のような記述をし、一緒に活動してきた友だちに渡して評価し合っていた。



【資料 32 繰り返し運動を楽しむ子どもの様子】



いつも、できない所もあきらめないでしている所に感動が。

👍

学び方のよさ

Aさん のなわとびの回数が増えたり、Cチームのゲームが(8分以内)でもべた回数が増え、どんどん体力がUPしているなと感じました。

👍

伸びや成果

【資料 33 いいねカードを記入する子どもとその記述内容】

関連 II

まず、運動後の心の状態を確かめるために、運動をした後の気持ちについて交流したところ、「運動をしたら気分がスッパリした」「汗をかくて気持ちがよくなった」などの発言があった。

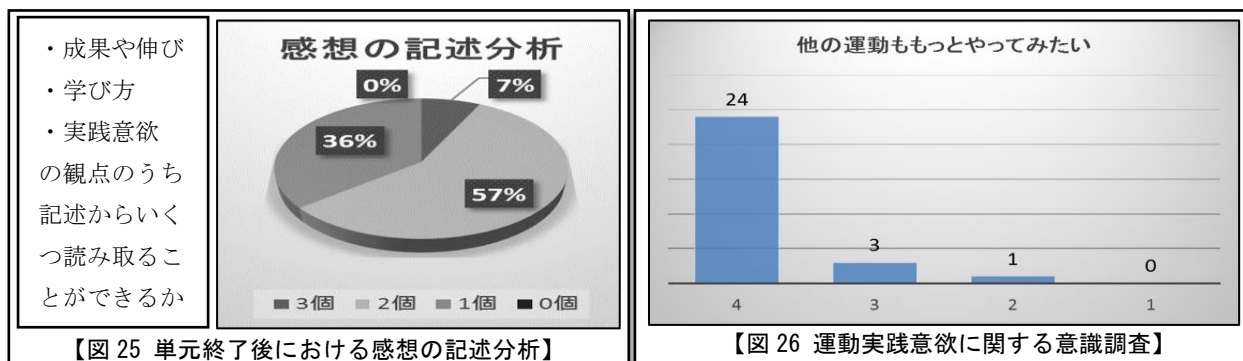
次に、不安や悩みを溜めすぎないためにも、適度な運動を継続していくことが大切であることを確認したところ、【資料 34】のような反応が見られた。

自分は運動をするとスッパリする。だからもっと運動しようと思ってることでストレス発散できるし心も体も健康になるから。

運動で不安や悩みをとることができるかもしれないから、これからもたくさんスポーツしていい気持ちになっていきたいです。

【資料 34 ノートの記述】

そして、単元全体の学びの過程を振り返らせた。すると、「体力が高まった」「体力の高め方が分かった」という有能感や「友だちと教え合いながら運動できてよかった」という充実感が高まった感想がみられた。



考 察

【図 25】や【図 26】の結果から、目指す子ども【ウ】に迫ることができたことが窺える。これは、自分で選んだ体力に応じた運動を行った後、いいねカードを用いた相互評価をし、振り返る活動を仕組んだからだと考える。その根拠は、【図 25】から、相互評価後に振り返った感想の記述に伸びや成果の有能感や学び方の充実感がほぼすべての子どもにみられたことやいいねカードを受け取ったときに満足そうな子どもの様子がみられたことから窺える。

以上のことから、自分で選んだ体力に応じた運動を行った後、いいねカードを用いて伸びや成果、学び方に関して相互評価を仕組んだ上で単元を振り返らせたことは、目指す子ども【ウ】に迫る上で有効であったと考える。

(4) 本単元の全体考察

① 運動領域と保健領域を関連付けた活動構成に関して

ア 運動に対して前向きな気持ちの推移より

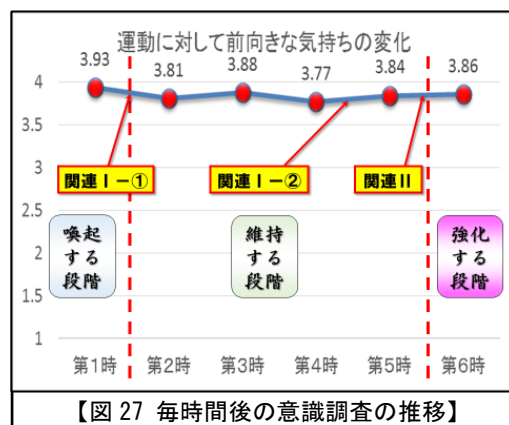
【図 27】は、体づくり運動の毎時間後にとった意識調査の結果である。子どもの運動に対して前向きな気持ちが 3.7 ポイント以上の高い水準で推移している。これから、喚起する段階に前向きな願いを抱かせ、維持する段階でその願いをもち続けさせ、強化する段階で有能感や充実感を高めさせたことが有意に働いたと捉える。

したがって、学ぶ意欲のプロセスに着目し、運動領域の単元を喚起する段階・維持する段階・強化する段階の 3 つの段階で分けて、3 つの力を高めるために活動を構成したことは、運動への願いや有能感を連続させる上で有効であったと考える。

イ 事後アンケートより

【図 27】から、関連 I - ①に関しては、喚起された運動に対して前向きな気持ちを、3.8 以上の高い水準を維持することができた。これは、「心の健康」において、運動が感情・思考力・社会性などを発達させることについて具体的につかませ、「心を健康に発達させるためには、運動が関係ありそうだ」と感じさせたことで、体力を高める運動に対しても前向きになったと捉える。

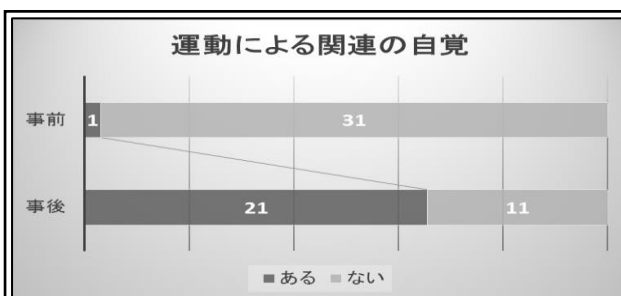
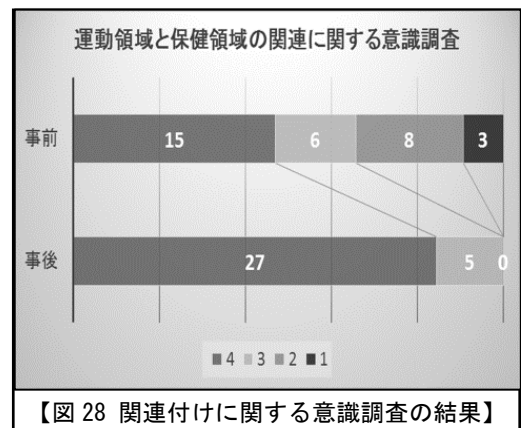
関連 I - ②に関しては、関連後に数値が 3.77 から 3.84 に 0.07 ポイント回復した。まず、「心の健康」において、体を動かすと心の状態がどのようになるか振り返り、運動に対しても前向きな気持ちで取り組んだり、応援されたりしたときに体がよく動くことがあることに気付かせること



ができた。次に、それらを「体力を高める運動」において想起させたことで、運動に対して前向きな気持ちを高い水準で維持することができたと捉える。

関連Ⅱに関しては、関連後に数値が 3.84 から 3.86 に微増している。これは、まず「心の健康」において、不安や悩みへの対処方法として運動の効果について話し合ったことで、運動が不安や悩みの解消につながることをつかませることができた。次に、対処方法のよさについて相互に評価し合ったことで、運動実践意欲を高めることができたことから運動に対して前向きな気持ちを深める上で効果的であったと考える。

また、【図 28】では、実証授業の事前と事後で行った意識調査の結果を比較した。「体育の学習と保健の学習が関連していると思うか」という設問に対して、運動領域と保健領域が関連していることを実感している子どもが増えた。また、「どんなところに関連性を感じるか」という設問における記述内容を分析してみると、【資料 35】に示すように、「運動」によって関連していると自覚している子どもが 1 人から 21 人へと大きく増えていることが分かる。このことは、主体的に運動に向かうことの価値について、本実践を通して迫ることができたからだと考える。



主な記述内容

- 心の健康と体の健康のために運動しているから。
- 運動をするときにいろいろ考えるから、心（思考力）と体は関係している。
- ストレス発散のためにも運動をするから関係している。

【資料 35 事後アンケートにおける記述分析の結果】

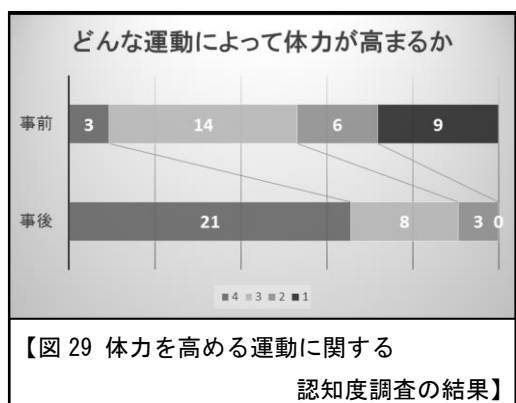
以上のことから、Ⅰ・Ⅱのねらいとタイミングに応じて保健領域と関連を図ったことが、子どもの運動に対する前向きな気持ちを維持・強化する上で有効に働いたと考える。

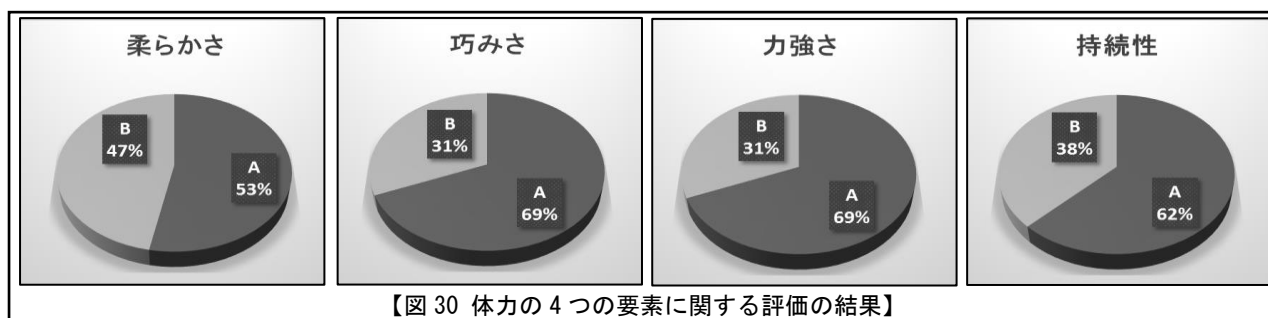
② 運動について

【図 29】は、体力の高め方についてどの程度理解を深めることができたかについて調査した、体力を高める運動に関する認知度調査の結果である。これから、実践導入時に比べ、体力の高め方が分かって運動している子どもが増えていることが分かる。

また、【図 30】は、子どもの体力について「柔らかさ」「巧みさ」「力強さ」「持続性」に分け、国立教育政策研究所の評価規準をもとに評価をした結果である。「柔らかさ」は A が 56%、B が 44%であった。「巧みさ」は A が 66%、B が 34%であった。「力強さ」は A が 62%、B が 38%であった。「持続性」は A が 66%、B が 34%であった。このように、体力の 4 つの要素すべてにおいて、すべての子どもが概ね満足できる結果が得られた。

以上のことから、子どもが主体的に運動に向かうように手立てを仕組むことは、子どもの体力を高めたり、体力の高め方の認知を高めたりすることにもつながると考える。





体の柔らかさを高めるための運動例			
リンボー 	ジャンケンパー 	ツイスター 	ボール渡し
体を反らせて、ゴムに触れないように通る。 ☆ 低さに挑戦	ジャンケンに負けたら板目 2 枚分広げる。 ☆ 板目の枚数に挑戦	左右の手足を指示された色に移動させる。 ☆ 指示の回数に挑戦	頭上、股下、左右でボールを渡す。 ☆ 板目の枚数に挑戦
巧みな動きを高めるための運動例			
ペンタゴンジャンプ 	くぐってゴー 	ラダーステップ 	ボールキャッチ
中心から頂点へのジャンプを 2 周繰り返す。 ☆ タイムに挑戦	ボールの下やフープをくぐる。 ☆ 回数に挑戦	モデル図を参照し、ステップする。 ☆ 速さに挑戦	相手のボールが倒れる前にキャッチする。 ☆ 距離に挑戦
力強い動きを高めるための運動例			
レベルUP腕立て 	レベルUPジャンプ 	押し相撲 	ボール引き
レベルに合わせて 5 回腕立てをする。 ☆ レベルに挑戦	レベルに合わせて 5 回ジャンプをする。 ☆ 高さに挑戦	相手と手を合わせて線まで押す。 ☆ 人数に挑戦	ボールを引き合い、線まで引っ張る。 ☆ 人数に挑戦
動きを持続する能力を高めるための運動例			
2人でジャンプ 	みんなでジャンプ 	8の字ジャンプ 	サーキット
1 分間短縄跳びを 2 人交互に 3 セット行う。 ☆ 回数に挑戦	グループで 7 分間長縄跳びを行う。 ☆ 回数に挑戦	グループで 7 分間 8 の字ジャンプを行う。 ☆ 回数に挑戦	1 分間走を 2 人で交互に 3 セット行う。 ☆ 周回数に挑戦

【資料 36 実践Ⅱにおいて提示した運動例】

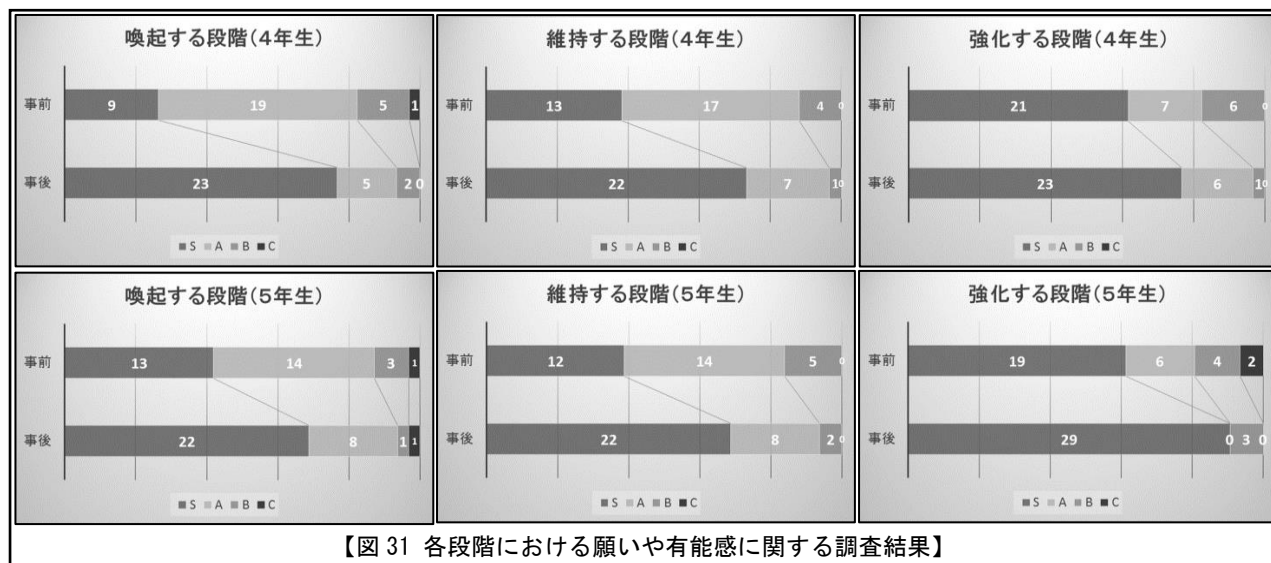
VII 研究のまとめ

1 成果

(1) 単元構成について

【図 31】は、検証Ⅰ及びⅡにおける各段階の願いや有能感に関する事前調査と事後調査を比較した結果である。喚起する段階、維持する段階、強化する段階のすべてにおいて、伸びが見られる。特に維持する段階において、「できるようになりたい」という願いをもち続け、意欲を高く保つことができた。これが、自ら進んで課題を解決しようとする姿につながったと考える。

これらのことから、子どもの学びに向かう力に着目して、願いが連続するように単元を構成したことは、運動への願いや有能感を連続させる上で有効であった。

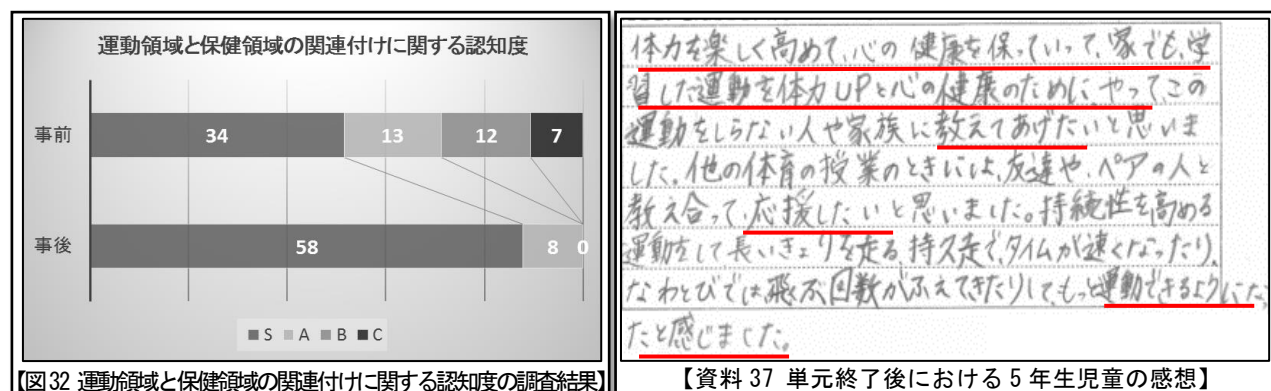


【図 31 各段階における願いや有能感に関する調査結果】

(2) 運動領域と保健領域の関連付けについて

【図 32】は、検証Ⅰ及びⅡにおける運動領域と保健領域の関連付けに関する認知度の事前調査と事後調査を比較した結果である。運動領域と保健領域のつながりについての認知が大きく伸び、その効果を感じていることが分かる。また、【資料 37】は 5 年生児童の感想である。

これらのことから、保健領域を関連させながら運動に対する前向きな気持ちを強め、運動への願いを連続させたり、運動実践意欲を高めたりすることが有効であることが明らかになった。



【図 32 運動領域と保健領域の関連付けに関する認知度の調査結果】

体力を楽しく高めて、心の健康を保って、家でも、学習した運動を体力UPと心の健康のためにやってこの運動をしないうえに家族に教えてあげたいと思いました。他の体育の授業のときには、友達や、ハアの人と教え合って、応援したいと思いました。持続性を高める運動をして長い距離を走る持久走、タイムが速くなったり、なわとびでは飛ぶ回数が増えてきたりして、運動できるようになったと感じました。

【資料 37 単元終了後における 5 年生児童の感想】

(3) 具体的支援について

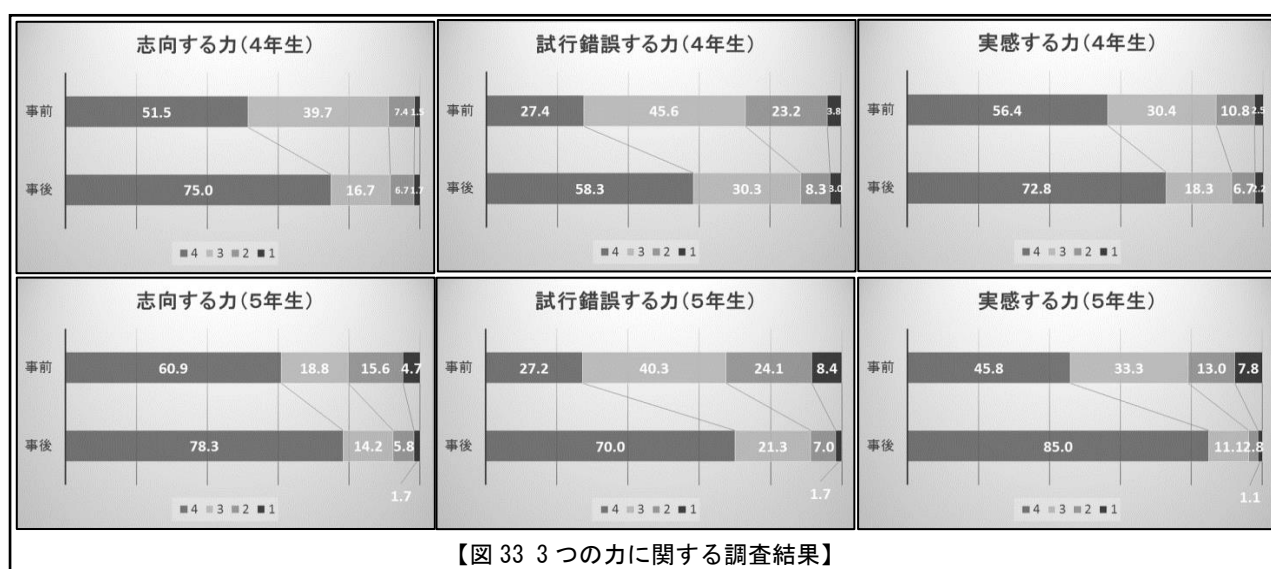
【図 33】は、本研究の対象児童 68 名に対して行った、3 つの力に関する事前調査と事後調査の結果を比較した結果である。

志向する力に関しては、特に満足できる子どもが 4 年生で 23.5 ポイント、5 年生で 17.4 ポイン

ト増加している。これは、喚起する段階において、誰もが楽しさに触れや安心してできる教材を体験させる出会わせ方をしたことで、「自分にもできそうだ」という有能さを高めたことに起因すると考える。また、目安や指標、単元計画を提示したことで、ゴールイメージをもたせ「できるようになりたい」という願いを抱かせたことも志向する力を働かせる上で効果的であった。

試行錯誤する力に関しては、特に満足できる子どもが4年生で30.9ポイント、5年生で42.8ポイント増加している。これは、維持する段階において、課題の解決につながる視点を提示したことで、「どうすればうまくいくか」という子どもの思考を促したことが有効であったと考える。また、視点に沿った場を設定し、課題を解決するために繰り返し活動できるようにしたことも効果的であった。

実感する力に関しては、特に満足できる子どもが4年生で16.4ポイント、5年生で39.2ポイント増加している。これは、強化する段階において、いいねカードを用いて相互評価する活動を仕組んだことで、伸びや成果を認められて「できるようになった」という有能感が高まったことが有効に働いたと考える。また、子どもが運動の楽しさを十分に味わったり、学び方のよさを実感したりしたことでさらなる意欲の広がりが見られたと捉える。



2 課題

(1) 低学年における実践の必要性

本研究においては、対象学年が中・高学年であったため、低学年の検証を行っていない。低学年には保健領域が内容として教育課程に設定されていないが、次期学習指導要領には低学年においても、「各領域の各内容については、運動と健康が関わっていることについての具体的な考えがもてるように指導すること。」とされ、「体は、活発に運動したり、長く運動をしたりすると、汗が出たり、心臓の鼓動や呼吸が速くなったりすること、体を使って元気に運動することは、体を丈夫にし、健康によいことなどを、各領域において行うことを示したものである。」と記している。今後は、低学年においても運動と健康を関連付けた単元構成の在り方について明らかにする必要がある。

(2) 保健領域における検証の必要性

本研究においては、運動領域のみの検証にとどまった。しかし、保健領域においても関連付けた効果として、体験（経験）に基づいて理解が深まった子どもの姿が表れているに違いない。また、健康という観点から運動を捉え、運動のよさをより実感し、主体的に健康に向かう子どもの姿もみられてくると考える。今後更に、保健領域において主体的に健康に向かう子どもについて検証の必要性を感じた。

引用・参考文献

- ・文部科学省 (2008) 『小学校学習指導要領解説 体育編』 東洋館出版社
- ・文部科学省 (2017) 『小学校学習指導要領解説 体育編』
- ・文部科学省 (2017) 『小学校学習指導要領解説 総則編』
- ・文部科学省 (2015) 『平成 26 年度 全国体力・運動能力、運動習慣等調査 報告書』 東京書籍
- ・文部科学省 (2016) 『平成 27 年度 全国体力・運動能力、運動習慣等調査 報告書』 東京書籍
- ・文部科学省 (2017) 『平成 28 年度 全国体力・運動能力、運動習慣等調査 報告書』 東京書籍
- ・福岡県教育委員会 (2015) 『平成 26 年度 全国体力・運動能力、運動習慣調査 調査結果報告書』
- ・福岡県教育委員会 (2016) 『平成 27 年度 全国体力・運動能力、運動習慣調査 調査結果報告書』
- ・福岡県教育委員会 (2017) 『平成 28 年度 全国体力・運動能力、運動習慣調査 調査結果報告書』
- ・福岡県 (2014) 『福岡県スポーツ推進計画』
- ・『楽しい体育の授業』編集部 (2017) 『平成 29 年版 学習指導要領改訂のポイント
小学校・中学校 体育・保健体育』 明治図書出版
- ・櫻井茂男 (2009) 『自ら学ぶ意欲の心理学—キャリア発達の視点を加えて』 有斐閣
- ・櫻井茂男 (2014) 『学習意欲の心理学—自ら学ぶ子どもを育てる』 誠信書房
- ・ダニエル・ピンク (2010) 『モチベーション 3.0—持続する「やる気！」をいかに引き出すか』
講談社
- ・ムーギー・キム, ミセス・パンプキン (2016) 『一流の育て方—ビジネスでも勉強でもズバ抜けて活
躍できる子を育てる』 ダイアモンド社
- ・David L. Gallahue (1999) 『幼少期の体育』 大修館書店
- ・高橋健夫, 岡出美則, 友添秀則, 岩田靖 (2010) 『新版 体育科教育学入門』 大修館書店
- ・松田岩男, 宇土正彦 (1992) 『学校体育用語辞典』 大修館書店
- ・日下裕弘 (1999) 『健康スポーツの科学』 大修館書店
- ・池田延行, 渡邊彰, 戸田芳雄 (2002) 『小学校体育科 基礎・基本と学習指導の実際
—計画・実践・評価のポイント』 東洋館出版社
- ・竹田清彦, 高橋健夫, 岡出美則 (1997) 『体育科教育学の探求—体育授業づくりの基礎理論』 大修館書店
- ・外山美樹 (2011) 『行動を起こし、持続するカーモチベーションの心理学』 新曜社
- ・鹿毛雅治編 (2012) 『モチベーションをまなぶ 12 の理論』 金剛出版
- ・植西聰 (2015) 『やる気のコツ—アドラーが教える 9 つの勇気』 自由国民社
- ・エドワード・L. デシ, リチャード・フラスト (1999) 『人を伸ばす力—内発と自立のすすめ』 新曜社
- ・三木四郎 (2005) 『新しい体育授業の運動学—子どもができる喜びを味わう運動学習に向けて』
明和出版
- ・市村操一 (2002) 『体育授業の心理学』 大修館書店
- ・杉原隆 (2003) 『運動指導の心理学』 大修館書店
- ・藤崎敬, 中川一 (2000) 『新学習指導要領実践 小学校体育 7 図解・実践 陸上運動, ボール運動
(5・6 年)』 東洋館出版
- ・木下光正・清水由 (2005) 『苦手な運動が好きになるスポーツのコツ ②陸上』 ゆまに書房
- ・文部科学省 (2013) 『学校体育実技指導資料 第 7 集 体づくり運動—授業の考え方と進め方
(改訂版)』 東洋館出版
- ・藤崎敬, 後藤一彦 (2000) 『新学習指導要領実践 小学校体育 7 図解・実践 体づくり運動,
器械運動 (5・6 年)』 東洋館出版
- ・村田芳子, 川口啓, 山本俊彦, 五十嵐淳子 (2001) 『「体ほぐしの運動」活動アイデア集』
教育出版株式会社
- ・神家一成 (2008) 『体力を高める運動 75 選』 東洋館出版社
- ・白旗和也 (2014) 『これだけは知っておきたい「体づくり運動」の基本』 東洋館出版社

おわりに

『初心』

この言葉の意味について改めて考えさせられる 1 年間でした。どこか薄れていたのかもしれませんが。今の私にとっては次の三つの意味があります。

まずは、「学び続けること」です。

これまでの私は、自分の経験と勘に頼る部分が多かったように思います。人に物事を伝えるときに相手が納得することができるように、「もっと論理的に話すことができるようになりたい」と願い、たくさん文献にあたりました。特に、社会情勢や教育の動向については大きな転換期を迎えています。それによって、私たちに求められる「教育」も変化が必要とされます。もちろん、不易な面もあるかと思いますが、情報が錯綜する現代において、それを取捨選択し、自ら求めていく姿勢の大切さを痛感しました。常に自分自身をアップデートできるように学び続けていきたいです。

次に、「謙虚さ」です。

傲慢さがなかっただろうか。怠慢がなかっただろうか。失礼がなかっただろうか。これまでの 8 年間で振り返り、反省と後悔をすることが多々ありました。人間としての弱さを思い知りました。何事にも真摯に向き合い、いつも素直に受け止める中学校籍の研修員と高校籍の研修員の姿から多くを学びました。私にはそれがまだまだ足りないと思います。しかし、修養という部分において、社会人としての自分自身を見直すいい機会になりました。驕ることなく、素直な態度で向き合うことができる人間になるために、謙虚さを忘れないようにしていきたいです。

そして、「何事も 1 人では成し得ない」ということです。

「学校の外に出て、広い視野で物事を見てきなさい。」と言って送り出していただきました。本研究を進めるにあたって、多くの方々にご指導していただきました。どうしたらいいか苦悩しているときには、丁寧なご助言をいただきました。私が不十分なときには、手厚く支えていただきました。気持ちが落ち込んでいるときには、温かい言葉で励ましていただきました。私だけの力では到底辿り着くことはできていません。これまで以上に人の温かさを実感し、人との出会いに感謝した 1 年間でした。今度は、私が他者に対してそういうことができたらと思います。「チーム学校」という言葉がありますが、何事にも「チーム」として対応していけるように、自分のことだけでなく、周囲の仲間のために役に立てるような存在になっていきたいです。

最後になりましたが、このような貴重な研修の機会を与えていただきました福岡県教育委員会、福岡教育事務所、糸島市教育委員会に厚く御礼申し上げます。並びに、本研究を進めるにあたり、温かい御指導・御示唆をいただきました。教育庁教育振興部体育スポーツ健康課・義務教育課、スポーツ科学情報センター、福岡県体育研究所の皆様に深く感謝申し上げます。また、本研究に快く協力していただきました、糸島市立福吉小学校の佐々木校長、安河内教頭をはじめ、多くの支援をいただきました在籍校の先生方に心から感謝いたします。そして、検証授業に協力してくれたいつも笑顔で元気いっぱいな 4 年 1 組と 5 年 1 組の子どもたちにも感謝の気持ちでいっぱいです。

本当にありがとうございました。

今後とも、より一層の御指導、御鞭撻を賜りますよう、心よりお願い申し上げます。

平成 30 年 2 月 16 日

長期派遣研修員 辻 聡一郎（糸島市立福吉小学校）