子どもの体力向上を図る組織的な取組に関する一考察

長期派遣研修員 大野城市立御笠の森小学校 教諭 新田 聖

I はじめに

本研究は、国や県で重点的に取り組んでいる「子どもの体力向上」に焦点を当てている。福岡県においては、県下全ての子どもの体力を高めるために、近年、「『1校1取組』運動を位置付けた体力向上プランの作成について」と題して、【資料1】のように、体力向上プランを作成するにあたっての視点を6つ示し、全ての学校で共通理解を図っている。中でも、各学校にお

体力向上プランの作成にあたって

視点1 取組名

視点2 体力テスト調査結果等の分析

視点3 目標指標・数値の設定

視点4 本年度の「1校1取組」運動の設定

視点5 評価方法

視点6 本年度の体力テスト結果を踏まえた取組

「巫虚り7年度『1坊1取組』 湿動を位置付けた休力点トプランの作成について」 短端単数を乗員会 巫虚り7年1日本と集体

【資料1:体力向上プランの作成にあたって】

いて創意工夫が求められる「視点4 『1校1取組』運動の設定」にあたっては、「体育科学習」及び「体育科学習外の活動」に関する設定例が「全学年共通」「組織的」等のキーワードとともに示されている。すなわち、子どもの体力向上をめざした取組は、「体育科学習」と「体育科学習外の活動」の両輪で、「組織的」に進めていくことが重要視されていると考えた。

そこで、本研究では、1人の教師が1つの学級の子どもたちを前に単独で取り組んでいくのではなく、学年や学校で同じ目標の達成に向けて協力することを「組織的」とし、全ての子どもの体力を向上させていくためには、何を大切にして取組を行う必要があるのかを明らかにしていきたいと考えた。そのためには、学校の実態等の調査をくり返しながら取組を試行する必要があると考え、従来のように、あらかじめ仮説を設定して検証を行う仮説検証型ではなく、様々な調査をもとに取組を試行する調査研究型のスタイルで研究を進めていくこととした。

本研究を進めていくにあたっては、調査していく内容として2つの着眼点があると考えた。 1つは、取組を進めていくにあたっての「組織運営面」についてである。上述した「体力向上プランの作成にあたって」においては、目標を立てて取組を検討し(P)、実際にやってみて(D)、取り組んだことを評価し(C)、新たな取みを実施する(A)といった「PDCAサイクル」が重視されている。そこで、このPDCAサイクルを効果的に展開していくためのポイントについて整理していくことが重要であると考えた。 2つは、視点 4 で示してある「取組内容面」についてである。「体育科学習」及び「体育科学習外の活動」において、取組を設定していくにあたって、大切となるのはどんなことなのかを明らかにしていくことである。

子どもの体力向上に向けた取組を進めるにあたって、各学校が一番頭を悩ませるのは、「実際にどんな取組を位置付けていくか」ではないかと考える。そこで、本研究においては、「**取組内容面」を中心として研究を進め**、その在り方について一考していくこととした。

Ⅱ 研究の構想

1 「体力」について

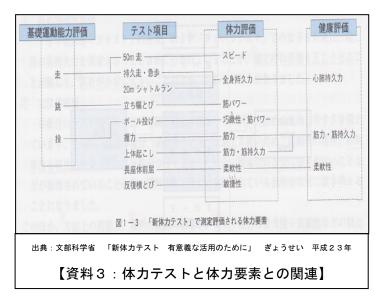
これまで、「体力」という概念について、多くの研究がなされ、それぞれの研究者が様々な解釈を行ってきた。その中でも一般的によく知られているのが、運動生理学者の猪飼道夫氏の解釈である。猪飼(1969)は、体力を身体的要素と精神的要素に大別し、いずれも行動体力、防衛体力の2つに分類して示している(【資料2】)。文部科学省が実施している新体力テストにおいては、これらの要素のうち、身体的要素の中の行動体力の機能の一部を測定している。具体的には、8つのテスト項目を行い、【資料3】のような構成で体力要素を測定

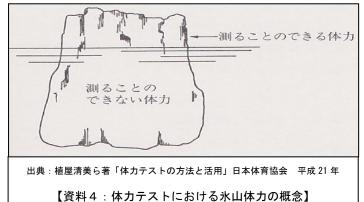
【資料3】のような構成で体力要素を測定している。また、【資料4】は、氷山体力の概念と言われている体力の捉え方について表されたものである。氷山が、海面上に出ている部分より海面下の部分の方がはるかに大きいということに倣い、測定できない体力もたくさんあるということが示されている。このように、専門家によって、測定できない体力が多くあることが述べられていることから、新体力テストの結

果は、人間が持っている体力の一部である と考えられる。さらに、文部科学省は、新 体力テストと並行し、毎年、質問紙調査を 実施している。これには、生活習慣や運動 習慣(運動頻度、運動時間)、運動肯定感

(好き, 得意, もっとしたい) などの項目 が記されている。すなわち, 国においても, 体力を広義に解釈し, 運動を習慣化することを運動を好きにさせることを期待しな

体格 体力の要素 形態 姿勢 行動 猪飼道夫「運動生理学入門」 杏林書院 1969年 一部改編 筋力 体力 敏捷性・スピード 平衡性・協応性 身体的 持久性 柔軟性 器官・組織の構造 構造 温度調節 防衛体力 体力 免疫 機能 適応 意志 行動体力 判断 精神的 意欲 要素 精神的ストレスに { 精神的へ! 対する抵抗力 防衛体力 【資料2:体力の要素(猪飼氏の解釈)】





がら、体力向上に向けた取組を進めていくことの重要性が示されていると解釈できる。

福岡県においては、平成26年3月に、「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とおした元気で活力のある県民生活や地域社会の創造」を基本理念として、『福岡県スポーツ推進計画』が策定された。「II学校や地域における子どものスポーツ機会の充実」では、【資料5】のように目指す姿が示されている。つまり、運動の楽しさを味わい、運動を身近に感じながら、自ら進んで運動する子どもへと高めていくことで、結果的に身体的

【目指す姿】

学校や地域において、子どもが運動・スポーツの楽しさや充実感を味わい、体を動かすことを身近に感じ、積極的に運動・スポーツにかかわりながら、体力・運動能力が継続的に向上していること

- <5年後の姿>
- 子どもの2人に1人(50%程度)は<u>週3回以上</u>, 運動・スポーツを行っていること。
- このことにより、平成28年度までに<u>体力合計点の県平均値が全</u> 国平均を上回り、維持・向上していること。
- < 1 0 年後の姿>
- 子どもの3人に2人(65%程度)は<u>週3回以上</u>,運動・スポーツを行っていること。
- このことにより、<u>体力合計点の県平均値が全国平均値を上回った</u> 状態を維持・向上していること。

出典: 福岡県スポーツ推進計画 福岡県行政資料 平成26年3月 一部改編

【資料5:今後福岡県の子どもに期待する目指す姿】

要素を高めていくことが大切であることが示されていると考える。

このような資料をもとにすると、体力は、運動に関わる身体的な要素だけでなく、運動習慣や運動肯定感といった精神的な要素、心身の健康を維持していくために必要となる要素も含んだ大きな枠組みで捉える必要があると考える。身体的要素に着目して体力を考えると、運動スポーツ学に詳しい三木四郎氏(2005)は、「小学校での体力つくりは、自分の体や健康に関心をもち、スポーツを楽しむための『動ける身体』(自分の体を動かす能力)つくりをめざして行うことが大切である」と述べている。すなわち、子どもの実態を考慮しながら、自分の体を動かす能力を持つ子どもへと高めていくことが大切にされていると考える。

これらのことから、本研究においては、幅 広い体力の中でも身体的要素、精神的要素の 行動体力(前掲資料2参照)に着目していき たい。身体的要素については、動ける身体(自 分の体を動かす能力)を持つ子ども、精神的 要素については、自ら運動する子ども(運動 習慣と関連)、運動好きな子ども(運動肯定感 と関連)に焦点化し、この3つの子どもの姿 の変容について調査していく(【資料6】)。

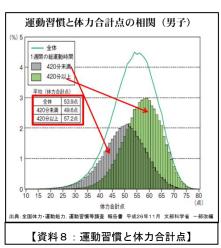


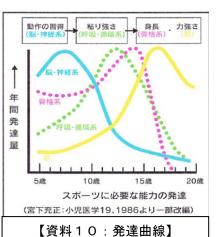
2 「子どもの体力向上」について

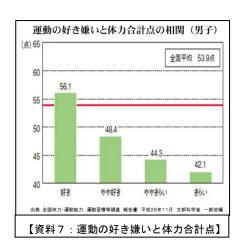
これまで、全国各地の多くの学校で、体力向上に関する様々な取組がなされてきている。その取組は、体力テストで測定することができる身体的要素だけに着目された狭義の体力向上である場合が多い。中には、体力テストの結果をもとに、課題である身体的要素をトレーニング的に重点指導することで、数値を上げていく取組がなされることも珍しくはない。その結果、体力テストの数値は一時的に向上することはあるかもしれない。しかし、それが本当に子どもの総合的な体力を高めていく取組としてふさわしいものかは疑問が残る。体力は、先述したとおり、広い枠組みで捉えな

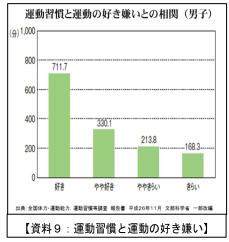
がら、その向上を図っていくことが望ましいと考える。【資料7】は、小学生男子(5年生)の運動への好嫌度と体力合計点との相関を示したものである。女子に関しても同様の傾向が見受けられる。これは、運動やスポーツが好きな子どもほど、体力合計点が高いという傾向を示している。また、【資料8】は、小学生男子(5年生)の1週間の総運動時間と体力合計点との関連である。これを見ると、運動する時間が長い子どもほど、体力合計点が高いということが傾向として表れていることが分かる(女子も同傾向)。さらに、【資料9】は、

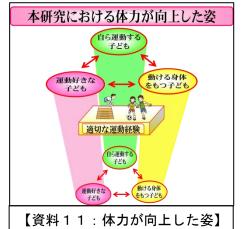
運動時間と運動の好き 嫌いの相関を示したグ ラフである。ここから は,運動好きな子ども ほど,運動する時間が 長いことが読み取れる。 これらの資料は、子ど もの体力における身体 的要素(とりわけ行動 体力の中の機能)は, 精神的要素(運動を自 ら続ける姿や運動を好 きな気持ち)と関連し て高まっていくことを 示すものであると考え る。本研究においては, これらの相関に着目し, 運動への肯定的な気持 ちを向上させたり運動 を日常化させたりしな











がら動ける身体を持つ子どもへと高めていきたい。そして、これらの体力を効果的に高めていくためには、子どもの発達的特性を十分に考慮し、その段階に合った適切な運動を行わせることが大切であると考える。【資料 10】は、子どもの発達段階に応じて、どのような体力の要素を重点的に育めばよいかを考える手がかりとなるものである。これを見ると、人間は、「脳・神経系($6\sim8$ 歳頃)」「呼吸・循環系($12\sim13$ 歳頃)」「骨格系・筋($14\sim16$ 歳頃)」の順序で発達していくことが分かる。また、文部科学省(2013)は、小学校期の体力向上に向けた指導について、「体の柔らかさ、

巧みな動きを高めるための運動に重点を置いた指導が求められる」ことを示している。このことから、小学校期においては、特に体の柔らかさや巧みな動きを高めるための運動を重点的に仕組み、脳・神経系に刺激を与えることで動作の習得をさせながら、その他の身体的要素についても副次的に高めていけるようにしていくことが大切であると考える。そうすることで、子どもが無理なく運動に向き合い、動ける身体を身に付けていくことができると考える。

すなわち、本研究における「子どもの体力向上」とは、小学校期において、「動ける身体を持つ子ども」の姿、「自ら運動する子ども」の姿、「運動好きな子ども」の姿が、発達段階に合った適切な 運動経験を通して、互いに関連しながら高まっていくことであると考える(【資料 1 1】)。

3 体力向上の必要性について

平成20年1月の中央教育審議会答申には、体力について「体力は、人間の活動の源であり、健康の維持のほか意欲や気力といった精神面の充実に大きくかかわっており、『生きる力』の重要な要素である。子どもたちの体力の低下は、将来的に国民全体の体力の低下につながり、社会全体の活力や文化を支える力が失われることにもなりかねない。」と記されている。また、現行の学習指導要領体育科の目標においても「体力の向上を図る」ことが明記されており、「活力ある生活を支え、たくましく生きる」子どもを育てることの大切さが述べられている。さらに、福岡県体育研究所(平成19年)は、「体力を向上させることによって、健全な発育・発達を得る」こと、「特に、幼児期から青年期にかけては、運動によって適度な刺激を身体に加えると、その組織や器官は刺激に適応して発達していく」こと、「生涯学習・スポーツという観点からみると、『体力』がある一定のレベルで保持されると、自己の特性を十分に生かしながら、いろいろな活動に能動的にかかわることができる」ことについて述べている。このことから、体力は、社会を生き抜く子どもたちにとってなくてはならない重要な力であり、全ての子どもが確実に高めていくことができるようにする必要が

本県においては、平成27年3月に福岡県教育委員会から「平成26年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査 調査結果報告書」が示された。小学校男女及び中学校男女ともに、県平均値は、全国平均値と比較して低く、調査を開始した平成20年からの6年間、小学校、中

あると考える。

	年度	県平均	全国平均	差		年度	県平均	全国平均	差
	H 2 0	53. 22	54. 18	-0. 96	小学校	H 2 0	52. 98	54. 84	-1. 86
小学材	H21	53. 74	54. 19	-0. 45		H 2 1	53. 01	54. 59	-1. 58
	H 2 2	53. 35	54. 36	-1. 01		H 2 2	52. 92	54. 89	-1. 97
男子	H24	53. 53	54. 07	-0. 54	女子	H 2 4	53. 51	54. 85	-1. 34
	H 2 5	53. 49	53. 87	-0. 38		H 2 5	53. 58	54. 70	-1. 12
	H 2 6	53. 62	53. 91	-0. 29		H 2 6	53. 99	55. 01	-1. 02

※ 平成20・21・25・26年度は悉皆調査,平成22・24年度は抽出調査 ※ 平成23年度は、震災の影響により国が調査を実施しなかった

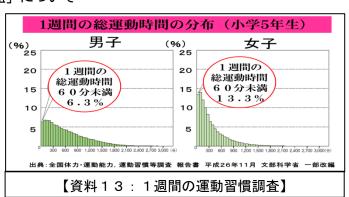
平成26年度全国体力・運動能力,運動習慣等調査 調査結果報告書 一部改編 【資料12:福岡県と全国の体力テストの結果の比較(小学5年生)】

学校ともに全国平均値を上回る年はないという状況である。しかしながら、福岡県の小学校女子及び中学校男女(中学2年生)においては、悉皆調査が行われた4回の中で最高値になり、小学校男子においても全国と僅差になる等、少しずつ上昇傾向に転じている(【資料12(小学5年生男女)】)。

上昇傾向に転じた要因として考えられるのは、福岡県下全ての小学校が体力向上プランを作成した こと、その中で目標値を具体的に設定したこと、1校1取組を位置付けたこと等が挙げられる。一 方,各学校の体力向上プランの1校1取組の内容に着目すると,様々な創意工夫はなされているも のの、2つの課題がみえてきた。1つは、1校1取組の内容が一過性であり、全ての子どもたちの 体力を向上させるものになっていない場合があることである。平成26年度においては、体育の時 間以外に継続的な取組を行っている学校は、89.3%であるが、これは、全国平均の92.4% を下回る結果になっている(平成26年度福岡県教育施策実施計画を参照)。取組内容は,学校等の 実態をもとに、全ての子どもたちの体力を引き上げることができる継続性のあるものを位置づける 必要があると考える。2つは、体育科の学習に関する取組をしている学校が少なく、全体の1割程 度にとどまっていることである(福岡教育事務所管内)。体育科の学習は,全ての子どもたちの運動 機会を保障するという意味からも体力向上にとって核となる大切なものであると考える。そこで、 体力をさらに向上させていくためには、1校1取組を中心とした日常的活動を各学年や学校の実態 等を考慮しながらより効果的に設定し、継続かつ徹底して実践していくこと、体育科学習と学習外 の取組を関連させること、体育科学習において、指導内容を確実に身に付けさせることが大切であ ると考える。このような取組は、全ての子どもたちの運動機会を保障することとなり、運動ができ る喜びを味わいながら体力を高める子どもたちを育んでいくことにつながっていくと考える。

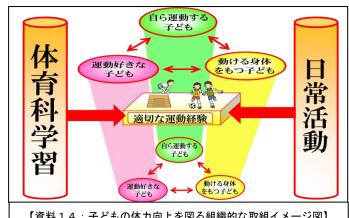
4 「子どもの体力向上を図る組織的な取組」について

【資料13】は、平成26年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査における小学校5年生の男女の運動習慣に関する調査結果である。一週間の運動時間の短い子どもが多いことが概ねの傾向として示されている。特に、女子については、体育科学習以外で一週間の総運動時間が60分に満たない子どもが13.3%い



ることが示されている。男子についても、女子ほどではないが、約6.3%が1週間の総運動時間が60分に満たない状況である。前述したように、体力は、全ての子どもたちが高めていくべき力であると考える。そのためには、このように、日常的に運動する習慣が十分に身に付いていない子どもたちの運動時間を保障していくことが大切になってくると考える。そのためには、学年組織、ひいては学校全体として、組織的に取組を仕組んでいく必要がある。本研究においては、一人の教師が単独で取組を行うのではなく、教師集団として役割を分担しながら、学年単位、学校単位で協力することを「組織的」としている。また、日本体育大学の自旗和也氏(2012)は、「どんなに運動時間が短い子どもでも、通常、体育の時間だけは必ず運動している」と述べた上で、「体育の時間をいかに魅力的なものにし、運動の楽しさを味わえるようにするのかということが大変重要である」

と続けている。さらに、体力向上に向けた 取組については,「体力を高めるためには, ある程度の運動機会の確保が必要」なこと, そのためには、「楽しく、そしてどこでも実 践できる運動が授業の中で展開されている 必要がある」こと、「『またやってみたい』 と思える運動の教材を開発したり、授業以 外に学校教育活動全体を通じた運動機会を 提供したりしていくことが必要」であるこ とを述べている。つまり、体育科の学習を



【資料14:子どもの体力向上を図る組織的な取組イメージ図】

さらに充実していくことに加え、体育の学習以外の教育活動全体での取組を活性化させていく必要 性が示されていると考える。また、先に述べた文部科学省が実施している体力調査の中には、「運動 習慣の確立」「授業の工夫改善」とともに,「家庭・地域との連携」についての調査項目がある。す なわち,体力向上には,これまで述べてきた学校での取組に加え,その取組を家庭や地域に広げて いくことが必要になってくると考える。そこで,本研究においては,体育科学習と体力向上を図る 体育科学習外の活動(以下「日常活動」という。)の2つを大きな柱とし、日常活動においては家庭・ 地域との連携も視野に入れながら研究を進めていくこととする(【資料14】)。

5 研究の目標

小学校における体育科学習と体育科学習外の日常活動を通して、子どもの体力の向上を図るため の組織的な取組の在り方について究明する。

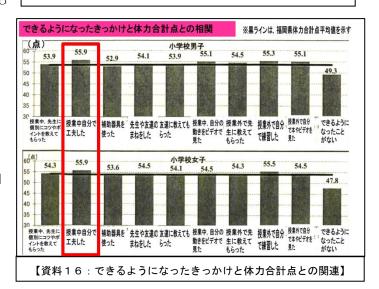
6 具体的な取組について

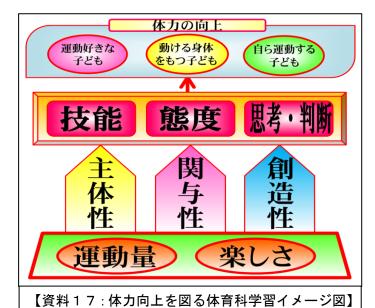
楽しさや喜びを十分に味わいながらたっぷりと活動し、確実に資質・能力を身に付けさせる体育科学習 (1) 小学校学習指導要領解説体育編には、「技能」「態度」「思考・判断」の3つが指導内容として 示され、身に付けるべき資質・能力として定められている。これに加え、これらの資質・能力 は、適切な運動の経験を通して習得させていくことが明記されている。適切な運動の経験とは、 解説においては,「児童が心身の発達的特性に合った運動を実践することによって, 運動の**楽し さや喜びを味わう**ことである」と説明されている。すなわち、小学校の体育科の学習において は、子どもたちに楽しさや喜びを十分に味わわせながら、3つの資質・能力(技能,態度,思 考・判断)を確実に身に付けていくことが大切にされている。また,文部科学省(2013)は, 体力の向上に向けた指導の充実に関して,小学校の体育科において**「運動量の確保された授業 の充実」**を挙げている。このことを踏まえ、体力向上を図る体育科の学習においては、子ども たちに運動の楽しさを十分に味わわせながら、運動量をたっぷりと保障し、確実に資質・能力 を身に付けさせることができるように意識しながら授業を構成していく必要がある。また,福 岡県教育委員会が示した「平成26年 度全国体力・運動能力,運動習慣等調 査 調査結果報告書」の「児童質問紙 に関する調査結果の概要」における「体 育(保健体育)の授業でできるように なったきっかけ」には、男女ともに「先 生に個別にコツやポイントを教えても らった」「友達に教えてもらった」「友 達のまねをした」「授業中自分で工夫 した」の項目が上位を占めている (【資料15:(男子の結果を掲載)】)。 また, できるようになったきっかけ と体力合計点の相関を見てみると, 男女ともに,「**授業中自分で工夫した」** 子どもが、体力合計点が最も高いと いった結果が示されている【資料1 6】。これは、教師が授業中に子ども たちとたくさん関わりながら指導性 を発揮していくことはもちろん, 子 どもたち同士での関わりを意図的に 仕組んでいくこと, そして, **自分な** りに工夫をしながら主体的に運動に 取り組ませていくことの大切さが示 されていると考える。このような資 料やデータを踏まえ,体力向上を図 る体育科学習は、「運動量の保障」「楽 しさの享受」を土台とし、次のよう な3つの視点を大切にしながら、学 習を積み上げていくことで3つのめ ざす姿を高めていくことにつなげて いきたいと考える(【資料17】)。

	小学生 男子	
順位	選択項目	数値 (%)
1	先生に個別にコツやポイントを教えてもらった	40. 7
2	友達に教えてもらった	40. 1
3	先生や友達のまねをした	37. 6
4	授業中自分で工夫した	30. 5

平成26年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査 調査結果報告書をもとに作成

【資料15:授業でできるようになったきっかけ】

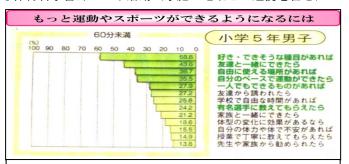




- 主体性・・・自ら進んで運動し、課題を見付けたり解決したりすることができるように
- 関与性・・・教師や友達と関わりながら、楽しさや資質・能力を高めていけるように
- **創造性・・・**楽しさや資質・能力を高めるために**工夫する**ことができるように

(2) 学校の実態に合った継続可能で計画性のある体育科学習外の日常活動(家庭・地域との連携を含む)

平成25年度全国体力·運動能力,運 動習慣調査報告書では,運動習慣が1週 間で60分未満の子どもたちに、「もっと 運動やスポーツをするようになるには」 という質問項目がある。結果をみていく と、「好き・できそうな種目があれば」「友 **達と一緒に**できたら」「自由に使える場所 があれば」「自由な時間があれば」といっ た回答(複数回答)をする子どもが多い ことが窺える(【資料18(男子の結果を 掲載)】)。つまり、体育の学習以外の日常 活動においては,可能な範囲で,運動を する「時間」を創出すること,運動をす る「空間」をつくること,「仲間」と一緒 に運動ができるように仕組むことが大切 であると考える。また、平成26年度の 福岡県小学校の体力向上プランにおいて は、各学校が定めている1校1取組の内 容は、始業前や休み時間、帯の時間など 教育課程外の取組として位置付けている



平成25年度全国体力·運動能力,運動習慣等調査報告書

【資料18:1週間の総運動時間60分未満の子どもの回答(男子)】



【資料19:体力向上を図る日常活動イメージ図】

場合が多い。このことから考えると、学校生活の中において、運動する機会の捻出が可能な時 間を見出し,無理なく効果が上がる取組を位置付けていく必要があると考える。さらに,体育 研究所が昨年度発行した「体力アップ福岡モデル」には,「体力向上は,継続性のない取組では **効果は期待できない**」こと、また、「あれもこれもと欲張っても**労力が大きすぎて**長続きをさせ ることができない」こと,「大切なのは, **長期的な展望を持って**, 地道に『継続』して積み上げ **ていく**」ことが述べられている。これに加え、平成27年7月に発行された「平成27年度福 岡県教育施策実施計画」においては、子どもの体力向上が「28の具体的な施策」の1つに位 置付けられている。その施策の方向として,「子どもの体力の現状を踏まえ, **計画的かつ継続的** な体力向上に向けた『体力向上プラン』の作成を通じ、各学校の実態に応じた体力向上を図る」 ことが示されている。このようなことから、日常活動においては、次のような視点で取り組む 内容を検討し、実践していくことが大切であると考える(【資料19】)。

- ○効率性・・・実態に合わせて、無理なく効果的に取り組むことができるように
- ○**継続性・・・**年間を通して,**続けて**取り組むことができるように
- ○計画性···長期的な展望をもち、見通しを持って、取り組むことができるように

Ⅲ 研究の実際と考察

【実践事例I】A小学校(学年での取組)

1 取組内容検討の経緯

〇 実態分析

まず、A小学校の体力に関する大まかな実態をつかむため、平成26年度の体力テストの分析を 行った。結果は、以下の通りである。

		握力	上体	長座	反復	2 0 m	50 ±	立ち	ソフトボール
			起こし	体前屈	横とび	シャトルラン	5 0 m走	幅とび	投げ
1年	男	0	0	0	0	0	0	0	0
'#	女	0	0	0	0	Δ	Δ	0	Δ
2年	男	Δ	Δ	0	Δ	Δ	Δ	0	Δ
2 #	女	Δ	Δ	0	Δ	Δ	Δ	0	0
3年	男	Δ	Δ	0	0	0	0	Δ	Δ
3#	女	Δ	Δ	0	Δ	Δ	Δ	Δ	Δ
4年	男	Δ	Δ	Δ	Δ	0	Δ	Δ	0
4 4	女	Δ	0	Δ	0	0	0	Δ	0
- -	男	Δ	Δ	0	Δ	Δ	Δ	Δ	Δ
5年	女	Δ	0	Δ	0	Δ	Δ	0	Δ
6年	男	Δ	0	0	0	Δ	Δ	0	Δ
0#	女	0	Δ	Δ	Δ	0	Δ	0	Δ

※ Δ·・・全国平均以下, 〇·・・全国平均以上

く考察>

1年生を除く学年において、全体として課題とする項目が多いことが分かった。学校規模や体力 テストにおける課題が学年によって違うことから、学年組織における取組の在り方を探っていきた いと考えた。そこで、本年度の体力向上プランには、児童の体力テスト等の実態分析をどのような 観点から行い、その実態を受けて、どのような目標や取組を設定しているのか調査を行う必要があ ると考えた。

〇 協議(管理職)

体力向上に向けた学校としての方針や取組状況について知るため、以下のように協議を行った。

日時	平成27年7月3日(金)
目的	協力校の体力向上に関する実態を把握する。
対象	A小学校管理職(校長,主幹教諭)

方	法	聞き取り
1-72	議	○5月に体力テストへ向けての共通理解を行った。
		○体力アップシート2000点全員達成に向けて,意欲喚起を行っている。
P	容	○年3回長縄集会を開き,回数を計測し,活性化に努めている。

〇 体力向上プランの分析

本年度の体力向上プランを見ていくと,以下のような「よさ」と「今後工夫できそうな点」が見 えてきた。

くよさ>

- 体力テストの結果を指標として,**達成可能な目標数値が設定**されている。
- **取組内容が重点化**されており、無理のない範囲で**達成可能な取組**が検討されている。
- 評価方法が明確で、達成の可否がわかりやすい。

<今後工夫できそうな点>

- 体育科学習の内容面に関しても**学年ごとに重点単元を決める**等、検討の余地がある。
- 長縄集会に向けての各学級が継続的に取り組んでいけるよう仕掛けが必要。

く考察>

学校においては、学力向上に関する取組もあるため、無理なくできる範囲で取組が検討されていた。体力向上プランに関しても、体力テストの結果から目標数値を設定し、評価につなげている点は、一貫していてわかりやすいと感じた。1校1取組である長縄は、以前長縄指導に長けた教員が在籍していたことがきっかけになっていたようだ。A小学校に関しては、学年での組織的な取組について経過をみていくことを念頭に、協力学年についての協議を行ったところ、6年生を対象に取組を行っていくことが決まった。そこで、学校の体力向上プランにある実態と目標、取組内容が6年生児童に適したものなのか調査していく必要があると考えた。また、6年担任を含め、全教職員に本研究について周知していくことが必要ではないかと考えた。

〇 説明(全職員)

本研究の概要について周知するため、以下のように、説明を行った。

日時	平成27年7月21日(火)
目的	研究の概要を説明し、協力校職員に研究の方向性に関する理解を求める。
対象	A小学校全職員
方法	資料をもとにした全体説明

⇒兄 日日	○ 子どもの体力向上について (先行研究から)
説明	○ 本研究における体力について (研究によって明らかにしていくこと)
内容	○ 組織的な取組について(具体的な取組に関する考え方)

<考察>

協議後、「うちの学年でもしてほしかった」という声があり、体力向上に向けた意識の高さを感じた。その後、6年生担任と顔を合わせたところ、運動能力があまり高くないという現状を少しでも良い方向にもっていきたいという強い気持ちが感じられた。今後、6年生担任と協議をしながら子どもたちの実態等を体力テストの実技に関する調査以外の様々な観点からも把握し、効果的な取組内容を検討していく必要がある。

〇 協議(学年主任)

具体的な取組を検討するために,以下のように協議を行った。

日時	平成27年8月12日(水)
目的	具体的取組の検討に向けて、内容を協議する。
対象	A小学校職員(第6学年主任)
方法	聞き取り
47.学	○ 第6学年の子どもたちの実態について
協議のお	○ 体育科学習でめざす子どもの姿について
の柱	○ 今後の取組について
	○ 子どもたちは、活発な子が多く、全体の3分の2程度の子は毎日外に出て遊んでいる。
	外に出ていない3分の1程度の子をどうにかしたいと考えている。身体的に障害を持つ
	子どもはいないが,体格的に課題がある子どもは何人かいる。
協議	○ 体つくり運動については、十分に実施できていない。体力テストの結果も高くないの
内容	で、この機会に体力を高めることに関心をもち、自ら運動をすることができるようにな
内谷	ってほしい。
	〇 長縄に関しては,1学期集会があったが,あまり集中的に取り組めていなかった。5
	年生の方がよく取り組んでいた。せっかく学校として位置付けているので, 2回目の集
	会に向けては意欲付けをしていきたい。

く考察>

子どもたちの実態と体育科学習の実施状況から、体力向上を図る体育科学習については、体つくり運動の指導を充実させることがA小学校の6年生の子どもにとって必要ではないかと考えた。日常活動に関しては、**運動に対する実態(好嫌度)についても把握分析**し、意欲的に取り組んでいけるよう仕組むことが大切であると考えた。

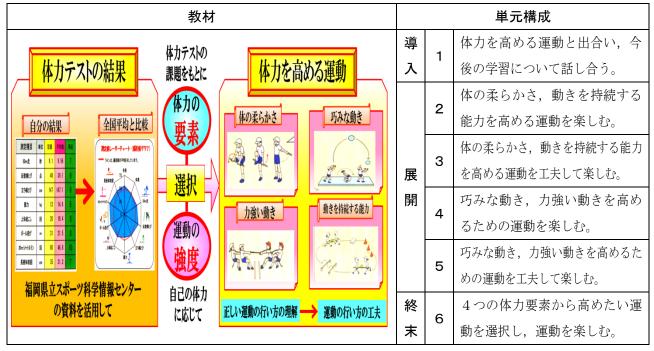
2 具体的取組の結果と考察

- (1) 体育科学習について
- 第6学年「めざせ!体力アップ!!」(A体つくり運動 イ体力を高める運動)の実践
- ① 体力向上に係る本実践の工夫点

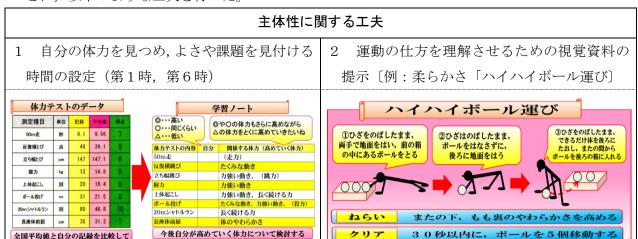
本実践においては、体力向上の必要性を感じながら、主体的に体力を高めていくことができる ように、以下の目標のもと、教材を開発し、単元を構成して学習を展開した。

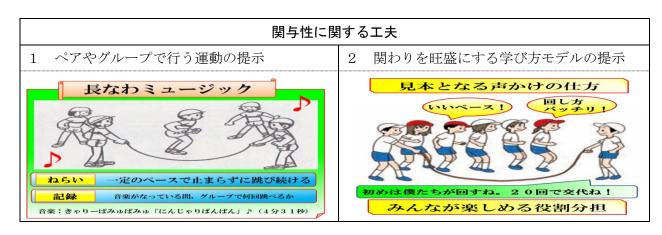
< 目標>

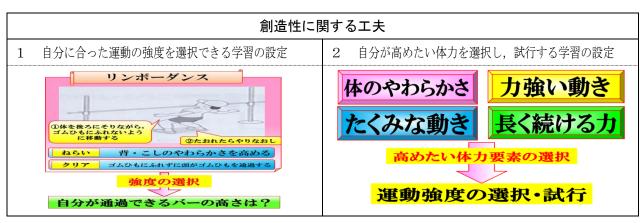
- 体の柔らかさ、巧みな動き、力強い動き、動きを持続する能力を高める ための運動のねらいに合った正しい動きができるようにする。 【運動】 体力を高める運動に進んで取り組み、約束を守り、仲間と助け合って運 2 【態度】 動をすることができる。
- 自己の体力に応じた運動 3 体力を高める運動のねらいや行い方を理解し, の種類や強度を選ぶことができる。 【思考・判断】



また、本実践では、体力向上に向けた授業づくりの3つの視点(前掲p.8【資料17】)をも とに、以下のような工夫を行った。







② 学習指導の実際と考察(第1時~第6時)

導入段階(第1時)

<ねらい>

4つの体力要素と自分の体力の特徴を知り、体力を高めることに関心をもち、今後の学習への期待感を持つことができるようにする。

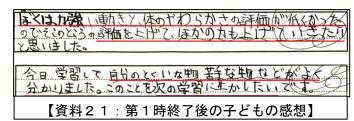
<子どもの活動の様子と教師の支援>

まず、体力について、子どもに問いを投げかけながら確認していった。教師が「体力って、よく聞くと思うけど、一体どんな力が体力なんだろうね」と尋ねると、「素早く動く」「持久走が早い」「力持ち」などの答えが返ってきた。その後、子どもの回答と関係付けながら、4つの要素(巧みな動き、体の柔らかさ、力強い動き、動きを持続する能力)について、板



書で整理した。次に、自己の体力テストの結果をもとに、本時学習について話し合った(【資料20】)。 その際、福岡県スポーツ科学情報センターが作成している体力テストの個別データを活用した。具体 的には、全国の体力平均値と比べ、自分の体力は特にどの要素が高いのか、反対にどの要素が低いの

かを学習ノートに記入させることで、自分の体力の特徴や課題を把握することができるようにした。 子どもたちは、「わたしは、体が硬いことが分かったので、少しずつ柔らかくなりたいです」「僕は、 巧みな動きが高いことが分かった。この学習を通して、もっと高まるように運動に取り組みたいです」など、自分の体力と向き合い、前向きなめあてを持つことができていた。その後、今後の学習への期待感を持



つことができるように、4つの要素を高めていくための運動例を提示し、ペアやグループで実際に運動を行わせた。子どもたちは、とても楽しそうに運動に取り組み、【資料21】のような感想を持つことができた。

く考察>

体力テストのデータをもとに、自分の体力を見つめる時間を設定したことで、【資料21】のように、自己の体力の特徴や課題を見出し、自分の体力を高める見通しを持つことができたことが窺える。また、4つの体力要素を高める運動を提示し、ペアやグループで実際にやってみさせたことで、仲間と共に運動を楽しみながら今後の学習への期待感をもたせることができたと考える。

展開段階 (第2時~第5時)

<ねらい>

4つの体力要素を高めることができるように、運動の目的を理解しながら楽しく運動したり、自分の今の体力に合うように運動の強度を調節しながら工夫して運動したりして、仲間とともに体力を高めることができるようにする。

<子どもの活動の様子と教師の支援>

展開の4時間は、小学生の発達段階とそれぞれの体力を高める運動の特徴を考慮し、無理なく楽しく運動をすることができるように、「体の柔らかさを高める運動」及び「巧みな動きを高める運動」を中心とし、運動を構成した。具体的には、「体の柔らかさを高める運動」と「動きを持続する能力

を高める運動」を組み合わせ、「巧みな動きを高める運動」と「力強い動きを高める運動」を組み合わせて内容を構成した。学習展開は、まずは運動の正しい行い方を理解させ、次時にその運動を自分の体力に合うように工夫させて行わせた。それぞれの時間の活動の様子と支援について述べていく。

第2時は、「体の柔らかさを高める運動」と「動きを持続する能力を高める運動」のよさと行い方を正しく理解することがねらいである。まずは、それぞれの運動を行うとどんなよさがあるのか



【資料22:運動のよさと運動の行い方を示す板書】

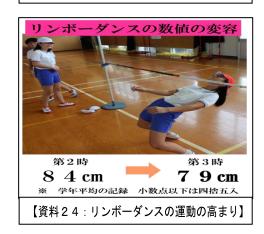
を子どもたちに問いかけた後、内容を板書で整理した(【資料22】)。その後、視覚資料を活用したり、 教師がやってみせたりして、運動の正しい行い方を全体で共有した。子どもたちは、それぞれの運動 を正しく行うポイントをうなずきながら聞き、「早くやってみたい」と声を上げ、意欲を高めていた。 実際の運動場面では、正しく運動ができていない友達に「ひざが曲がっているよ」「今のは反則。やり 直しやね」とお互い正しく行うことを理解しながら運動を行うことができていた。また、ペアやグル ープの友達に「あと少し!」「お~,これは最高記録やね」など,お互いに励まし合ったり肯定的な声かけをし合ったりして楽しく運動をすることができていた。見本となる声かけをしたり、役割を上手に分担したりしながら活動しているペアやグループをモデルとして提示し、全体で共有することで、学び方のよさが全体に広がり、学習を活性化することができた。

第3時は、「体の柔らかさを高める運動」と「動きを持続 する能力を高める運動」を自分の今の体力に合うように運 動の強度を調節しながら工夫して運動することができるよ うにすることをねらった。まずは、板書で、前時に行った 運動を振り返らせ、正しい行い方を確認するとともに、本 時のめあてについて話し合った。初めに、2つの体力要素 を高める運動を自分の体力に合うように工夫することがこ の時間のねらいであることを共有し、それぞれの運動に関 する工夫の視点を全体で話し合った。子どもたちは、運動 の難易度を上げて、もっと楽しい運動になるように考えな がら積極的に意見を出し、自分たちが行う運動に意欲を燃 やしていた。次に、みんなで話し合った工夫の視点を板書 で整理し、実際に運動を行わせた。活動中は、強度を徐々 に上げていきながら、「これは自分には難しすぎたから、こ のレベルから少しずつ高めていこう」「もっと高いレベルで できそうだぞ」などと、自分の体力に合わせて、ペアやグ

ループの友達と楽しみながら運動を工夫する姿が多く見られた(【資料23】)。第3時の学習ノートから、子どもたちの取り組んだ運動の記録を示したのが【資料24】である。第3時終了後の子どもの感想には、【資料25】のように、運動のよさを知ることができたこと、運動の強度を上げることでさらに楽しく運動ができたことに関する内容が多く見られた。



【資料23:運動を工夫して楽しむ子ども】



体がやわらかいと、関セクの動くはんいかながることも、筋動がやわらかくなったり、いっぱいメリットがあるからいいなど思いまただから、家でもしてみたいです。 一番して楽しかったのはできる上とかに立って、ボールをかごからちがうかごへ運ぶやってなしまと、体がやわらかいので、簡単だったけど、しべれを上げていくと、難しくなって、レベルを上げたいくと、難しくなって、レベルを上げたいくと、難しくなって、レベルを上げたいくと、難しくなって、レベルを上げたいくと、難しくなって、レベルを上げたいくと、難しくなって、レベルを上げたいくと、まけました。

【資料25:第3時終了後の子どもの感想】

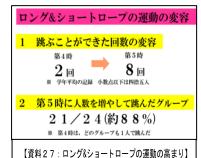
第4時は、「巧みな動きを高める運動」と「力強い動きを高める運動」の内容と運動の行い方を正しく理解することがねらいである。まずは、「巧みな動き」「力強い動き」とは、どんな動きのことをいうのかを板書で整理した。その後、第1時で紹介した運動を想起させながら、運動例を板書で示したり、教師がやってみせたりして、運動の正しい行い方を全体で共有した。子どもたちは、新しい運動が紹介されると、「お~、楽しそう」「それやってみたい」と声を上げながら、運動を行うことに期待感を高めていた。実際の運動場面では、ペアやグループでタイムを計測しながら声をかけ合ったり、タイミングを調節したりしながら笑顔で運動をする姿が多く見られた(【資料26上部】)。

第5時は、「巧みな動きを高める運動」と「力強い動きを高める運動」を自分の今の体力に合うように運動の強度を調節しながら工夫して運動することができるようにすることをねらった。第3時の学び方を生かしながら、工夫の視点を全体で話し合い、運動を行わせた。特に、「ロング&ショートロープ」では、跳ぶ人数を増やしたり跳び方を変えたりしながら自分たちの力に合わせて難易度を上げていき、仲間と楽しそうに運動する姿が多く見られた(【資料26下部】)。その他の運動においても、前時の運動をもとに、自分の体力に合わせて考えながら運動をすることで、より楽しい運動を行うこ

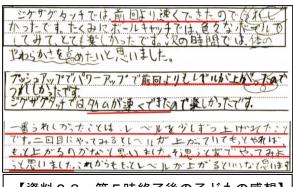


【資料26:運動を工夫して楽しむ子ども】

とができていた。【資料2 7】は、第4時と比較し た運動の結果(一部)で ある。また、第5時終了 後には、【資料28】のよ うに、レベルを上げるこ とができた喜びに触れた



内容の感想を書く子どもが多く見られた。



【資料28:第5時終了後の子どもの感想】

<考察>

第2時,第4時において,運動のよさについて話し,全員が楽しくできそうな運動を提示して,運動を正しく行わせたことで,運動のよさを感じながら,運動の正しい行い方を理解しつつ,楽しく進んで運動をする姿へと高めることができたと考える(主体性の高まり)。また,よい学び方をモデルとして提示し、全体に広げたことは、ペアやグループでの活動の更なる活性化につながったことから,関与性を高める上で効果があったと考える。

第3時,第5時においては,正しい運動の行い方をもとに,自分たちの体力に合わせて運動の強度を工夫させる学習を仕組んだことで,動きを高めることができたことが【資料24,27】から窺える。また,【資料25,28】の感想から,自分の体力をもとに,運動の難易度を上げていくことで,運動の楽しさも高まっていったことが読み取れる(創造性の高まり)。一方,全体を見渡すと,運動を行ってから次の運動に取りかかるまでに時間があいていた子どもも一部見受けられた。学習後にそのことについて尋ねると,「どの運動もできたから」という答えが返ってきた。同じ運動をすることに若干飽きがきていたようである。第3時,第5時においても,前時と同じ運動だけでなく,新しい運動も提示することで,全ての子どもたちがもっと楽しく学習する姿を期待できるのではないかと考えた。

終末段階(第6時)

<ねらい>

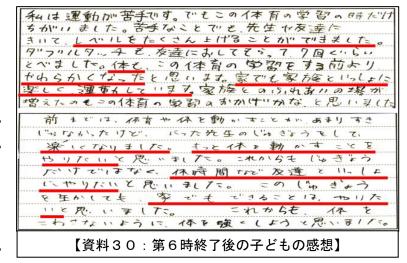
自己の体力や現在の体力テストの課題に応じて運動の種類や強度を選び、楽しく運動に取り組むことができるようにする。

<子どもの活動の様子と教師の支援>

単元のまとめとなる第6時では、まず導入時に、再度 体力テストの結果とこれまでの学習をふり返らせ、高め ていきたい体力要素を選ばせた。その際、前時の反省か ら「巧みな動きを高める運動」に関しては、若干停滞気 味の子どももいたため、新しい運動として「ダブルダッ チ」「バランス棒」を提示し、意欲を喚起した。「巧みな 動きを高める運動」を選択した子どもたちは、前時の運 | 【資料29:抽出児の運動の高まり】

抽出児	高めた体力要素と	と具体的内容	第1時	第6時
A 児	体の柔らかさ 「ハイハイボール運び」 (板目の数の変容) 中央からかかとまでの 板目の枚数は?		5枚	9枚
B 児	巧みな動き 「ロング&ショートローブ」 (跳ぶ回数の変容) 友達2人に回してもらい、 続けて跳んだ回数は?		10	16回
C 見	力強い動き 「ブッシュアップでパワーアップ」 (跳び箱の段数と 回数の変容) 負荷(跳び箱の段数)と 実際にできた回数は?		2段 3回	7段 10回

動をさらに高めようとグループでく り返し行ったり、新しい運動にチャ レンジしたりしながら楽しく運動す る姿を見ることができた。その他の 運動を選んだ子どもたちについても, これまでの記録の更新を目指したり, 楽しみ方を広げたりしながら自己の 体力に合わせて活発に取り組む姿が 見られた。抽出した3名の子どもが 取り組んだ運動とその運動の結果を,



【資料29】に示した。また、学習

後には、【資料30】のように、これまでの学習に充実感を持ったり、自己の体力に向き合ったりしな がら、今後も運動を続けていきたいという感想を持つ子どもが多くいた。

く考察>

【資料29】から、子どもたちは運動を楽しく行いながら、自分なりに選んだ運動の強度を上げ て運動に取り組んでいたことが分かる。また,【資料30】の学習後の感想から,子どもたちの多く が「体力を高める運動」の学習において、友達と楽しく行えたこと、自分の力に合わせて高める体 力の要素や運動の強度を選択できたこと、満足感や成就感を持っただけでなく、今後も運動を続け ていきたいといった日常化につながる感想を持ったことが窺える。以上のことから、第6時に、自 分の体力や学習経験をもとに、高めたい体力要素を選ばせ、運動に取り組ませたことは、主体性、 関与性、創造性を高める上で効果があったと考える。

③ A小学校における体力向上を図る体育科学習に関する全体考察

体育科学習については、体つくり運動の「体力を高める運動」を6時間で構成し、実践を行って きた。その結果、体つくり運動最後の学習ノートの感想において、約90%以上の子どもたちが、 今後の生活で続けていきたいと記していたこと、そして、その後の調査によると、実際に日常の中 で、学習で行った運動をやってみた子どもが約75%いたことが分かった。また、学習ノートの各

時間のねらいに応じた自己評価において,第2時・第4時で「正しい運動の仕方を身に付けることができましたか」,第3時・第5時では,「運動を自分の体力に合わせて工夫することができましたか」の項目を分析したのが【資料31】である。ここからは,第2時から第5時までの全ての時間において,満点の4ポイントに近い平均数値を示していることが見て取れる。このことから,多くの子どもたちが,正しい運動の仕方を身に付け,自分の能力に応じて,運動を工夫できたことが窺える。さらに,体育の学習に関して,子どもたちにとったアンケートの結果を学習前と学習後で比較すると【資料32】のようになった。この結果を見ると,体育の学習に対する肯定的な気持ちが高まっていることが分かる。これは,体力テスト

各時間のねらいに関する学習ノートの自己評価の集約

質問項目	運動の正しい行 ことができ	い方を理解する きましたか	運動を自分の体力に合わせて 工夫することができましたか		
時	第2時	第4時	第3時	第5時	
平均数值	3. 9	3. 8	3. 5	3. 7	

※「4・・・とても、3・・・やや、2・・・あまり、1・・・ぜんぜん」の4段階で回答した自己評価 ※子どもが回答した段階の数値を点数化し、6学年の平均数値を算出した

【資料31:体力を高める運動の自己評価の平均数値】

体育の学習に関する事前・事後アンケートの集約						
番号	質問項目	事前	事後			
1	体育の学習は楽しいですか	2. 8	3. 4			
体育の	体育の学習中の自分について					
2	めあてをもって学習していますか	2. 9	3. 2			
3	自分から進んで運動していますか	3. 1	3. 3			
4	もっと楽しくなるように (上手に なるように) 工夫していますか	2. 2	3. 2			
5	友達と協力して活動していますか	2. 4	3. 1			

※「4・・・とても、3・・・やや、2・・・あまり、1・・・ぜんぜん」の4段階で回答した自己評価 ※子どもが回答した段階の数値を点数化し、6年生の平均数値を算出した

【資料32:体育の学習に関する事前・事後アンケートの変容】

のデータを見つめさせたり、体力を高めるよさや必要感について話し合ったりしたことで、体力を身近に感じながら、運動意欲を喚起させることができたのではないかと考える。また、4つの体力要素を高めることができるように、できる限り誰もがいつでも手軽に行うことができる取り組みやすい運動を精選し、視覚資料で提示したことで、運動が苦手な子どもでも積極的に学習に取りかかることができた効果が表れているのではないかと考える。また、「友達との協力」「運動の工夫」について尋ねた項目では、特に高い伸びが窺える。これについては、友達と一緒に活動する時間を設定したこと、運動の強度を自分の実態に合うように選択できるように仕組んだことで、もっと自分に合う運動になるように工夫しながら運動意欲を継続させることができたと考える。しかし、これらの運動を継続していける仕組みを学習前に整えていなかった。大め、学習後、継続して運動に取り組む姿へと高めるまでに至らなかった。今後は、運動の習慣化を図る日常活動を体つくり運動の学習と関連させ、授業と合わせて事前に検討しておくことが大切になると考える。

(2) 日常活動について

① 「体つくり運動」後の子どもの様子と今後の方向性

6年生担任からの聞き取りでは、体力を高める運動の学習後も、体育の学習前の準備体操で柔軟体操を取り入れるなど、体育の学習においては少しずつ継続しているようだった。日常においては、学習で行った運動を教室や家でやってみたという話をする子どももいた。しかし、実際に昼休みに運動する機会はあまり増えていないようであった。また、学校の取組として、年3回長縄集会を行っており、10月末に2回目の集会を終えている。学年全体として、どの学級も少しずつ回数は増えてきたが、まだ十分に意識が向いていないとのことだった。授業後しばらくして、6年生の各学級において、授業後の運動実施状況について聞き取りを行った。「授業後、授業で行

った運動をやってみましたか」「(やってみた人は) どんな運動をやってみましたか」「今も継続して行っていますか」という問いの結果,以下のようになった。

	行った	行った人の内訳〔複数回答〕(%)				行って	継続して
	(%)	柔らかさ	巧みな動き	力強さ	長く続ける力	いない [%]	行っている[%]
1組	8 5	4 5	6 1	4 5	3 3	1 5	1 2
2組	6 4	4 3	4 8	4 2	1 8	3 6	6
3組	8 2	6 7	5 5	5 6	1 2	1 8	1 5
計	7 7	5 8	5 5	4 8	2 1	2 3	1 1

クラス間で若干の違いはあるが、体つくり運動の授業後に何らかの形で、授業で行った運動を やってみた子どもは、先述した通り約75%以上いたことが分かった。しかし、継続的に運動に 取り組んでいた子どもは、各クラスともに約10%前後しかおらず、継続的に運動に取り組むし かけが必要であると感じた。運動に対して前向きな意識をもちながらも、なかなか運動を続ける ことができていないのは、様々な要因(他にやりたいことがある、一緒にする友達がいない、外 に出るのが面倒など)が考えられるが、1つは、運動をするきっかけがないからではないかと考 える。

そこで、体力を高める運動の学習経験と発達段階、事前アンケートの結果を踏まえながら、体力アップ福岡モデルを活用し、誰でも取り組むことができる運動をプログラミングしていくことで、運動機会の向上を期待したいと考えた。運動をするきっかけとなる3間(時間、空間、仲間)を創出することで、全ての子ども達の体力向上につなげていくことができるのではないかと考える。具体的には、体つくり運動の学習で特に意欲的だった「巧みな動きを高める運動(ボール、縄を使って)」と「体の柔らかさを高める運動」を取り上げるとともに、長縄の取組の活性化をめざし、3つの活動を仕組むこととした。

② 活動の内容及び結果と考察

A小学校における日常活動のねらいと取組内容を整理すると以下のようになる。

	ねらい		取組内容等
ア	巧みな動きの向上をめざして	Α	チャレンジカード、レベルアップカードの活用
		В	体力アップ掲示板の活用
		С	ジャンピングボードの設置
1	体の柔らかさの向上をめざして	Α	柔らかさアップカードの活用
		В	柔らかさグランプリの開催
ウ	長縄の取組の活性化をめざして	Α	各学級の最高記録を掲示する掲示板の活用
		В	長縄への意欲を喚起するプレ長縄集会の開催

ア 「巧みな動き(ボール、縄を使って)」の向上を目指して

まずは、体力を高める運動の授業の中で行った運 動をもとに、ボールや縄を使った運動を教師がピッ クアップし作成したチャレンジカード【資料33】. レベルアップカード【資料34】を配付し、行い方 を共有した。そして、昼休み等の時間を使って、運 動にチャレンジするようにした。クリアした運動は、 一緒にやった友達にサインをもらい、全て達成した ら、その日のうちに教室の達成者カード入れに提出 するようにした。体育委員は、次の日の朝来たら、 達成者のネームプレートを学年掲示板に掲示し、カ ードをカード入れに戻すようにさせた。レベルアッ プカードも平行して行えるようにした。自己記録を 更新したら,カードに記録を更新していく。学年記 録を更新したら、体育委員に申告し、名前と回数を 掲示板に掲載するようにした。この取組を約1ヶ月 間続けることにした。



【資料33:チャレンジカード ボール編】



【資料34:レベルアップカード ボール編】

取組を行うに際し、まずは、給食時間を活用し、体力を高める運動の学習と子どもたちの興味関心を基に選択した運動を紹介した。子どもたちは、「お〜、楽しそう」「これならできそう!」などの声

を上げながら、興味を持って説明を聞いていた。また、掲示板を活用し、達成者の名前を掲示板に掲示したり、記録を更新したりしていくことを伝えることで、意欲を高めることができたようだった。

昼休みに、教師も一緒にすることを伝えると、日ごろ外遊びをしない女子も、「今日は何もないのでやります!」と進んで活動しようとしていた。体力を高める運動で行った「ダブルダッチ」等の縄を使った運動やボールを使った巧みな運動



【資料35:チャレンジカードの運動に挑戦する子ども】

など、自分ができそうな運動を選び、楽しく遊ぶ姿が見られた(【資料35】)。また、二重跳び練習用にジャンピングボードを設置することで、時間いっぱいまで繰り返し交代で取り組む子どももいた。 しかし、始まって2週間ほど経過した後、カードの取組状況を見てみると、達成者はほとんどいないことが分かった。子どもたちに聞いてみると、以下のことが分かった。

- ・ 委員会や総合的な学習の時間に関する課題等で、昼休みになかなか時間がとれない
- ・ 教師が一緒にできない時は、あまり取り組む気持ちになれない
- ・ 昼休みには、友達とすることが決まっている
- ・ 何回やってもできない運動がいくつかあり、達成できそうにない

これらのことから、巧みな動きの向上に向けた取組について、以下のように考察する。

<考察>

運動を次々に試しながら楽しむ姿が見られたのは、やったことのない新しい運動だったことや体 つくり運動の学習で味わった運動の楽しさを想起したことが考えられる。また、ジャンピングボー ドを設置することで、日ごろ取り組むことが少ない二重跳びにもチャレンジする姿が見られた。し かし,カードの達成については、**内容の難しさや取り組む時間の不十分さ**から意欲を継続すること ができなかった。1ヶ月という長い期間,自分がやれる時に,やれるものを子どもたちの自得に任 せる方法では、十分に効果が上がらないことが分かった。

イ 「体の柔らかさ」の向上を目指して

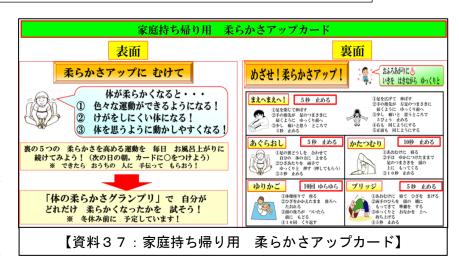
「体の柔らかさ」の向上に向けては、体つくり運動の学習 で行った運動を、その後の体育学習の準備体操で行っている よさを継続しつつ、家庭でもお風呂上がりに行える運動を紹 介し、「柔らかさアップカード(【資料36】)を活用し、4週 間継続して行うことができるようにした。カードは、毎週月 曜日の朝に学級担任が配付するようにした。柔軟性を高める ための運動は多くあるが、その運動をすることが苦痛になっ てしまっては、継続して取り組むことが難しくなる。そこで、 以下の4つの観点から運動を精選した。



【資料36:柔らかさアップカード】

- 用具を使わずにできるもの
- 誰でもできる簡単なもの
- 短い時間でできるもの
- 一人でもできるもの

手軽にできるこれらの運動 は、柔軟性の効果的な高まり が期待できるお風呂上がりに 行うこととした。カードは, 家に持って帰ると評価がしに くくなるため, 学校に置いて おき、子どもたちには、家庭 用として, 行い方が書かれた 別のカード(【資料37】)を 配付した。そして、朝、登校



してきたら、昨日のお風呂上がりに行った運動を想起させ、カードに○をつけさせた。また、意欲的 に行えるように、柔らかさポイントを設定した。柔らかさカードの5つの運動が1つできると、1ポ イントが加算され、1週間全て行うことができたら合計30ポイントゲットできるようにした。ポイ

ントは、体育委員が毎週金曜日の昼休みに学級毎に集計し、学級平均値を 掲示板に掲示することとした。その取組を4週間続けて行った。

さらに、12月の第3週に、「体の柔らかさグランプリ」と称したイベント(【資料38】)を行うことを予告し、目的意識を持って運動を継続できるようにした。「体の柔らかさグランプリ」では、体つくり運動の学習で行ったものを入れ、どれだけ伸びたかを測定することで、全ての子どもに伸びを実感させるとともに、それぞれの運動でのチャンピオンを表彰する。

取組が始まると、「昨日、久しぶりにやってみたら、少し硬くなっていました。また柔らかくします」等、子どもたちは、体力を高める運動の学習を思い出しながら、前向きに取り組んでいるようであった。毎週、【資料39】のように、体育委員がその結果を集約し、学級の平均値を



【資料39:集計をする体育委員】



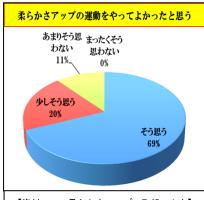
【資料38:柔らかさグランプリ】



【資料40:柔らかさ掲示板】

【資料40】のように掲示板に記入した。その後、各学級で発表させることで、意欲的に続けていけるようにした。子どもたちに途中経過を聞くと、「全部はできていないけど、続けている」「お家の人にも協力してもらいながら、毎日必ずやっている」「兄弟と一緒に楽しくやっている」など、前向きに続けている感想が聞かれた。一方、「習い事の関係で、なかなか時間がつくれない」「もともと体が硬すぎて、取り組む気になれない」などといった正直な感想を聞くこともできた。その後も引き続き取組を続け、最後に「柔らかさグランプリ」を開催した。子どもたちは、「お~、前

より伸びた!」と喜んだり、思うように結果が出なくて、「もう一回していいですか?」と意欲的に取り組んだりする子どももいた。柔らかさアップカードの取組結果は、【資料41】の通りである。また、



【資料42:柔らかさアップの取組のよさ】

週1回 週2回 8% 9% 毎日 34% 週4回 16% 週5回 24%	711 211 -	 プード」の取組結果 √12月18日)
16% 週5回	週3回	
※ 土・日でどちらか1回行ったら、1回にカウントし、適6回を毎日として最高値とした。 取り組む運動も5つのうち、1個でもしていれば1回とカウントした。		

【資料41:柔らかさカードの取組結果】

長座体前屈の数値の変容							
	26年度 全国平均値(cm)	5月 体カテスト(cm)	12月 柔らかさグランプリ(cm)				
6年男子	34. 1	34	37. 3				
6年女子	39. 7	38	42. 6				
	リンボータ	ブンスの数値の変	变容				
リンポーダンス		9月 体つくり運動第2時(cm)	12月 柔らかさグランプリ(cm)				
SHERACEPENG SIDECARDO25	6年男子	86	80				
DSN: R-CLORDSDSSS 997 SLOSCLARGESSLOSES	6年女子	82	76				

【資料43:柔らかさグランプリの結果】

事後アンケートにおいて、柔らかさアップの取組のよさを実感しているか質問した。その結果、【資料42】のようになった。さらに、柔らかさグランプリの結果をまとめたものが【資料43】である。 このことをもとに、「体の柔らかさ」の向上に向けた取組について以下のように考察する。

く考察>

【資料41】から、74%の子どもたちが、週4回以上運動に取り組んだこと、【資料42】から、89%の子どもたちがこの取組のよさを感じていることが分かる。その結果、柔らかさグランプリにおいても、【資料43】から、全体として平均数値を向上させることができたことが窺える。この結果から、この取組のよさについて考えると、取り組む運動を4つの視点をもとに精選し、取り組む期間を4週間と限定したこと、お風呂上がりというタイミングを示したこと、行う運動の秒数を示し、短い時間でできるものにしたことが挙げられる。また、取り組んだ運動を毎日チェックさせ、毎週体育委員が取組結果を評価したことは、取り組む意欲を継続した一因ではないかと考える。

ウ 「長縄の取組」の活性化に向けて

校内で年3回行われる長縄集会の前には、各学級ともに切磋琢磨しながら練習をしている状況だったが、2回目の集会が終わると、目的意識が減退し、なかなか気持ちが向かないようだった。そこで、長縄の取組については、記録を更新できるように仕組みを整えることで、取組への意欲を喚起しようと考えた。具体的には、福岡モデルのアイデアを活用し、



【資料44:長縄最高記録記入用掲示板】

全クラスの長縄最高回数を記録できる掲示板(【資料 4 4】)を作成し、記録が更新されたら体育委員が書き替えることができるようにした。記録が掲示されると、他の学級の回数をチェックしながら、「練習せないかんね」「負けたくないね」など、意欲を燃やす子どもたちもいた。しかし、「やりたいけど、なかなかみんな集まらんのよね」「練習しても記録が上がらない」など、困り感を持っている子どももいた。実際、掲示板に回数を掲示するだけでは、取組に直接つながらず、平行線をたどっていた。そこで、校内での3回目の集会の前に、6年生だけで「プレ長縄集会」と称したイベントを開催することで、練習の必要感を感じさせ、運動の日常化へのきっかけを生み出せるよう期待した。

<考察>

校内で行う長縄集会が終わった後、目的意識が薄れていった様子から、子どもたちにとって長縄 集会は、1つの目標になっていたことが分かる。各クラスの最高回数を「見える化」することが、 子どもたちのライバル意識に火を付け、切磋琢磨する姿につながると考えていたが、掲示板に掲示 するだけでは、思っていたように意欲は高まらないことが分かった。3回目の長縄集会の存在を意 識させ、学年全体で共同的に取り組もうとする風土を構築していくことが大切ではないかと考えた。

③ A小学校における体力向上を図る日常活動についての全体考察

【資料45】は、運動に関するアンケートの事前事後の結果を集約したものである。この結果から、子どもの運動に対する意識が全体的に向上していることが分かる。この要因として考えられるA校における日常活動について考察していく。

運動への意識に関する事前・事後アンケートの集約 A校 6年生(4点満点)					
番号	質問項目	事前	事後		
1	運動やスポーツをすることが好きですか	2. 8	3. 3		
2	運動やスポーツをすることは得意ですか	2. 5	2. 5		

【資料45:運動への意識に関するアンケート結果】

体の柔らかさの向上を目指した取組においては、【資料41,42,43】のように、一定の成果を上げることができた。これは、取り組む運動を、<u>手軽にできるように4つの観点(p.22参照)から精選したこと</u>、取り組む期間を限定したこと、運動を行うタイミング・時間を示したこと、運動の行い方を明確にしたこと等が、有効に働いているのではないかと考える。また、取組の最後に、「体の柔らかさグランプリ」を行うといった成果を発揮する場を目標として設定したことや体育委員が取り組んだ運動の結果を掲示板に示して評価する機会を設けていたことも関係していると考える。

巧みな動きの向上を目指した取組においては、<u>やったことのない多様な運動に出合わせた</u>り、ジャンピングボードなどの非日常的な感覚を楽しめるものを設置したりすることで、子どもたちは、意欲的に運動へと向かうことが分かった。しかし、チャレンジカード、レベルアップカードの取組は、なかなか思うように効果が上がらなかった。取り組んできた内容と子どもの姿から考えると、意欲を喚起したり継続したりすることができなかった原因として、以下のことが考えられる。

ア 設定する目標とゴール像の内容が不十分だったこと

1つは、運動の内容が一部難しかったことが挙げられる。子どもたちからも、「何回やってもクリアできなかったものがあった」などの声があった。内容の見直しが必要である。

2つは、達成の条件が難しかったことが挙げられる。8つの運動を全てクリアすることは、運動の苦手な子どもにとってハードルが高すぎたことが分かった。例えば、「8つの運動の中から4つを選択してクリアしたら達成」など、条件を緩和することが必要である。

3つは、ゴール像の内容が不十分だったことが挙げられる。「チャレンジカード達成者は、掲示板に名前が載る」というゴール像を共有して活動に取り組ませたが、これだけでは、活動意欲を喚起するには不十分だった。達成者には、「縄跳びマスターの称号と賞状が授与される」、「一番達成者の多い(達成率の高い)クラスを表彰する」等、魅力的なゴール像を共有させる必要がある。

イ 取り組む内容、期間、時間が焦点化されず、自由度が高かったこと

取組内容として、「縄編」「ボール編」を同時に提示したこと、休み時間ならいつでもできるようにしたこと、一ヶ月という長い期間続けたことで、子どもたちが自由にできる環境を整えようとした。しかし、そのことが逆効果となってしまったのではないかと考える。何をいつするのか等、活動内容、時間が定まっていなかったため、活動意欲を継続させることができなかったと考える。

ウ 活動の途中で、取り組んだことを評価する仕組みができていなかったこと

子ども自身がよさを実感できる仕組みを整えることができていなかったため、活動を始めても、 意欲が継続しなかったと考える。取組を始めた子どもやあと少しで達成できる子どもを掲示物等で 「見える化」することで、達成への後押しをすることができるのではないかと考える。また、<u>教師</u> も一緒になって活動をし、高まりを即時フィードバックすることも有効な手立てとなると考える。

長縄の取組の活性化を目指したものは、掲示物に最高記録を掲示する等、環境を整備するだけでは、意欲は十分に高まらないことが分かった。<u>取り組んだ結果を「見える化」すること</u>に加え、学校行事等の機会を有効活用して、イベントを開催する等、<u>意欲を喚起させる目標を定める</u>ことが大切であると考える。

【実践事例II】 B小学校(全校での取組)

1 取組内容検討の経緯

〇 実態分析

まず、B小学校の体力に関する大まかな実態をつかむため、平成26年度の体力テストの分析を 行った。結果は、以下の通りである。

		₽4	上体	長座	反復	2 0 m	F0 ±	立ち	ソフトボール
		握力	起こし	体前屈	横とび	シャトルラン	50m走	幅とび	投げ
1 年	男	Δ	0	0	0	0	0	0	Δ
1 #	女	Δ	0	Δ	0	0	0	0	0
2年	男	0	0	Δ	0	0	0	0	0
2+	女	0	0	Δ	0	0	0	Δ	Δ
3年	男	Δ	Δ	Δ	0	Δ	Δ	Δ	0
3#	女	Δ	0	Δ	0	0	0	Δ	0
4年	男	0	Δ	Δ	0	0	0	0	0
4 +	女	0	0	Δ	0	0	0	0	Δ
5年	男	0	0	Δ	0	0	Δ	0	Δ
り年 	女	0	0	Δ	0	0	Δ	0	Δ
6年	男	Δ	Δ	Δ	0	0	0	0	Δ
0 #	女	0	0	Δ	0	0	0	0	Δ

※ △・・・全国平均以下、〇・・・全国平均以上

<考察>

各学年課題とする項目は違うが、高学年のソフトボール投げに課題があること、全体としては、 柔軟性が弱い傾向にあることが分かった。そこで、本年度の体力向上プランには、児童の体力テ スト等の実態分析をどのような観点から行い、その実態を受けて、どのような目標や取組を設定 しているのか調査をかける必要があると考えた。

〇 協議(管理職)

体力向上に向けた学校としての方針や現在の取組状況について知るため、以下のように協議を行った。

日時	平成27年7月6日(月)
目的	体力向上に関する学校としての方針や取組状況を把握する。
対象	B小学校管理職 (校長, 主幹教諭)

方法	聞き取り			
	○ 体育部として体力向上に向けた課題を話し合い,改善するといった一連の推進体制			
協議	はまだできていない。			
内容	○ 2年ほど前,学校独自の縄跳びカードを作成し,意欲付けを行ってきている。			
	○ 長縄集会を年に2回位置付けている。(6月, 3月)			

〇 体力向上プランの分析

本年度の体力向上プランを見ていくと,以下のような「よさ」と「今後工夫できそうな点」が見 えてきた。

くよさ>

- 体力テストで不十分だった柔軟性についての**数値目標**があり、取組について記されている。
- 体育の学習の改善に向けた取組(授業研の実施等)についての記述がある。

く今後工夫できそうな点>

- 課題である柔軟性の向上に向けた取組を具体的な内容にしていく必要がある。
- 体育科学習で、学校全体として位置付けていく内容を具体化する。
- 取組として書かれていることが多様にあるため、重点的に何を取り組んでいくのかを明確にしていく必要がある。

く考察>

学校においては、体力向上に向けた推進体制を整備していきたいものの、9月に別の教科等の研究発表会を控えていることや学力向上に向けての取組強化等により、十分な取組ができていない現状であった。縄跳びについての取組に関しては、管理職から見ても取組の目玉として位置付けられていることが窺えた。体力向上プランを基にして、体力の要素だけでなく、学校の推進体制等においても突破口を見付けていく必要性を感じた。そのためには、まず、本研究について全職員に周知しながら、共通理解を図っていくことが大切であると考えた。

〇 説明

本研究の概要について周知し、共通理解を図るため、以下のように、説明を行った。

日時	平成27年7月21日(火)					
目的	研究の概要を説明し、協力校職員に研究の方向性に関する理解を求める。					
対象	3小学校全職員					
方法	資料を基にした全体説明					
説明	○ 子どもの体力向上について(先行研究から)					
内容	○ 本研究における体力について (研究によって明らかにしていくこと)					
	○ 組織的な取組について(体育科学習と体育科以外の日常活動を2つの柱として)					

く考察>

どの学年も授業について関心を示し、「ぜひうちの学年で」という声が多く聞かれた。体育の学習の重要性を感じていることや、研修を深めたいと考えていることが窺えた。今後、研究主任や体育主任に体育科学習の実施状況や日常活動(1校1取組含む)の進捗状況、研修計画等について聞き取りを行っていきながら、体力向上に向けた学校の組織体制について検討するとともに、職員全体への意識調査を行い、体育科学習に対する課題や授業の改善・充実を図る有効な研修の在り方について検討していくことが必要であると考えた。

〇 協議 (研究主任)

体力向上に向けた校内研修について、以下のように協議を行った。

日時	平成27年8月6日(木)
目的	具体的取組の検討に向けて、学校の実態や取組に関する現状を具体的に把握する。
対象	B小学校職員(研究主任)
方法	聞き取り
4力学	○ 子どもの実態
協議	○ 体育科学習の取組状況について
の柱	○ 体力向上に関する一般研修について
	○ 元気な子は多いが、外に出ている子とそうでない子が二極化しているように感じて
	いる。
	○ 体育の学習に関しては、学年で打ち合わせをし、学習内容の確認はするが、共通し
協議	た取組にまでは至っていない。
内容	○ 体力テスト前に,一般研修として行い方等を共通理解する時間を設けたが,今年度
	それ以外の体力向上に関する研修は,研修計画の中に位置付けられていない。
	○ 体育研究会に所属している職員がいないので、体育科学習に関する研修の機会があ
	ると、学校としての底上げにつながる。

<考察>

エネルギーのある子どもたちが多いが、全体として十分に運動を習慣化できていない状況が見受けられる。実際に子どもたちへ運動に対する意識や習慣について調査を行い、その実態を把握する必要があると感じた。また、体育の学習に関して不十分さを感じている様子があることから、全職員に対して意識調査を行い、その現状や課題としていることについて把握していきたい。ここ数年、体育科に関する授業研修が十分に行われていない状況から考えると、9月以降、授

業を通して、全職員で体育科学習の在り方について考えていく必要がありそうである。

〇 協議(体育主任)

体力向上に向けた取組について,以下のように協議を行った。

口哇	平成27年8月17日(月)					
日時	一, 一					
目的	具体的取組の検討に向けて、内容を協議する。					
対象	B小学校職員(体育主任)					
方法	聞き取り					
協議	○ 日常活動(1校1取組含む)の進捗状況について					
	○ 体育科学習の現状について					
の柱	○ 家庭・地域との連携について					
	○ 長縄については、6月に1回、集会を実施した。次回は、3月の予定なので、それ					
	に向けての継続的な取組になるよう意欲付けが課題である。					
	○ 短縄については、9月以降、雨の日に体育館を開放し、カードを活用しながら意欲					
協議	付けをしていく予定がある。					
内容	○ 体育科学習については、教師主導になっていることが多いと感じる。低学年から子					
	どもたちが進んで運動する体育科学習について、みんなで考えることができれば、運					
	動好きな子どもも増えていきそう。					
	○ 家庭や地域と連携した取組は理想だが,まだそこまで至っていない。					

<考察>

6月に実施できた長縄集会については、職員全体にとっても、取組に対して関わる意識を高めることにつながったようである。今後は、その取組を効果的に継続できるよう、意識付けが必要である。短縄については、体育主任は雨の日の取組と考えている。学校独自で作成したカードの内容を再検討しながら、その取組についても発展させられるように工夫が可能だと感じた。また、体育主任としても、学校全体として体育科学習には課題を感じているようである。特に、低学年における学習の考え方は、他の学年としても土台となると考えているようだった。家庭における取組については、課題である柔軟性と関連させ、取組内容は検討できると感じた。

組織運営に関しては、体育主任が取組の主務者として進めているが、**補佐的な役割をする人**や 全職員が取組に関わっていくことができる**役割の細分化が十分でない**ように感じた。

〇 説明,協議(全職員)

以下のような概要で本研究の構想について説明し、内容について協議を行った。

日時	平成27年8月24日(月)
目的	研究の構想を周知し、協力校職員と研究内容の共通理解を図り、意見交換を行う。
対象	B小学校全職員
方法	プレゼンテーションを使った全体説明及び研究内容についての質疑応答,意見交流

- ○全体説明(【資料46】)後、以下のような内容 について協議した。
- ◎動ける身体が身に付いた状態について、もう少 し詳しく知りたい。

協議 内容

- ◎柔軟性が課題となっているが、柔軟性が高まれ ば、どんなよいことがあるのか知りたい。
- ◎体育の学習は、研究授業では力を入れてやった 【資料46】全体説明の様子 ことがあるが、なかなか日常化しなかったという自分の反省がある。どうやったら、 誰でも続けていける内容になるのかについても研修を通して知りたい。
- ◎運動が得意な子と運動が苦手な子の差がどの学年にもある。苦手な子は、やはり運 動時間が少なくなるのはデータからも分かった。今後どうすればそのような子たちが 運動をするようになるのか知りたい。



<考察>

研究の構想を説明し、協議をしたことで、B小学校の体力向上プランにある目標とする姿や取組 の方向性について共通理解を図ることができた。具体的な取組の1つである体育科学習指導の充実 に向けて,職員が日頃困っていることや知りたいこと,課題となっていることが少しずつ見えてき た。全体協議後、公開授業を予定している低学年と話をした。どの学級の担任も、ともに授業をつ くっていくことに意欲的であり、今後、低学年担任に対して、**体育の学習に関する聞き取り等で対 象学年児童の実態を明らかに**しながら具体的な内容を検討していきたい。

2 具体的取組の結果と考察

- (1) 体育科学習について
- ① 第2学年 「宝運びゲーム」(Eゲーム:イ鬼遊び)の実践
- ア 体力向上に係る本実践の工夫点

本実践においては、子どもたち一人ひとりが、体育科で求められている資質・能力を身に付け、 その結果、体力を向上させることができるように、以下の目標のもと、教材を開発し、単元を構 成して学習を展開した。

<目標>

- 1 相手のいない場所を見付けて、移動したり駆け込んだり相手にタグをと られないように、逃げたり身をかわしたりすることができる。【技能】
- 宝運びゲームに進んで取り組み、ゲームのきまりを守り、友達と仲よく ゲームをすることができる。【態度】
- 楽しくゲームができる鬼の人数や得点の仕方を選んだり、たくさん得点 するためのよい攻め方を見付けることができる。【思考・判断】

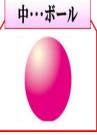
教材				単元構成		
宝運びゲームのルール			1	宝運びゲームのルールを覚		
正定し、コンバール				えながら,ゲームを楽しむ。		
-1° 17	・ 1チーム4~5人		2	鬼の人数を工夫し、もっと		
ゴール	・ ゲームは,攻め4人,守り2人 で行う。		_ _	楽しいゲームをつくる。		
	・ 攻めは、宝を1つえらび、ス タートラインからスタートする。		3	守りにタグを取られない攻		
<u> </u>	・ 攻めは、タグをとられずに ゴールまでいけたら1点。		3	め方を工夫して楽しむ。		
	 2分以内であったら、何度でも 攻めることができる。 	開	4	得点の仕方を工夫し、もっ		
	 ・ 攻めは、タグをとられたら、タ グを付け直し、スタートにもどる。 		4	と楽しいゲームをつくる。		
守	・ 守りは、攻めのタグをとって攻 撃を止める。			チームで攻め方を工夫して		
	・ 守りは、タグをとったらすぐに 返す。		5	ゲームを楽しむ。		
攻攻攻攻	2回ずつ攻めた会計占で騰敗			既習を生かして、宝運びゲ		
	N.W. & .O.	末	6	ーム大会を楽しむ。		

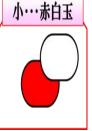
また、本実践では、体力向上に向けた授業づくりの3つの視点(前掲p.8【資料17】)をもとに、次のような工夫を行った。











関与性に関する工夫

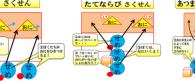
1 チームで一致団結することができる円陣 の促進やチームでの話し合いの場の設定 2 チームで攻める必然性を生み出す学習の位置付け(第5時)

高得点の大宝や中宝を全部運ぶために・・・

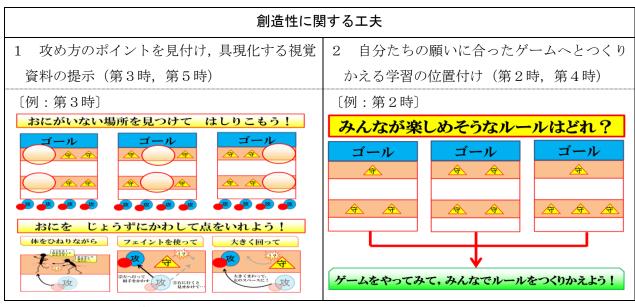












イ 学習指導の実際と考察

導入段階(第1時)

<ねらい>

はじめのルールとして提示した教材(p.31上部参照)に出合い,ゲームを楽しみながら,ゲーム のルールと運営の仕方について理解することができるようにする。

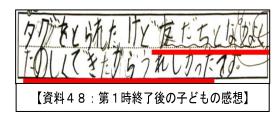
<子どもの活動の様子と教師の支援>

まず、掲示物ではじめのルールを提 示し、モデルチームを使って、ゲーム 運営の流れについて確認した。その際, ゲーム開始からゲーム終了までの流れ を実際にやってみながら確かめていっ た(【資料47】)。その後、そのままモ デルチームにゲームを行わせ、必要な



場面でゲームを止めながら,ルールを共通理解していった。その後,実際にゲームを行わせた。鬼が 1人という得点しやすいルールだったため、子どもたち全員が得点する楽しさを味わいながら夢中で ゲームを行うことができた。ゲーム後、「たくさん得点することができて嬉しかった」「もっとたくさ ん点を入れたい」という感想を持った子どもが多数いた。ゲームに満足した子どもの意見が多く表出 したので、教師から「もっとゲームを楽しくするとしたら、どんな工夫ができそうかな」と問いを発 した。すると、「鬼が1人だから、もっと鬼を増やしてゲームをしたい」と述べた子どもが出てきた。

子どもたちに、この意見について問い返すと、大半の子 どもが賛成した。そこで、次の時間は、鬼の人数を工夫 してゲームを行うことにした。学習後のノートには、【資 料48】のような内容の感想を書いた子どもが多くいた。



く考察>

自分たちの願いに合ったゲームへとつくりかえることができるように、誰でも得点できて楽しめるゲームを教材として提示したことで、多くの子どもたちがすりぬける楽しさを味わい、もっと楽しくゲームを行うための、新たなルールを見出すことができた(創造性の表出)。また、【資料48】のように、仲間とともにゲームをする楽しさについての感想が多く見られた。このことは、仲間とともに進んで学習へと臨む意欲を喚起することができた表れであると考える(主体性、関与性の表出)。

展開段階(第2時~第5時)

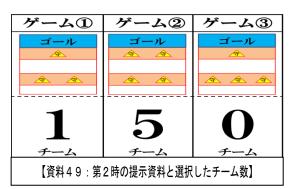
<ねらい>

個や集団での攻め方のポイントを見付けたり、自分たちの願いに合わせてゲームをつくりかえたり しながらもっと楽しいゲームをつくることができるようにする。

<子どもの活動の様子と教師の支援>

第2時は、鬼の人数を増やしてゲームを行わせることで、願いに合ったゲームへとつくりかえなが

ら楽しさを膨らませることをねらった。チームの人数は、4人か5人で編成されているため、【資料49上部】 のように、3パターンの鬼の人数と配置を提示し、実際に試行させ、どのルールがよいかを話し合わせた。 その際、「どのルールが、チームのみんなが楽しめそうか」という視点を与えた。意見は、【資料49下部】のように、第2案が多数を占めたが、第1案を選択した



チームもあったため、意見を聞き、話し合いを行った。「鬼がどちらのゾーンも2人になると、点数を入れにくくなるから」という意見を受け入れながらも、「もっと上手にすりぬけられるように工夫すればいい」という意見が出され、最終的に第2案に落ち着いた。そこで、次の時間は、鬼が2人ずつになっても、もっと上手にすりぬけられるように攻め方を考えていくことにした。

第3時は、前時の子どもたちの意見を生かし、鬼2人を上手にすりぬけるための個の攻め方のポイントを見付けることがねらいである。そこで、前時までに上手に攻めていた子どものよさを板書で視覚的に提示した(前掲p.33創造性に関する工夫1参照)。子どもたちは、これらのポイントを実際のゲームの中で試行し、空いた場所を素早く見付けたり、ひねってかわしたりして得点を増やすことができた(【資料50】)。ゲーム後、次時の学習に向けて、全体で交流を行い、もっと楽しいゲームに



するために、工夫できそうな点について話し合った。子どもたちからは、「鬼をもっと増やす」「鬼の ゾーンをもう1つ増やす」などの意見があったが、実現が難しそうなものが多かった。そこで、得点

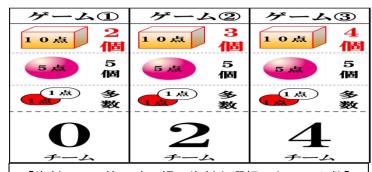
の仕方に着目させるために、「今は、大きな宝を選んでも小さな宝を選んでも、点数は変わらないよね。大きな宝と小さな宝どっちが難しいかな。」と投げかけた。すると、「難しい大きな宝の点数を10点にする!」「もっと大きな宝を増やしたい」という意見が出た。そこで、次の時間は、得

いろいろなわべでケームをできたのできた。 をたのしてできなした。 わざもっかってしたらっざもつかわないとき を打のしかったけどわざもっかったらもっとけのしかたは 【資料51:第3時終了後の子どもの感想】

点の仕方と大きな宝の数を変えてゲームをすることにした。学習後の感想には、**【資料51**】のように、 みんなで共有した攻め方を使って楽しくゲームができた感想が多く書かれていた。

第4時は、宝の大きさによって点数を変えるとともに、大きな宝の数を増やしてゲームを行わせる ことで、願いに合ったゲームへとつくりかえながら、さらに楽しさを膨らませることをねらった。前

時の最後に話し合った得点の仕方をもとに、【資料52上部】のように得点を提示した。そして、大きな宝の数を3パターン提示し、実際に試行しながら、どのルールがよいかを話し合わせた。その際、「どのルールがどのチームも楽しめるか」を視点とした。チームで話し合わせた結果、【資料52下部】のよ

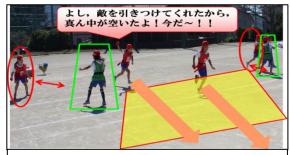


【資料52:第4時の掲示資料と選択したチーム数】

うに、第3案を選択したチームが多かった。第2案を選択したチームもいたため、意見を聞くと、2 チームとも、「大きな宝を4つともとることができなかったから」と答えた。2チームの意見を聞いて、 「大きな宝は3つでもいい」という発言があり、それに賛成する声もあった。しかし、「チームで工夫 すれば、とれなかったチームもきっと全部とれる」という意見が出されたため、「どんな工夫ができそ うかな」と問いかけた。「一人がおとりになって、鬼がよそ見をしている間に行く」など、チームで協 力して攻めるアイデアが出され、次の時間は、大きな宝を全部とるために、チームのみんなで協力し

て得点する攻め方を考えていくこととした。

第5時は、大きな宝を全部運んで、得点をもっと 増やすための集団の攻め方のポイントを見付けるこ とがねらいである。前時に、大きな宝を後回しにし て時間に間に合わなかった場面を取り上げ、まず、 たくさん得点するためのポイントとして、「宝物を運 ぶ順番」を共有した。次に、子どもたちが前時に出 した攻め方とともに、相手チームの守りを崩すこと ができそうな攻め方を提示した(前掲p31関与性 に関する工夫2)。その後、チームで話し合いをさせ、 チームで使えそうな攻め方を選ばせた。ゲームでは、 スタート時に、選んだ作戦を活用して得点する場面



【資料53:チームで協力して攻める子ども】

あつまりひろがリントセムかできたのできたかできたからができまのできたやりたいです。 たいかいかにフト曜日にあるからいるからくなくせんをたてってかてるようにかいでもうりではりました。 「までのかさもつかではいかいでもうしょう」 【資料54:第5時終了後の子どもの感想】 が見られた(【資料53】)。しかし、表出したのは、はじめの1回のみのチームが多かった。次からは、2・3人で連携する場面が時々見られたものの、これまでと同様に個人で得点する場面が多く見られた。【資料54】は、第5時終了時の子どもの感想である。

<考察>

第2時から第5時のように、宝物を選択できるように教材化を図ったことは、自分から進んでゲームに参加する楽しさを味わうことにつながったと考える(主体性の高まり)。また、第2時、第4時のように、自分たちの願いに合ったゲームへとつくりかえることができる学習を仕組んだり、第3時、第5時のように、攻め方を具現化する視覚資料を提示したりしたことは、【資料51、54】の感想のように、創造性を高める上で有効だったと考える。さらに、視点を与えて、チームで話し合いの場を設けたり、集団で攻める必然性が生まれるように単元を構成したりしたこと(第5時)は、友達と関わる楽しさを膨らませることにつながったことから、関与性を高める上で効果的であったと考察する。しかし、チームのみんなで攻める学習は、低学年の発達段階を考えると、少し難しい内容であることが見えてきた。今後は、2・3人で連携して得点する場面を意図的に多く表出させることができる内容を吟味していく必要性を感じた。

終末段階 (第6時)

<ねらい>

これまで学習した攻め方のポイントを生かして、自分たちでつくりあげた「宝運びゲーム」にひたって、大会を楽しむことができるようにする。

<子どもの活動の様子と教師の支援>

単元のまとめとなる「宝運びゲーム」大会では, まず,導入時に,自分たちでつくりあげたゲーム をみんなで楽しむことができるように,意欲付け を行った。みんなでつくり上げたルールを掲示物 でふり返ったり,みんなで見付けた攻め方のポイ ントをゲームで生かすことができるように板書で 確認したりした。その後,どのチームも,くじで 決まった3つのチームと試合を行った。大会後の ゆうしょうをすることだけはてきなかったけで、このケームをおぼえることがてきたのでとできないだける かんて すっほかの友だちにもこのおりいたがらはこかがいをおして、このケームをいろんな人にじまんしたいです。

【資料55:第6時終了後の子どもの感想】

感想には、【資料55】のように、自分たちでつくりあげたゲームに満足した記述が多く見られた。

<考察>

【資料55】の大会後の感想から、子どもたちがこれまでみんなで工夫してつくり上げたゲームに満足感をもち、ゲームを楽しんだことが窺える。このことから、「宝運びゲーム」大会を開いたことは、みんなでつくりあげたゲームに熱中させる上で効果的だったと考察する。

② 職員研修会について

第2学年「宝運びゲーム」の実践の第3時を公開し、以下の目的、内容で職員研修会を行った。

目的	体力向上を図る体育科学習指導について理解を深め,今後の授業に向けて,校内で共通理
	解を図る。
内容	(1) 第2学年「宝運びゲーム」第3時(内容は,pp.33~34参照)を参観する。
	(2) 授業をもとに、協議を行う。
	① 授業を参観して感じたこと及び質疑応答
	② 日ごろの体育科の授業づくりや指導で困っていること

授業後の協議の様子

協議は、夏休みの研修の中で共有した「体力向上を図る体育科学習」の柱(p.8【資料17】参照)を念頭に置き、まず、授業を参観して感じたことや疑問に思ったことについて話し合った。協議の概要は、以下の通りである。

【感じたこと】

- ・運動量が多くて、子どもがハアハア言いながら楽しそうに活動していた
- ・自分たちで挨拶をしたりチームで円陣を組んだり得点をつけたりして, 自分たちでゲームを運営しているシステムがよかった
- ・本時だけでなく、どの時間も考える内容が焦点化されているので、子どもが何を 追究していくのかがはっきりしてわかりやすかった

【疑問占】

・(いくつかの疑問点を整理すると)教材づくりにどんな意図があったのか

大きく3点ある

1つは,第1時では,全ての子どもが必ず得点することができるようにしていること。

具体的には、コートの横幅の広さと鬼の人数を調節し、誰もが得点する楽しさを十分に味わうことができるようにしている。

2つは、空いた場所に走り込む動きが段階的に高まるようにしていること。具体的には、鬼の人数を増やしたいという願いが表出するように仕組んでいる(第2時)。そして、すり抜けるスペースが小さくなっても工夫して得点できるように、本時のような学習を設定した。

3つは、動きが個から集団へと高まるようにしていること。具体的には、どの大きさの宝を 運んでも1点という原ルールから、宝の大きさに応じて得点が高くなるように得点 方法の工夫をする時間を仕組んでいる(第4時)。そのことで、得点が高い宝を ゲットするためには、チームで協力して運ぶ必然性が生まれることをねらっている。

次に、日ごろ先生方が体育科の授業をつくったり、実際に指導したりするにあたり、困っていることについて協議を行った。 事前に実施していたアンケートを集約したものを配付し、学年部のグループに分かれ、自分が困っている内容を説明する形で話し合いを行った(【資料56】)。その後、学年部ごとに発表を行い、その内容を全体で共有した。困っている内容を聞いて、自分なりに手立てがある先生には、意見として発言してもらい、整理していった。協議の主な内容は次の通りである。



【資料56:協議の様子】

協議内容	課題	整理したこと
授業づくりについて	①準備・片付けに時間がかかってしまう②何を大切に場をつくったらよいのか	①準備が大がかりな学習(マット、跳び箱等)については、特に時間割を調整して効率的に行う。 必要な場合は、カリキュラムを見直して、実施時期を再検討する。また、はじめは時間がかか るが、低学年のうちから、子ども自身で場をつくることができるように学びを積み上げておく。 ②全ての子どもたちが安心して楽しくでき、かつ、自分の能力や興味・関心によって工夫でき るように考えて仕組む。
学習指導 中の教師 の役割に ついて	得意な子と苦手な子 の差があって満足い く指導ができない	○場づくりと関連するが、自分たちの能力に応じて動きを高める仕組みをつくっておき、得意な子にはどんどん工夫してくり返し行わせる。その間、苦手な子に教師が重点的に関わり、全ての子が充実感を味わえるようにする。 ○授業中はできるだけ多くの子どもをほめることができるよう準備をしておく。また、技能的な助言ができるよう、事前に文科省のまるわかりハンドブック等で技能ポイントをおさえておく。
評価について	技能,態度,思考・判 断の評価をどのよう に行えばよいのか	○技能,態度は、単元の中で評価する時間を決め、見取りで行う。その際、次の点に気をつける。 ・1時間に技能か態度のどちらか1つだけにする。2つ同時には時間的に難しい。 ・単元の途中に行い、その後も指導して全ての子どもたちを引き上げることができるようにする。 ○思考・判断についても、評価する時間を決める。全ての子どもの見取りは難しいので、指導した内容が表出するよう方向付けをして、学習ノートに記述させる。

研修会後の感想

研修会後のアンケートには、以下のような感想が記されていた。

- ・どのルールの方が楽しいかやってみて選ぶというところにも「思考・判断」が働いているのだ から、選択できるような場面を仕組んでいけばいいのだなと思いました。自分たちでルールを つくっていく学習を次の単元でやってみます
- ・学習中に、できる限り多くの子どもに声かけをしていくことが大切だと改めて思いました
- ・コートが広すぎても狭すぎてもうまくいかないことがあるので、今回の授業のように程よい広 さに調節できるように、学習のゴールまで見据えて考えていきたい
- ・子どもたちが夢中になって運動をしたり、技能の向上をめざして自然と友達と関われるように したり、楽しさを求めて工夫したりすることができるように授業を計画していきたい
- ・もっと運動量を増やして、楽しく主体的に学習に臨むことができるように、場を工夫したり、 仕組みを整えたりしていきたい
- ・自分自身ができるだけたくさんの子どもたちに関われるように、アンテナをはりたい

<職員研修会を終えての考察>

協議中、積極的に発言する先生方の姿から、よりよい授業をつくっていくための意識の高さを感じた。内容面では、日ごろの体育科の授業で困っていることを共有し、それについての意見交換を行ったことで、今後の授業づくりや指導に生かしていく見通しを持つことができたと考える。

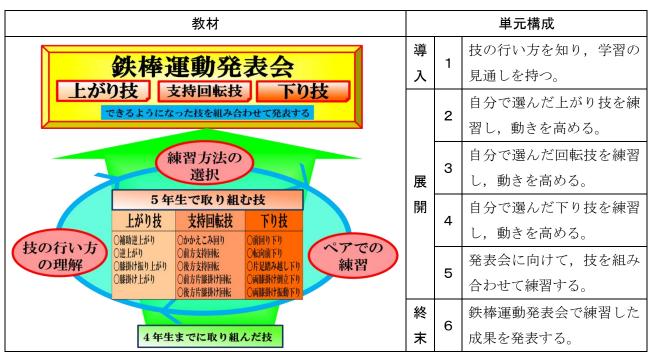
研修会後の感想からも、体力向上の視点を今後意識して授業改善を行っていく意欲の高まりが窺える。一方、高学年担当の教師から「今回は、低学年のゲームでの提案だったが、高学年の個人種目の学習についてもできれば一緒に考えてみたい」との声があった。そこで、今後は引き継ぎ、高学年を中心に体力向上を図る体育科学習について検討していくこととした。

- ③ 職員研修会後の授業について
- 〇 第5学年 「鉄棒運動」
- ア 体力向上に係る本実践の工夫点

本実践においては、以下の目標のもと、教材化を図り、単元を構成して学習を展開した。

<目標>

- 1 上がり技,支持回転技,下り技を練習し,安定してできるようになった 技を組み合わせることができるようにする。【技能】
- 2 鉄棒運動に進んで取り組み、約束を守り、仲間と助け合って運動をすることができる。【態度】
- 3 技ができるようになるための練習の場や段階を選んだり、自分の力に 合った技を組み合わせたりすることができるようにする。【思考・判断】



また、本実践では、体力向上に向けた授業づくりの3つの視点(前掲p.8【資料17】)をもとに、以下のような工夫を行った。

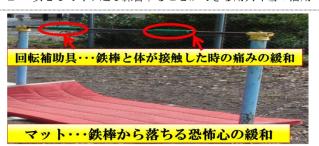
主体性に関する工夫

1 目的を共有し、活動意欲を継続させるゴール像の設定

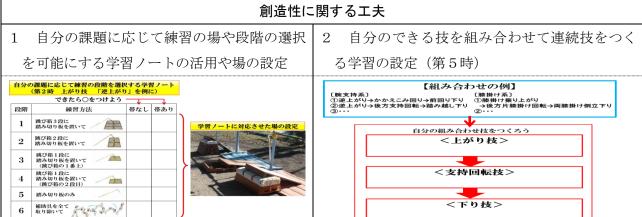
2 安心してくり返し練習することができる用具や場の活用

鉄棒運動発表会

- ① 第6時に,できるようになった技を組み合わ せてみんなの前で発表する。
- |② 上がり技と下り技は、全員必ず行う。
- ③ 支持回転技をできるようになった人は,上が り技と下り技の間に組み合わせて披露する。
- ④ 「上がり技」,「支持回転技」,「下り技」 を披露することをめざして練習する。







イ 学習指導の実際と考察

導入段階(第1時)

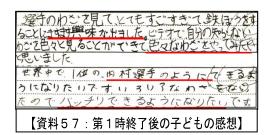
<ねらい>

5年生で取り組む鉄棒運動の技の行い方を知り、学習意欲を喚起し、学習のまとめの「鉄棒運動発 表会」に向けての学習の見通しを持つことができるようにする。

<子どもの活動の様子と教師の支援>

まず,鉄棒運動への意欲を高めるために、「今からこの地球で一番鉄棒が上手な人の映像を見せるね」と説明し、鉄棒の世界選手権のVTRを視聴した。子どもたちは、その姿を見て、「めっちゃキレイ」「人間じゃないみたい」など、驚きの声を上げていた。教師から「ここまでなるのは難しいけど、どこか参考にできそうなことはない?」と発問すると、「手足がピンと伸びていたところ」「技がつながっているところ」などの意見が出た。次に、高学年で取り組む鉄棒運動の技の名前を提示し、自分ができそうな技を組み合わせて発表会をする見通しをもたせた。その後、「自分ができそうな技を考えな

がら見てごらん」と問いかけ、1つ1つの技の行い方をVTRで確認した。映像を視聴しながら、「これならできそう!」「この技はやったことある!」「これはちょっと練習がいるな」など、口々に自分が取り組む技を考える子どもの姿があった。最後に、学習の計画を子どもたちと確認し



た。まとめの「鉄棒運動発表会」に向けて、①上がり技、②支持回転技、③下り技の順番に学習し、発表会前には、④できるようになった技を組み合わせて練習する学習を行うことを共有し、学習の見通しをもたせた。第1時終了後には、【資料57】のような感想を持つ子どもが多く見られた。

く考察>

世界選手権の映像を見せることで、手足の伸びの「美しさ」や技と技を組み合わせる際の「なめらかさ」といった鉄棒運動の学習で意識したいポイントについて共有しながら意欲をもたせることができた。また、1つ1つの技の行い方をVTRで提示し、学習の見通しを全体で共有したことで、ゴール像を意識しながら、主体的に学習に臨もうとする姿へと高めることができたと考える。

展開段階(第2時~第5時)

<ねらい>

自分で選んだ「上がり技」「支持回転技」「下り技」を練習したり、できるようになった技を組み合わせて練習したりして、鉄棒運動発表会に向けて、動きを高める。

<子どもの活動の様子と教師の支援>

鉄棒から落ちる怖さや鉄棒と体が接触する際の痛みを緩和し、安心してくり返し活動ができるように、毎時間、全ての鉄棒の下にマットを敷いたり、回転補助具を取り付けたりして学習を行った(p.38 主体性に関する工夫2)。加えて、動きを見合ってフィードバックし合ったり、補助し合ったりしながら技の習得を助けることができるように、また、声かけをしながらお互いのよさを認め合ったり伸びを実感し合ったりすることができるように、毎時間、ペアで学習を行った。

第2時は、自分が選んだ上がり技の動きを高めることをねらった。提示された技の中から自分ができる技と練習方法を選択し、練習に取り組んだ。その際、(p.39 創造性に関する工夫1)のような、練習方法が掲載されたノートを活用し、選んだ技に応じて練習の段階が選択できるように支援した。また、逆上がりに関しては、自分の動きの高まりに応じて場を選択できるように、跳び箱と踏み切り板、柔道の帯を活用し、工夫して練習ができるようにした。学習の中盤には、お互いの技能向上に向けて効果的に練習しているペアをモデルとして紹介し、さらに活動を活性化していった。子どもたちは、ペアで補助し合ったり声をかけ合ったりしながら、意欲的に練習に励み、技を高めることができた(【資料58】)。

第3時は、自分が選んだ支持回転技の動きを高めることをねらった。実態を調査すると、中学年でも取り組んだ「かかえこみ回り」がまだ十分にできていない子どもが多いことが分かった。そこで、発表会で腕支持系をし



||年生などの低学のは、私はどうせていきないやと思っているとないけど今日、日東云できたのですごべうれしかけてです。なきなできた水によっているというれたがたであれるかかではないかでしていているたである大地はないといった。

【資料59:第3時終了後の子どもの感想】

ようと考えている子どもには、まずは「かかえこみ回り」をできるようにし、その後、発表会を意識して技を選ぶことができるように、選択の仕方を示した。第3時終了後には、【資料59】のように友達と協力してできた喜びを味わう子どもが多くいた。

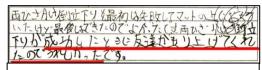
第4時は、自分が選んだ下り技の動きを高めることをねらった。「前回り下り」「両膝掛け倒立下り」は、前学年までにできた経験がある子が多かったため、既習を想起させながら行い方を示した。その他の技については、初めてする子どもたちがほとんどであった。「転向前下り」「片足踏み越し下り」は、難易度が低く、やり方さえつかむことができれば、どの



【資料60:効果的に学び合う子ども】

子もできる技であるため、練習の順番を示し、掲示物を見ながら練習が行えるようにした。一番難易度の高い「両膝掛け振動下り」は、ペアで「体の振り」が高まるよう練習方法や補助の仕方を示した。

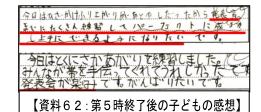
子どもたちは、自分が選んだ技をペアの友達と協力してくり返し練習し、動きを高めることができた(【資料60】)。第4時終了後には、【資料61】のように、友達と協力し、下り技を成功できた感想を書いている子どもが多くいた。



【資料61:第4時終了後の子どもの感想】

第5時は、これまで練習してきた技を組み合わせて自分の連続技をつくり、発表会に向けて技を高めていくことをねらった。まず、自分ができるようになった技やもう少しでできそうな技をピックアップし、発表会をイメージして連続技を構成した。その際、導入時の体操の映像で取り出した「なめらかさ」を想起させ、組み合わせ方を「腕支持系」「膝掛け系」の2点から、いくつか例示した(p.39

創造性に関する工夫2)。子どもたちは、自分の力と残り時間に向き合い、自分なりに技を構成し、練習を行った。前半は不十分な単技を中心に、後半は発表会を意識し、一連の連続技を中心に練習を行えるよう学習を仕組んだ。学習後の子どもたちの感想には、【資料62】のような感想が多く見られ、



発表会で,これまで高めてきた力を発揮しようという意欲が伝わってきた。

<考察>

【資料59,61,62】の感想のように、友達と学習できたよさを感じた子どもが多く見られたことから、毎時間、ペアで学習する仕組みをつくったことの有効性が窺える(関与性の高まり)。また、「上がり技」「支持回転技」「下り技」を練習する時間を1時間ずつ設定し、練習の仕方や場を選択できるように仕組んだり、ゴール像を意識させたりしたことは、【資料62】のように、発表会を目標にし、練習の仕方を工夫しながら動きを高めることにつながったと考える(主体性の高まり)。

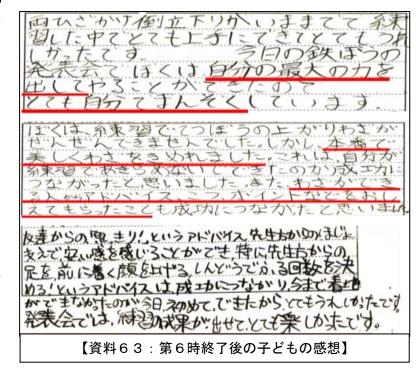
終末段階(第6時)

<ねらい>

これまで高めてきた「上がり技」「支持回転技」「下り技」を組み合わせて、自分の連続技を発表することができるようにする。

<子どもの活動の様子と教師の支援>

まず、これまでの学習で、友達と協力したり工夫したりしながらくり返し練習してきたことで、できなかった技のできばえが高まってきたことをふり返った。また、発表会では、完全にはできなくても、自分なりに高めた技を精一杯発表すること、発表を見るときは、励ましの声かけをしながら温かく見守ることを話し、発表会に向けて、最後の練習を行わせた。子どもたちは、持っている力を全て出し切ろうと素く練習に取りかかった。発表会では、技達の発表前に、「がんばれ!」「自信を持って!」などの声かけや失敗した友達へ「もう1回!」「大丈夫よ!」な



ど、温かい励ましの声がたくさん聞かれた。【資料63】は、発表会後の子どもの感想である。

く考察>

【資料63】のように、これまで学習を積み上げてきたよさをふり返ると同時に、発表会で精一杯力を出し切った満足感を味わった感想を持った子どもが多くいた。このことから、発表会をめざして、練習の仕方を工夫しながら動きを高めてきた学習の有効性が窺える。

〇 第6学年 「走り高跳び」

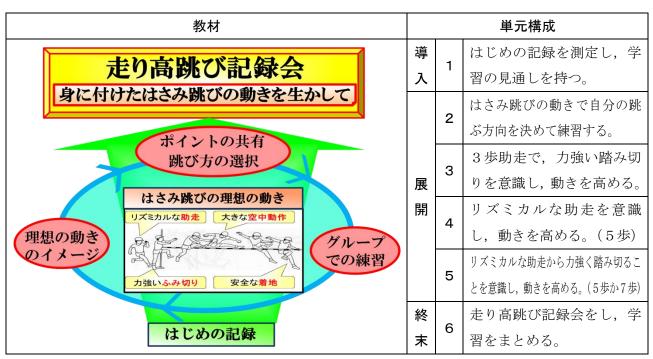
ア 体力向上に係る本実践の工夫点

本実践においては、以下のような目標のもと、教材化を図り、単元を構成して学習を展開した。

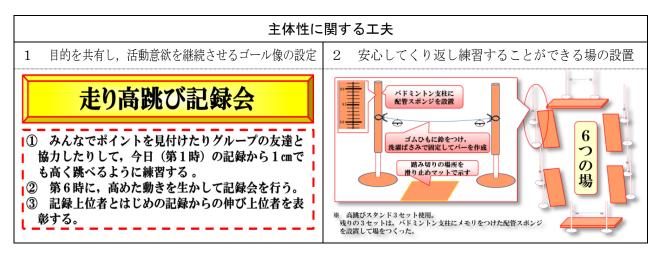
<目標>

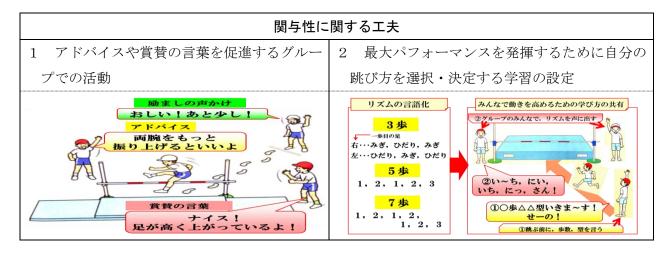
- 1 リズミカルな助走から上体を起こして強く踏み切り、はさみ跳びで足から安全に着地することができるようにする。【技能】
- 2 自分の記録にチャレンジすることに関心をもち、約束を守り、友達と助け合って練習をすることができる。【態度】
- 3 自分に合ったスタート位置,助走の歩数,リズムを選んだり,力強く踏み切るためのポイントを見出したりすることができるようにする。

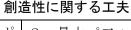
【思考・判断】



また、本実践では、体力向上に向けた授業づくりの3つの視点(前掲p.8【資料17】)をもとに、次のような工夫を行った。







比較して試行しながらよい動きのポ イントを見付ける学習の設定(第3時)

2 最大パフォーマンスを発揮するための自分の跳び 方を選択・決定する学習の設定(第2,4,5時)



①足の着き方は?

- A 足の裏全体
- B つま先だけ

②踏み切った後の姿勢は?

- A 前傾姿勢
- B 体を起こす

③踏み切った後の両腕は?

- A そのまま
- B 振り上げる



学習指導の実際と考察

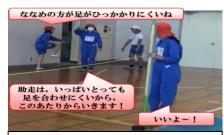
導入段階 (第1時)

<ねらい>

はじめの記録を測定し、学習のまとめの「走り高跳び記録会」に向けて、意欲を高めながら学習の 見通しを持つことができるようにする。

<子どもの活動の様子と教師の支援>

まず、これまでの学習を想起し、高く跳ぶための動きについて 考えさせた。高跳びの学習に関しては、しばらく間隔が空いてい たので、「自分で一番高く跳べそうな跳び方で跳んでごらん」と指 示し、グループで試行させた(【資料64】)。子どもたちは、はじ めのうちは正面から跳んだり、助走を長くとったりしながら跳ん



【資料64:グループでの学習の様子】

でいたが,あるグループは,斜めから程よく助走をとって跳ぶよさに気付き,みんなで練習していた。 このグループをモデルとして取り上げ, 「なぜ, 斜め方向から, 助走をあまり取らずに跳んでいるのか」 を尋ねた。すると、「斜めから跳ぶと、足が上げやすくて、バーにひっかかりにくい」「助走をたくさ んとっても前につっこむだけで、上には跳べない」と回答した。よさを他のグループに広げ、はじめ の記録を測定した。その後、学習のまとめをし、今後の見通しをもたせた。記録の向上に向けて、よ りよい跳び方を考えながら学習を進めていくこと、単元の最後に「6年1組走り高跳び記録会」を開 き、記録上位者と記録の伸び上位者を表彰することを全体で共有し、意欲を喚起した。

<考察>

安心してくり返し跳ぶことができるようにバーをゴムひもにし、6つの場を設定したこと、活動 意欲を継続することができるようにゴール像を設定したことで,今後の学習への期待感をもたせる ことができたと考える。ゴムひもをバーにするか問いかけたところ,バーで跳びたいという子ども はまだ一人もいなかったため,第2時以降も継続して同じ場で学習していくこととした。

展開段階 (第2時~第5時)

<ねらい>

「6年1組走り高跳び記録会」に向けて、リズミカルな助走から力強く踏み切って、はさみ跳びの動きでバーを跳び越し、安全な着地をする一連の動きを身に付け、自己記録を高めることができるようにする。

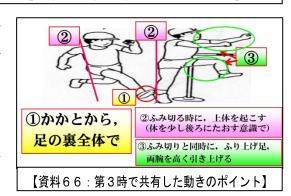
<子どもの活動の様子と教師の支援>

第2時は、はさみ跳びの動きを知り、自分が跳びやすい踏み切り足を見付けるとともに、はさみ跳びの動きを身に付けることがねらいである。前時では、斜めから助走することのよさを全員で共有したが、まだ踏み切る足が反対になっていたり、踏み切った後に両膝を抱え込んだりして跳ぶ子どもも少なくなかった。そこで、人によって跳びやすい足が違うことを共有し、まずはバーを低くし、一歩でどちらが踏み切りやすいかを試行させた。子どもたちは、くり返しやっていく中で、自分の跳びやすい足を見付けることができた。次に、理想の動きの掲示物(p.43 教材図中央参照)を掲示して動き方を確かめた後、はさみ跳びの動きができている子どもをモデルとして提示し、「先に踏み切った足と反対の足を振り上げて、後から踏み切った方の足をバーに当たらないように抜く」動き方を共有した。助走を3歩まで伸ばし、踏み切る足と同じ足が1歩目になることを確認し、「みぎ、ひだり、みぎ」と声をかけ合わせて、くり返しグループで練習させた。子どもたちは、踏み切る足が反対になっている友達には、「一歩目が反対の足になってるよ」、両膝を抱え込んで跳んでいる友達には、「振り上げた

足を先に通過させてから後からもう一つの足がくるよ」など共有したポイントをもとにアドバイスをし合いながら活動をすることができた。【資料65】は、学習後の子どもの感想である。

第3時は、3歩の助走から力強く踏み切って体を上昇させるためのポイントを見付け、動きを高めることをねらった。まず、はさみ跳びの動きを示しながら「記録を伸ばすためには、どんな踏み切りが必要?」と尋ねた。すると、何人かの子どもたちは、「バンと力強く踏み切る!」と声を上げた。そこで、「なるほど、じゃあ、力強く踏み切った後、体がどうなったらいいの?」と発問した。子どもたちは、導入の学習を思い出し、「体が前じゃ

みんなで声をかけあいなから、とふくかできて よかった。失敗しても、大丈夫のとが、「でんまいっと 言、てもらえてりれいかった。もっと家とびたい。 【資料65:第2時終了後の子どもの感想】

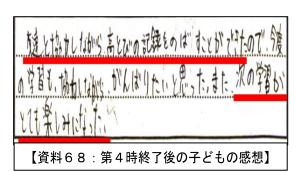


なくて上にあがったらいい」と答えた。その後、「力強く踏み切って、体を上にふわっと浮かせるには、 どうしたらいいかな?」と発問し、3つの視点を掲示物で提示し(p.44創造性に関する工夫1)、 グループで活動させた。活動後、全体で交流し、代表児童をモデルとして示しながら、「①足の裏全体 で、②踏み切った後、体を後ろに倒すイメージで、③振り上げ足と同時に両手を振り上げる」といっ た3つのポイントを共有した(【資料66】)。最後に、ポイントを意識して、グループでくり返し練習 を行わせ、記録を測定させた。 第4時は、力強く踏み切るためのリズミカルな助走を 意識し、動きを高めることをねらって学習を進めた。ま ず、教師から「リズミカルな助走ってどんな助走?」「何 のためにリズミカルな助走をするの?」などと発問し、 子どもたちに考えさせた。やりとりをしながら、「もっと 力強く踏み切るために、自分にとって心地よいリズムを 見付ける」ことを共有するとともに、「跳びやすいリズム は人によって違う」ことを話し、5歩のリズミカルな助



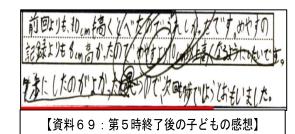
走の例を3つ提示した(p.44創造性に関する工夫2)。その後、声を出したり手拍子をしたり、教師がモデルとなって示したりしながら、リズムを捉えさせ、3つのリズムをグループで声をかけ合わせながら試行させた(【資料67】)。その後、自分にとってどのリズムが跳びやすいかを考えさせ、自分のリズムでくり返し練習させた。その際、跳ぶ人は、「○○型、いきます、せーの」と言い、グループみんなでリズムを声に出す学び方を徹底した。多くの子どもたちは、自分に合ったリズムで気持ちよく跳ぶことができるようになってきたが、選んだリズムをなかなかつかむことができていない子ど

ももいたため、一緒に歩きながらやってみたり、実際にモデルになってやってみたりしながら個別指導を行った。学習後、【資料68】のように、友達と協力してくり返し練習した結果、記録を向上させた喜びを表した感想を書いた子どもが多くいた。また、子どもたちの記録を集約すると、全体の約83%の子どもがこの時間に最高記録を更新したことが分かった。



第5時は、リズミカルな助走をより力強い踏み切りにかえて体を上昇させる動きへとかえることで記録を伸ばしていくことをねらった。前時の学習を生かし、自分の力に応じて助走距離を検討できるように、7歩助走の行い方を提示し、選ばせた。そして、自分ができるようになった5歩か7歩のリズミカルな助走を生かし、何度やっても同じ踏み切り場所で跳ぶことができるように、スタート位置を決めさせた。また、助走距離が伸びても、第3時に学習した「力強い踏み切りのポイント」を意識できるよう、掲示物でふり返らせ、踏み切った後に、体をふわっと浮かせる感覚をもたせてグループで練習をくり返し行わせた。途中で、動きが高まってきた子どもをモデルとして示し、動きのよさを賞賛しながら、全体に広げていった。子どもたちは、動きがよくなった友達を賞賛したり励ましたり

するだけでなく、「もう一歩後ろからスタートした方がいいね」「踏み切った後、体が前のめりになってたから、もう少し体を起こして」など、動きの面からアドバイスする姿も見られた。学習後の感想には、【資料69】のように、自分に合ったリズミカルな助走の仕方を見付けた感想が多く見られた。



46

く考察>

第4時終了時に、83%の子どもたちが最高記録を更新し、【資料68】のように喜びを表すことができたのは、第2時からよい動きを自分たちで見付けながら、仲間と声をかけ合い、工夫しながら動きを高めていったことの成果ではないかと考える。また、第5時においては、動きの面からもアドバイスをする子どもが増えたことは、友達と関わる学習を積み上げると同時に、動きのポイントを身近に感じながら練習を行わせてきたことが有効に働いたのではないかと考える。

終末段階(第6時)

<ねらい>

これまで高めてきた動きを生かし、自分の最高記録をめざして記録会を楽しむことができるようにする。

<子どもの活動の様子と教師の支援>

まず、これまでの学習をふり返り、意欲付けを行った。友達と声を出し合って、最後まで精一杯高めていくこと、自分が選んだリズムで、力強く踏み切るはさみ跳びの動きで最高記録が出るように、これまでの練習を生かして挑戦することを共有し、記録会に向けて、最後の練習を行わせた。子どもたちは、グループごとに素早く練習に取りかかった。記録会では、温かい励ましの声や練習で行ってきた声かけをしながら、果敢

最高記録を出すことができたし、考年影識があって あまりすきなが本育ではなかったけど、メレンルといていく 内に大名きになって、楽しみに思っようになりましたが これからは100cmをはさみとびですまないことです。 すぎに入っても、はさみとびジメットにもてA"3とびるを身に つけたいです。 最初は90cmであかかよりアいかとかったけで、ほぼ毎時間5 いまつのがていったので、楽しか、たて、す。理由ははさみと びの動きを、意識したり、助走のリズムを自分に1番合ったり

いの動きを、意記したり助走のリズムを自分に1番合ったり だんで見りましたりしたから、上かったくたいはまれる後は、105 いまでといるようたな、く、めやすよりも、いも高くといたのでうれしか。 たじす。

【資料70:第6時終了後の子どもの感想】

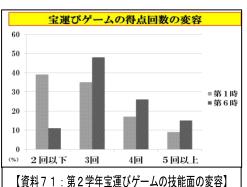
に自分の記録に挑戦する姿が印象的だった。【資料70】は、記録会後の子どもの感想である。

く考察>

子どもたちは、記録会を大きな目標にして動きを高め続け、【資料70】の感想のように、記録会においては、自分のこれまでの成果を出し切り、記録を更新することができた子どもが多くいた。 このことから、これまでの成果を発揮させる記録会の場を設定したことの有効性が窺える。

④ B小学校における体力向上を図る体育科学習についての全体考察

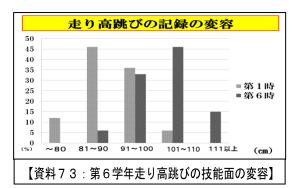
授業づくりを行うに 当たっては、体育科で 求められている資質・ 能力が確実に身に付く ように指導内容を明確 にするとともに、楽し さと運動量のある授業 を前提とし、主体性、



50 45 40 35 30 25 20 15 10 5 0 (%) 1個 2個 3個 4個 5個 6個以上 【資料72:第5学年鉄棒運動の技能面の変容】

鉄棒運動の技の習得数の変容

関与性,創造性の視点から支援を検討し,実践してきた。 その結果、【資料71,72,73】のように、技能面を 確実に向上させることができた。また、【資料74,75】 は、体育科学習についての、全校児童を対象にした事前 事後アンケートの結果を集約したものである。これを見 ると, 学校全体として, 子どもの意識が向上しているこ とが窺える。さらに、【資料76】は、体育科学習につい



てのB小学校職員へのア ンケート結果を集約した ものである。項目によっ てばらつきはあるものの, 概ね体育科学習に関する 職員の意識が向上してい ることが分かる。特に, 主体性, 関与性, 創造性

	1~4年生(3)		
番号	質問項目	事前	事後
1	体育の学習は楽しい	2. 4	2. 7
体育	の学習中の自分について		
2	めあてをもって活動しています	2. 0	2. 3
3	自分から進んで運動しています	2. 7	2. 7
4	もっと楽しくなるように工夫しています	2. 2	2. 5
5	友達と協力して活動しています	2. 4	2. 8

【資料74:1~4年生 事前・事後アンケート結果】

番号	質問項目	事前	事後
1	体育の学習は楽しいですか	3. 1	3. 5
体育	の学習中の自分について		
2	めあてをもって学習していますか	2. 4	2. 9
3	自分から進んで運動していますか	2. 8	2. 9
4	もっと楽しくなるように(上手になるように)工夫していますか	2. 2	2. 5
5	友達と協力して活動していますか。	3. 2	3. 3

【資料75:5・6年生 事前・事後アンケート結果】

に関する項目は、評価が高く、職員研修で共有した内容の効 果が窺える。自由記述の欄にも、「もっと進んで」「もっと子 ども自身が工夫できるように」「子ども同士で高めていけるよ うに」など、主体性、関与性、創造性の視点から支援内容を さらに検討していくことに関する内容が多く見られた。一方, 職員研修で話題になった「苦手な子でも積極的に学習ができ る場づくり」、「教師の積極的な関わり」に関する記述も多か 【【資料76:B小学校職員 事前・事後アンケート結果】

番号	質問項目	事前	事後
1	体育の学習指導は楽しい	3. 0	3. 1
体育の	の学習指導について		
2	子どもに自分のめあてをもたせて 活動させている	2. 8	2. 9
3	子どもが自ら運動に取り組むことが できるように仕組んでいる	3. 3	3. 3
4	子ども同士が関わりをもてるように 仕組んでいる	2. 6	3. 0
5	子どもが工夫できる場面を仕組んで いる	2. 2	2. 6
6	子どもたちが楽しく活動できるよう 意識している	3. 0	3. 5

った。 研修会後, 一緒に授業を行った高学年の教師の記述欄には, 子どもが体育の学習が好きになり, 意欲的に活動を行うことができた要因として、上述した「場づくり」、「教師の積極的な関わり」に加 え、「パターン化した学び方の積み上げ」、「全員が見通しを持って臨める学習づくり」についての記述 が見られた。以上のことから総合的に考察すると、主体性、関与性、創造性は、主に課題解決学習を 活性化するための視点であって,体力向上を図るためにはこれだけでは不十分ではないかと考えた。 これまでの記述をもとに、新たなポイントについて整理すると、以下のようになると考える。

- 1 全ての子どもたちが、出合った運動に意欲的に取り組むためには、運動する際 に生じる怖さや 不安,痛みなどのマイナス要因を取り除いたり緩和したりして,誰 もが安心して楽しく活動できる場づくりが必要であること(主体性と関連)
- 2 単元を通して活動意欲を継続するためには,単元において,誰もが達成できる ゴール像の明確化及び共有化が大切であること(主体性と関連)
- 3 子どもが意欲的かつ創造的に活動を行うためには, 教師の肯定的及び矯正的 なフィードバックをできる限り行うことが効果的であること(主体性, 創造性と関連)
- 4 指導内容を確実に身に付けさせるためには、課題解決の学び方(例えば、①め あてをつくる、②よい動きを共有する、③学習をふり返り、次時へとつなげる等)を パターン化し、定着することができるように徹底する必要があること(主体性、関与 性, 創造性と関連)

(2) 日常活動について

B小学校における日常活動のねらいと取組内容・方法を整理すると以下のようになる。

ねらい	取組内容等	
1 運動機会の保障を	ア場の提供	イ プログラムの提供
めざして	A 鉄棒運動の学習の場の活用	A チャレンジカードの活用
	B ジャンピングボードの設置	B レベルアップカードの活用
		C 体力アップ掲示板の設置
		D 体育委員会の活用
2 体力テストの課題で	○ プログラムの提供	
ある柔軟性の向上を	ア 柔らかさアップカードの活用	
めざして	イ 柔らかさグランプリの開催	

① 運動機会の保障をめざして

運動機会に関する子どもの実態と取組の経緯

事前アンケートによる昼休みの外遊びに関する結果は以下の通りである。(小数点以下四捨五入)

単位は%	ОП	1 回	2回	3回	4回	5回
1年	1 9	4	1 5	6	9	4 7
2年	2	1 9	4	1 5	1 7	4 3
3年	8	1 2	2 0	1 6	2 2	3 6
4年	1 9	9	1 3	1 6	2 5	1 9
5年	1 2	2 3	1 0	1 2	2 1	2 3
6年	2 1	1 8	1 5	2 7	9	1 2
計	1 2	1 5	1 0	1 5	1 7	3 1

学年によってばらつきがあるものの、どの学年も1回も外に出ない子どもが数人いること、学校全体では、およそ12%いることが見てとれる。また、週の半分も外で遊べていない子 $(0 \sim 2 \, \text{回})$ の割合は、約37%と全体の3分の1以上であることも分かった。

1年生から4年生の子どもたちへのアンケート項目には、「いつも同じ遊びをしているか」の問いを設けた。その結果、「はい」と回答したのは、全体の約34%であった。構想の中で述べた発達段階から考えると、この時期の子どもたちにとって、多様な遊びを経験することが望ましいと考える。そこで、外遊びの機会を十分につくることができていない子どもたちや多様な遊びと出合えていない子どもたちを、進んで運動する姿や多様な遊びを楽しむ姿へと高めていくために、運動機会の保障に向けた仕掛けが必要であると考えた。そこで、「場の提供」「プログラムの提供」という2点から取組内容を位置付けた。

取組の内容と方法

ア 場の提供について

A 鉄棒運動の学習の場の利用

5年生が鉄棒の学習を行っている期間,学習で使った用具や場を昼休みも使えるようにした。 5年生以外の子どもたちも活用できるよう促し、鉄棒を身近に感じながら日常的に取り組むよう になることを期待した。

B ジャンピングボードの設置

縄跳びに日常的に取り組む意欲を高めるために, 二重跳び の練習の場としてジャンピングボードを設置した。昇降口に 近い中庭に設置することで、子どもたちが手軽に利用できる ようにした(【資料77】)。



【資料フフ:ジャンピングボード】

イ プログラムの提供について

子どもたちの運動機会を自ら増やしていくために、身近な「ボール」や「縄」を使った運動を提 示し, 仕組みをつくることで, 体力向上への糸口が見えてくると考え, 取組を実践することとした。 本取組における工夫点は、以下の通りである。

A 運動のきっかけをつくるチャレンジカード(【前掲資料33】)の活用

運動の楽しさを味わいながらきっかけをつくり、運動を日常化するために、チャレンジカード を作成した。このカードは、「ボール編」と「縄編」があり、それぞれ8つの運動が図示してある。 2 学年毎に運動の難易度を変えて提示している。

B 自分の実態に応じて運動を選択して取り組むレベルアップカード(【前掲資料34】)の活用 自分の興味関心や能力に応じて、運動をより楽しむことができるように、レベルアップカード を作成した。このカードは、チャレンジカードの8つの運動から、運動の高まりを実感しやすい ものを4つ選び、記録を更新していくことができるようにした。チャレンジカードと同様、「ボー ル編」と「縄編」があり、2学年毎に運動の難易度を変えて提示している。

C 体力アップ掲示板(【資料78】)の活用

子どもたちが主体的に運動に取り組むことができる ように、「体力アップ掲示板」を活用した。チャレンジ カードの達成者の名前をマグネットで掲示するととも に、レベルアップカードの記録保持者は、名前と回数を 掲示するようにした。



D 体育委員会を活用した取組の運営

取組を効率的に行っていくために、体育委員会の子どもたちを活用した。体育委員会は、5・ 6年生で構成される12名である。仕事内容を明確化し、役割を分担して、責任を持って積極的 に行うことができるようにした。

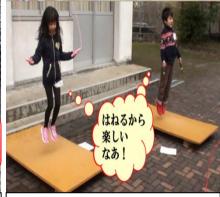
取組の結果と考察

〔ア 場の提供について〕

昼休みに、鉄棒の用具や場を使えるようにしておくと、学習時間だけでは満足できなかった5年生だけでなく、鉄棒好きな低学年の子どもたちや場に興味を持った男の子たちが自然に集まってきた(【資料79】)。学習中の5年生が大技を見せると、「それどうや



【資料79:鉄棒で遊ぶ子ども】



【資料80:ジャンピングボードで遊ぶ子ども】

ってやると?」「やってみたい」といって、5年生が低学年や中学年の子どもたちに教える場面が見られた。教師も一緒にポイントを教えたり賞賛の言葉をかけたりすることで、さらにくり返し楽しむ姿が見られた。鉄棒の下にマットを敷いたり回転補助具を付けたりするだけで、安心して運動が行えるようで、難しい技にも挑戦しようという意欲がわいてきたようだった。また、中庭では、ジャンピングボードを使って二重跳びを練習する子どもたちも増えた(【資料80】)。中には、どんなに地上でがんばっても4回しか跳べなかったのに、ジャンピングボードを使うと17回も跳べました」と運動ができた満足感を味わった子どもも出てきた。設置をしてしばらくは、列をつくって練習している姿も多く見られたが、しばらくすると、同じ子どもたちの姿をよく見るようになった。

<考察>

鉄棒の場や二重跳びの練習の場を設定したことは、子どもたちの挑戦意欲を喚起し、運動に積極的に取り組ませる上で効果があった。さらに活動を旺盛にしていくためには、鉄棒の場を設置できる時期に、「鉄棒教室」などのイベントを開催したり、二重跳びの練習の効果を実感できる仕組みを整えたりすることが必要ではないかと考える。

〔イ プログラムの提供について〕

この取組を行うに当たっては、まず、職員会議の中で取組内容を提案し、共通理解を図った。次に、 体育委員会を招集し、意欲付けを行うとともに、運営の仕方を話し、役割を分担した。体育委員会に は、給食時間に担当のクラスに呼びかけを行わせた。取組が始まると、特に低学年の子どもたちは、 早速昼休みにカードを持って運動を楽しみ、できるようになった運動を嬉しそうに報告していた。

チャレンジカードの達成者が出てくると、体育委員は、達成者のカードに合格シールを貼り、掲示板に名前を掲示するなど、自分の役割に責任を持って活動する姿が見られた。レベルアップカードについても、1位になろうと競って回数を増やす子どもも出てきた。教師も一緒になって取り組むことで、子どもの意欲は高まった。しかし、取組から2週間が過ぎても、達成者の数がなかなか伸びなかった。低学年、中学年、高学年それぞれの子どもたちに話を聞くと、次のような回答が返ってきた。

【低学年】

- 運動の中に難しいものがあって、全部は達成できない。
- 昼休みは、鉄棒やアスレチックで遊んでいるからやっていない。

【中学年】

- ・ たくさんやることがあって、何から取り組めばいいかわからない。
- ・ カードにサインをもらわなければならないので、面倒な時がある。

【高学年】

- 昼休みは、課題や委員会の仕事等で、なかなか十分に時間がとれない。
- ・ たまにしか昼休みがとれないから、好きな本を読みたい。

以上のことから、プログラムの提供について、次のように考察する。

<考察>

運動の中には、すぐに達成することが難しいものがあったことや、サインをもらうという仕組みを面倒に思っている子どももいたことから、カードの内容や仕組みに課題があることが分かった。また、「ボール編」「縄編」を同じ時期に行ったため、取り組む内容が焦点化されなかったことも要因としてあげられる。高学年に関しては、委員会等で昼休みが十分とれない子どもが多いため、貴重な昼休みの時間を自分が好きな遊びをして過ごしたいといった子どももいた。体育の時間以外は運動をしないといった子どもたちに焦点を当て、運動の楽しさを味わわせながら、日常化へとつなぐことを意図して取組を行ってきたが、取組には課題が残った。自由な時間である始業前の時間、中休み、昼休みにできそうな運動を提示して、長い期間子どもたちの自発性に委ねる取組では、十分に効果が上がらないことが分かった。本実践の課題を整理すると以下のようになる。

<本実践の課題>

- ① カードの内容と仕組みを誰でも手軽にできる運動になるよう見直す必要がある
- ② 取り組む内容が多かったため、内容を焦点化する必要がある
- ③ 期間を限定して、取組を行う必要がある
- ④ 運動する時間を設定する必要がある
- ⑤ 子どもたちの自発性に委ねるばかりでなく、**随時評価を入れながら共同的に**行う必要がある

② 体力テストの課題である柔軟性の向上をめざして

柔軟性に関する子どもの実態と取組の経緯

B小学校の平成27年度の体力テストの結果,全校共通して 柔軟性に課題があることが分かった。過去にさかのぼり,調査 をしてみると、【資料81】のように,過去3カ年において,全 国平均を上回った学年は少なく,全校で取り組んでいく必要性 を感じた。そこで,以下のような内容で,取組を実践すること とした。本取組における工夫点は,次の通りである。

B小学校	長座体前	方屈 3カ年	の結果
学年•性別	平成25年度	平成26年度	平成27年度
1年男子	48.7	53.4	50.2
1年女子	50	45.3	45.3
2年男子	42.5	43.9	48.1
2年女子	44.7	47.5	48.8
3年男子	43.9	43.9	48.2
3年女子	50	45.5	47
4年男子	42.1	46.4	49.3
4年女子	44.1	45.5	46.9
5年男子	53.2	47.7	47.7
5年女子	48.5	48.5	47.3
6年男子	51.2	47.3	48.6
6年女子	49.2	47.9	43
	偏差値を50 、全国平均り		

【資料81:B小学校における長座体前屈の3カ年の結果】

取組の内容と方法

ア 柔らかさアップカードの活用と柔らかさポイントの設定

子どもたちには、A小学校の取組と同様の柔らかさアップカード【前掲資料36,37】を配付し、取組を行った。柔らかさポイントに関しても同様に、体育委員会が毎週金曜日の昼休みに学級毎に集計し、その平均値を次の週の給食時間に放送するとともに、昇降口前に掲示することとした。その取組を4週間続けて行うことで高まりを期待した。

イ 柔らかさグランプリの開催

取組に目的意識をもたせるため、柔らかさグランプリと称したイベントを開催することとした。これは、4週間の取組を行った最後の週に行い、全校で数値を集計し、【資料82】のように、優秀な成績を収めた子どもや学級を表彰するようにした。

運営に関しては、体育委員会で役割を分担して行った。 事前に測定の仕方と測定までの流れを共通理解し、自分た ちで声かけを行いながら進めていくこととした。



①5月から1cmでも伸びていたら1ポイント ②伸びポイントを学級の数で割って平均伸 びポイントを出す ③平均伸び数が一番高いクラスを表彰 ④伸びポイントが高かった人ベスト5を表彰 ⑤記録が高い人ベスト5を表彰

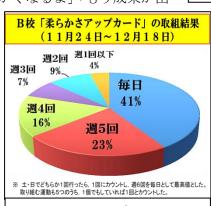
【資料82:柔らかさグランプリ】

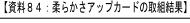
取組の結果と考察

柔らかさの取組に関して、子どもたちは意欲的で、「先生、昨日 お風呂上がりに全部やってみましたよ」「時間がかからないから、毎日がんばります」といった内容の話をしてくれた子どもがいた。また、1週間くらい過ぎると「前より体を動かしやすくなった」「柔らかくなった気がする」といった成果を実感し始めている子どももいたようだった。子どもたちとそのような話をしながら、「続けることができたら、きっと柔らかくなるよ」「もう成果が出

てきてすごいね」というように,励 ましや賞賛の言葉をかけ,意欲付け を行った。

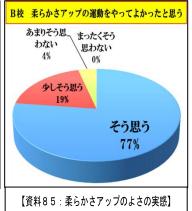
運営面においては、体育委員会が 自分の役割に責任をもち、積極的に ポイントの集約を行ったり、放送を したりして、次の活動へつなげてい た(【資料83】)。金曜日の昼休みに ①担当クラスのカードを回収する、







【資料83:柔らかさポイントを集計する体育委員会】



②集計を行う、③掲示板に数値を記入する、④カードを担当クラスに返却するというシステムが整い、 2人組で協力しながら、昼休みの最初の10分ほどで作業を完了することができるなど、効率的に行 うこともできていた。柔らかさアップカードの全児童の取組状況の結果は、【資料84】の通りである。 また、事後アンケートにおいて、柔らかさアップの運動のよさを実感しているか質問した結果、【資料

85】のようになった。

柔らかさグランプリにおいても、 体育委員会が活躍をした。数値を 測定する役、記録を記入する役に 分かれ、下学年に行い方を優しく 説明しながら、イベントを運営す ることができた(【資料86,8



【資料86:グランプリの受付をする体育委員】



【資料87:低学年の測定の補助をする体育委員】

7】。柔らかさグランプ リ後、教師が集計した数 値をもとに、給食時間に 優秀者と優秀クラスを放 送した。柔らかさグラン プリの結果と5月の体力 テストの長座体前屈の結 果を比較したものが【資 料88】である。

	12月 かさグランプリ(cm)
1年 28.0 25.4	
I	30. 9
2年 29.9 29.5	30. 6
3年 32.0 30.4	33. 2
4年 34.3 31.6	33. 1
5年 37.3 35.4	37. 4
6年 39.7 34.2	35. 0

長座体前屈の平均数値の変容(男子)				
	26年度 全国平均値(cm)	5月 体力テスト(cm)	12月 柔らかさグランプリ(cm)	
1年	25. 8	26. 2	28. 3	
2年	27. 3	26. 1	30. 2	
3年	29. 2	28. 2	31. 8	
4年	30. 5	29. 6	29. 7	
5年	32. 7	30. 9	33. 8	
6年	34. 1	33. 0	36. 0	

【資料88:B校の長座体前屈の変容】

く考察>

【資料83~87】は、子どもたちが柔らかさアップの取組のよさを感じながら、取組を積極的に行えたことを示すものであると考える。しかしながら、取組がほとんどできなかった子どももいるため、その子たちが意欲的に取り組むことができるよう、内容、方法を検討する必要がある。また、【資料88】から、全国平均値にまだ届かない学年もあるが、どの学年も、柔らかさの数値は確実に上昇していることが分かる。これらの結果から、「柔らかさアップカード」「柔らかさポイント」「柔らかさグランプリ」といった取組の有効性が窺える。また、この取組のよさと課題を考察した際、以下のようなことが言えるのではないかと考える。

くよさ>

- ① 4つの視点から手軽に行える運動を精選し、提示したこと
- ② 柔らかさグランプリを行うというゴール像を共有したこと
- ③ 毎日, **行った運動をチェック**させたこと
- ④ 毎週,**柔らかさポイントを集計して評価**を行ったこと

<課題>

- ① 取組が十分にできていない子どもへの手立てを講じる必要がある
- ② グランプリにおいて、数値を容易に比較できるカードを作成する等、子ども自身が成果をすぐに 実感できるよう手立てを講じる必要がある

③ B小学校における体力向上を図る日常活動に関する全体考察

【資料89,90】は、運動に関するアンケートの事前事後の結果を集約したものである。「運動が得意」ということに対しては、十分な伸びが確認できなかったものの、「運動が好き」ということに対しての数値の伸びが見て取れる。この成果を生み出すことができたのは、体育科学習に加え、

「運動機会の保障に向けて」「体力テストの課題の解決に向けて」という2つのねらいから、日常活動を意図的に仕組むことができたからではないかと考える。

運動機会の保障に向けては,「場の提供」「プログラムの提供」の2点から取組を行った。

鉄棒の場の活用においては、安心して運動ができる環境を整えることで、鉄棒特有の怖さや運動を行う際に生じる痛みを緩和し、取り組むきっか

運動への意識に関する事前・	事後アンケートの集約
B校 1~4年生	(3点満点)

l	番号	質問項目	事前	事後
	1	体を動かすことが好きです	2. 2	2. 7
	2	体を動かすことが得意です	1. 9	1. 9

※「はい」「どちらでもない」「いいえ」の3段階で回答した自己評価 ※「はい」・・・3点、「どちらでもない」・・・2点、「いいえ」・・・1点として点数化し、1~4年生の 平均数値を算出した

【資料89:運動意識の変容(1~4年生)】

運動への意識に関する事前・事後アンケートの集約 B校 5・6年生(4点満点)

l	番号	質問項目	事前	事後
١	1	運動やスポーツをすることが好きですか	3. 0	3. 4
	2	運動やスポーツをすることは得意ですか	2. 7	2. 8

※「4・・・とても、3・・・やや、2・・・あまり、1・・・ぜんぜん」の4段階で回答した自己評価 ※子どもが回答した段階の数値を点数化し、5・6年生の平均数値を算出した

【資料90:運動意識の変容(5・6年生)】

けをつくることにつながった。難しい技へのチャレンジ意欲を喚起することもできた。また,ジャンピングボードを設置したことで,非日常の感覚を味わいながら跳ぶ楽しさを味わったり,自力ではどうすることもできなかった課題を解決し易くしたりすることができた。しかし,場を設置しておくだけでは,次第に飽きがきてしまい,活動が停滞していくことがあることが分かった。さらに効果を高めるために,イベントの開催を位置付け,具体的な目標を設定することや取り組んだ成果を実感できるようにフィードバックを行える仕組みの整備が必要であると考える。

プログラムの提供は、実践事例 I と同様に、十分な成果が見られなかった。実践事例 I において考察した課題 (p. 25) をもとに、来年度に向けた取組を検討していく必要があると考える。

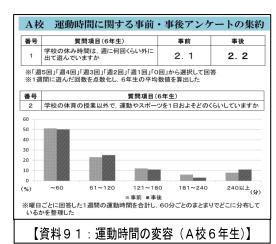
体力テストの課題から、柔軟性の向上をめざした取組においては、【資料84,85,88】のような成果が見られた。これは、柔らかさアップカードを活用して、<u>取り組む内容、時間を明確に</u>し、3ヶ月という<u>期間を設定した</u>こと、柔らかさポイントを設定して<u>評価の仕組みを整えた</u>こと、柔らかさグランプリにおいて成果を発揮するといった<u>明確な目標を設定したこと</u>によって、子どもたちの意欲が高まり、取組を継続させることにつながったのではないかと考える。

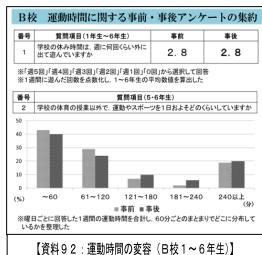
日常活動においては、学校の実態を考慮し、継続性、計画性、効率性という3つの視点を大切にしながら、時間、空間、仲間をつくりだすことで、体力の向上が期待できると考えていた。実践の結果、これらの視点は、取組を検討する上では大切であるが、取組をより具体化していく上では、A・B両小学校の日常活動についての考察によって見出されたキーワードを整理し直す必要があると考えた。以下の研究のまとめにおいて、日常活動のポイントとして整理していきたい。

Ⅳ 研究のまとめ

1 3つの子ども像について

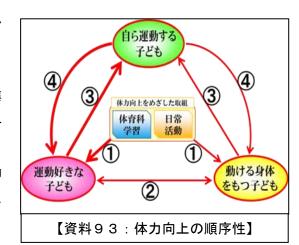
本研究は、構想で述べたように、3つの子ども(「運 動好きな子ども」、「運動を自ら進んでする子ども」、「動 ける身体を持つ子ども」)の姿の向上をめざし、学年組 織, もしくは学校組織を単位に, 協同して行える取組 について一考してきた。A小学校については、第6学 年「体力を高める運動」において、「運動を正しく行う」 「自分の体力に合わせて運動を工夫する」の2点から 運動面の変容をみることができた(【前掲資料31】)。 また、B小学校については、実践を行った授業のうち、 第2学年「宝運びゲーム」、第5学年「鉄棒運動」、第 6 学年「走り高跳び」の技能面の高まりを示した。実 践によって数値の伸びに差があるが、どの実践におい ても技能を向上させることができたと考える(【前掲資 **料71~73**])。また、日常活動の運動面においても、 【前掲資料43.88】から両校共に重点的に取り組 んだ「体の柔らかさ」の高まりが窺える。これらのこ とから、取り組んだ実践において、概ね「動ける身体 を持つ子ども」の姿を高めることができたと考える。





「運動が好きな気持ち」についても、事前と事後のアンケートの比較から、体育の学習の楽しさの高まり(【前掲資料32,74,75】)、運動を好きな気持ちの高まり(【前掲資料45,89,90)を確認できた。このことから、「運動好きな子ども」の姿を高めることができたと考える。最後に、「自ら運動する子ども」の姿についてみていく。【資料91,92】は、両校において「運動時間」に関する回答を集約したものである。これを見ると、両校共に十分な高まりが認められなかった。すなわち、3つの子ども像のうち、「自ら進んで運動する子ども」の姿を十分に高めるに至らず、

ここに研究の課題を見出すことができた。研究の構想 段階において、3つの姿の関連について述べてきた。 3つの姿全てに双方向の矢印が行き来し、同時に高まっていくものと考えていたが、この結果から、「自ら進んで運動する子ども」へと高めていくためには、【資料93】のように順序性があるのではないかと考えた。まずは、①のように、体育科学習を中核として「運動好きな気持ち」を高めたり、「動ける身体」へと高めたりすることで、運動をやってみようという意欲が高ま



ると考えた。ここで留意することは、「動ける身体」を高める際に、決して運動嫌いを生まないようにすることであると考える。「動ける身体」を高めようとするあまり、トレーニング的な指導に傾倒してしまうと、子どもは運動をさせられる状態になる。これでは、子どもは運動から遠ざかっていくこととなり、体力向上にはつながっていかないということである。すなわち、②のように、「運動好きな子ども」へと高めることを第一に考え、「動ける身体を持つ子ども」を育てることが重要であると考える。運動が好きになり、動ける身体になれば、③のように、自ら運動する子どもへと向かっていく可能性は高まるのではないだろうか。そして、そうやって自ら運動する姿へと高まった子どもは、④のように、さらに運動が好きになるとともに、さらなる動ける身体を獲得していくことになると考える。体力向上を図る取組を検討する際には、このようなサイクルをイメージしながら体育科学習と日常活動の両輪で進めていくことが重要ではないかと考える。

2 体力向上を図る組織的な取組内容について

(1) 体育科学習について

A小学校の体育科学習については、第6学年の学年組織を単位として、「体力を高める運動」に焦点化し、その組織的な在り方について考察してきた。体育科の領域の中で、唯一体力を直接高めることを目的に位置付けられている本領域は、①体力を高めるよさや必要性の共有、②手軽な運動の精選、③運動強度の選択、④運動の習慣化を図る日常活動との関連をキーワードに検討していくことが大切であることが分かった。すなわち、体力向上を図る体つくり運動の学習のポイントは、次のように整理できると考える。

<体力向上を図る「体力を高める運動(第6学年)」のポイント>

- ① 活動前に、自分の体力を見つめさせ、体力を高めるよさや必要性について共有する
- ② 誰もがいつでも手軽に行うことができる取り組みやすい運動を精選し、提示する
- ③ 運動の強度を自分の実態に合うように選択することができるようにする
- ④ 運動の習慣化を図る日常活動と体力を高める運動の学習と関連させ、事前に検討しておく

次に、B小学校の実践をもとに、体力向上を図る体育科学習について整理していく。B小学校については、学校組織として授業改善に取り組み、全ての子どもの体力向上を図る上で大切な授業づくりのポイントを探ってきた。研究においては、楽しさと運動量を前提とし、主体性、関与性、創造性の3つの視点をもとに授業づくりを行い、体育科の資質・能力を確実に身に付けさせることが体力の向上につながっていくと考え、実践を積み上げてきた。全ての学年において授業を実践したり、職員研修において協議を行ったりする中で、この3つの視点は課題解決学習をするに当たって必要となる視点であることが見えてきた。そこで、改めて授業実践をふり返り、研修での協議内容や職員への事後アンケートも加味しながら整理すると、更なるキーワードが浮かび上がってきた。①ゴール像の明確化、②誰もが楽しめる場づくり、③活動中のフィードバック、④学び方のパターン化の4つである。すなわち、体力向上を図る体育科学習のポイントは、次のように整理できると考える。

<体力向上を図る体育科学習のポイント>

- ① 誰もが達成可能な単元のゴール像を明確にして設定し、子どもと共有する
- ② 誰もが楽しさを味わいながら安心してくり返し活動することができる場づくりを行う
- ③ 活動中は、できる限り多くの肯定的及び矯正的フィードバックを行う
- ④ 課題を解決する学び方をパターン化し、定着させる

(2)日常活動について

体力向上を図る日常活動について、A、B両小学校の取組をもとに整理していく。A小学校に関しては、体力を高める運動との関連を意識し、巧みな動きと体の柔らかさの向上、1校1取組に位置付けられている長縄の取組の活性化をめざして実践を行い、学年を単位とした取組の在り方を検討した。B小学校については、日常的な運動機会の向上と課題である柔軟性の向上をめざした実践を通して、学校組織としての取組について試行し、検討を重ねた。その結果、体力向上を図る日常活動については、両取組に共通するキーワードが見えてきた。①手軽で多様な運動の精選、②全員が到達可能な目標の設定、③取組経過や成果に対するフィードバック、④取組内容・期間・時間の焦点化、⑤教師も一緒に活動する体制の整備を大切にして活動を検討、実施することである。すなわち、体力向上を図る日常活動のポイントは、次のように整理できると考える。

<体力向上を図る日常活動のポイント>

- ① 取組内容を選ぶ際は、楽しさが続くよう手軽で多様な運動を精選し、位置付けることが望ましい
- ② 取り組む際は、全員が到達可能な具体的な目標を設定する
- ③ 活動意欲が継続するように,取組の途中経過や成果を随時フィードバックする
- ④ みんなで一斉に取り組んでいけるよう、取組内容・期間・時間を焦点化し、明確に設定する
- ⑤ 教師も子どもと共に活動する体制を整備する

3 体力向上を図る組織運営について

本研究を進めていくに当たり、協力校 2 校において、来年度の体力向上プランの策定を念頭に置き、質問紙や聞き取り等の調査を行いながら取組を進めてきた。冒頭でも述べたように、全ての子どもの体力向上をめざして、PDCAサイクルを効果的に機能させていくためには、まずはその第一歩となる「目標」について考えていく必要があると考える。そして、設定された目標をもとに行った取組はどうだったのかを見直す「評価」も重要になると考えた。また、このような一連のサイクルを円滑に展開するためには、組織として何を大切にする必要があるのかを検討し、組織運営のポイントを見出していきたい。なお、検討にあたっては、以上の「目標」「評価」「運営の円滑化」を柱とし、組織を運営する側である協力校の管理職(校長)に聞き取り調査を実施した。この聞き取りによって考えを深めたことを本研究における組織運営面に関する取組結果と合わせ、3つの柱について整理していく。

(1)「目標」について

目標を立てる上でのポイントを3つに整理した。

1つは、学校の教育目標と関連させておくことである。学校長が出した知・徳・体の子どもの姿と絡んでいなければ、それは別のものになるおそれがある。目標がどう連動しているのかを整理しておかないと、本当の意味で目標を設定したことにはならない。

2つは、体力テストの結果だけでなく、運動習慣や運動意識について、目標を立てるために必要な実態を適切に把握し、それを根拠に課題と将来像を示すことである。この目標は、何なのか、どこからきているのかが分からなければ、共有しても十分な目標にはなりにくくなる。また、実態の中には、課題が入ることが多いが、それだけではなく、「この課題をクリアしたらここまで伸ばせる」という将来像を示す必要がある。つまり、実態から課題を示すと同時に、将来像を示すことで、より効果的な目標になる。

3つは, 具体性, 実現性, 発展性があることである。漠然としたもの, あまりに遠く高すぎて実現性に乏しいものは, やる気が起こらない。反対に, 目標が低すぎるとすぐに達成してしまうことになるが, それが更新していけるように仕組んでおけば, 価値あるものになる。つまり, 具体性があり, 実現が十分に可能で, 達成できれば更新できる発展性のあるものにすることが大切になる。本研究を進めるにあたっては、組締的に取組を進めていく際に、聯員会議や学伝会において、目

本研究を進めるにあたっては、組織的に取組を進めていく際に、職員会議や学年会において、目標について共有化を図ることで協同して取り組むことができたと考える。上述した3つのポイントをもとに目標を設定し、全員で共有することが重要になると考える。全員が同じ方向を向き、1つの目標の達成をめざすことができれば、その後も効果的なサイクルが期待できると考える。

(2)「評価」について

取組をもとに評価をしていく際のポイントを3つに整理した。

1つは、目標と同じように、学校経営要項をもとにして、学校評価と連動させ、評価計画を立て ておくことである。学校評価の項目に入っていないのに、体力向上プランの目標が設定されるとな ると、共有した目標をみんなで集まって評価することが難しくなる。また、目標を設定する際に、いつ、だれが、何を、どのように評価するのかの評価計画もセットにしておくことで、PDCAサイクルはより効果的に機能していくことが期待できる。

2つは,「取組指標」「成果指標」の2点から評価をする必要があるということである。まずは, その取組が確実に行われたのかという取組を評価する。そして,その結果,どんな成果があったか をふり返ることが大切になる。このどちらかだけが立派に評価されても,十分な評価にはならず, 取組の改善にはつながりにくくなる。

3つは、できるだけ短いスパンでこまめにチェックを入れ、取組を再考できるように余裕をもたせておくことである。本研究においても、取組の途中で、想定したように取組が進まず、見直しを検討する必要性に迫られたことがあった。一度決めた内容は、しばらく継続してみることも大切であると思うが、取組が効果のあるものだったのか、実際にやってみて無理なく運営していけるものだったのか等、見直す機会を設定しておく必要があると感じた。

(3)「運営の円滑化」に向けて

最後に、その他、組織運営を円滑に行っていくために大切になることを3つに整理した。

1つは、役割を細分化・明確化・意識化することである。どんなに素晴らしい取組でも、それが管理職や取組の主務者からのもらいもので、自分たちのものとしての意識が薄ければ、効果のあるものになりにくい。そのためには、例えば重点項目を決め、1つの取組を行う際に、リーダー、サブリーダーを決める。そして、できるだけ全員が取組に関わることができるように役割を明確化・細分化して仕組んでいく。そうすることで、一人一人の意識も高まっていく。本研究においては、私がコーディネーター役になり、中心となって取組を進めてきた。体力向上コーディネーターとして、組織運営及び取組内容についてリードできる人員が各学校にいることが望ましいが、そのような立場の人員を配置している学校は少ない。もちろん、体育主任は役割の一端を担うことになると思うが、体育関係の行事を抱えながら、体育主任1人で体力向上に向けてのコーディネートをするのは、現実的に厳しいだろう。しかし、体育部を編成し、体育的行事等を体育主任以外のメンバーで細分化することで、体力向上に係る授業づくりや日常活動にも力を注ぐことができる可能性が残されているのではないかと考える。

2つは, 内容管理と進行管理をすることである。内容が学校教育目標と合致するものになっているか, 無理なく進めていけるものになっているか等, 内容の整合性をチェックする。また, 計画と照らし合わせながら進捗状況を報告する場を設定する。その状況に応じて, 管理職等に随時指導や助言をもらいながら計画的に進めていけるようにすることが必要である。

3つは,外部ソースを有効活用することである。本研究では、体育科の授業を通して、体力向上を図る体育科学習について研修を行ったが、他にも全ての子どもの体力向上をめざして、教師が一丸となって取組を進めていくために、あらゆる研修の内容が考えられる。その際には、外部ソースの活用も視野に入れたい。近隣の学校で体育関係の内容に詳しい人材や地教委、教育事務所、体育研究所などの学校支援を活用することで、より充実した研修を行うことができると考える。しかし、その際には目的を明確にすることが大切である。外部からの協力者に内容を一任するのではなく、学校側として何を目的に研修を行うのかをはっきりさせることで、より効果が高まると考える。

以上のことから、体力向上を図る組織運営について、次のことを大切にする必要があると考える。

<体力向上を図る組織運営のポイント>

- ① 学校の教育目標をもとに、実態を根拠にして課題と将来像を明確にし、具体性、実現性、発展性のある目標を設定する
- ② 学校評価と連動させるとともに、取組指標・成果指標の2点から評価計画を立て、できるだけ短いスパンで評価をし、再考できる余裕をもたせておく
- ③ 役割の細分化・明確化・意識化を図り、内容管理と進行管理を行いながら、目的を明確にした外 部ソースの活用も視野に入れつつ、チームで協同して進めていけるようにする

以上,体力向上を図る組織的な取組について調査・実践をくり返し,考察をしてきた。今後も,整理したポイントをもとに実践を積み,再考を重ねながら,一般化を図っていけるよう努めていきたい。

引用・参考文献

• 小学校学習指導要領解説 体育編	文部科学省	2008
• 中学校学習指導要領解説 保健体育編	文部科学省	2008
• 高等学校学習指導要領解説 保健体育編	文部科学省	2009
・学校体育実技指導資料 第7集 体つくり運動授業の考え方と進め方(改訂版)	文部科学省	2012
・学校体育実技指導資料 第8集 ゲーム及びボール運動	文部科学省	2010
・小学校体育(運動領域)まるわかりハンドブック	文部科学省	2011
・平成26年度全国体力・運動能力,運動習慣等調査報告書	文部科学省	2014
・平成27年度全国体力・運動能力,運動習慣等調査報告書	文部科学省	2015
・子どもの体力向上のための取組ハンドブック	文部科学省	2011
・評価規準の作成、評価方法等の工夫改善のための参考資料【小学校体育】国立教育	育政策研究所	2011
• 運動生理学入門 猪飼道夫著	杏林書院	1969
・新体力テスト有意義な活用のために	ぎょうせい	2000
・体力テストの方法と活用	日本体育協会	2009
・福岡県スポーツ推進計画福岡	岡県行政資料	2014
・子どものスポーツ医学 宮下充正,他編	小児医学	1986
・スポーツ運動学 金子明友著	明和出版	2009
・鉄棒運動(教師のための器械運動シリーズ(3)) 金子明友著	大修館書店	1984
・陸上運動 投げる・とぶ 学校体育研究同志会編 ベースボール	レマガジン社	1988
・低学年の体育 大貫耕一・鈴木聡編著	日本標準	2008
・新しい体育授業の運動学 三木四郎著	明和出版	2005
・フロー体験入門 楽しみと創造の心理学 M・チクセントミハイ著	世界思想社	2010
・体力を高める運動 7 5 選 神家一成編著	東洋館出版社	2008
・遊びと人間 ロジェ・カイヨワ著 多田道太郎・塚崎幹夫訳 講訳	炎社学術文庫	1990
・体育の教材を創る 岩田靖著	大修館書店	2012
・これだけは知っておきたい「体育」の基本 白旗和也著	東洋館出版社	2012
・学校にはなぜ体育の時間があるのか-これからの学校体育への一考- 白旗和と	也著 文溪堂	2013
・これだけは知っておきたい「体つくり運動」の基本 白旗和也著	東洋館出版社	2014
・運動神経がよくなる本 中村和彦著	マキノ出版	2013
	県教育委員会	2009
・ふくおか発!体力向上のすすめ 福岡リ		
	具体育研究所	2007
・子どもの「体力向上」を図る教育活動の考え方・進め方 福岡県	具体育研究所 具体育研究所	20072015
・子どもの「体力向上」を図る教育活動の考え方・進め方 福岡県 ・体力アップ福岡モデル 福岡県		
・子どもの「体力向上」を図る教育活動の考え方・進め方福岡県・体力アップ福岡モデル福岡県・平成19年度 長期派遣研修員 研究報告書福岡県	具体育研究所	2015

おわりに

「運動を通して一人でも多くの子どもを笑顔にしたい」

この1年間,もち続けた私の願いです。

本年度,長期派遣研修員としての研修の機会のみならず,「子どもの体力向上」に視点を当て,例年にはないスタイルで研究をする機会を与えていただきました。さらに,授業研究にとどまらず,「組織的な取組」というこれまで考えることのなかった大きな枠組みでの研究にチャレンジさせていただけたことは,未熟な私の見方,考え方を広げる大きなきっかけとなりました。

研究を始めるにあたり、協力校の選定、研究スタイルの検討、研究のゴール像の設定など、様々な難題が待ち受けていました。研究内容においても、「体力とは一体何?」「体力を高めるにはどうしたらよいのか?」「学校組織で何ができるのか?」「どうやったら組織的に取り組めるのか?」など、数々の壁にぶつかりました。答えが出ないまま悶々とした日々を送る毎日が続く中、研究を支えて下さったのは、所員のみなさん、指導主事の先生方、同じ長研の先生方でした。

「新しい試みだから、体育研究所みんなで知恵を出し合って考えよう」

と温かく励ましの言葉をかけてくださいました。的確なご指導やご助言をしていただきました。私の拙い考えを懐深く受け止めていただき、温かく 見守ってくださいました。このことに対し、まずは心より感謝いたします。

協力校が決まって、いよいよ研究が動きだし、励みになったのは、笑顔で夢中になって運動する子どもたちの姿と体力向上に向けて前向きに真剣に考える協力校の先生方の姿でした。子どもたちからの、

「今まで体を動かすのは面倒と思っていたけど、この授業を通して、運動が大好きになりました。」

「体を動かすことがこんなに気持ちがいいとは思いませんでした。今後も続けたいです。」

などの感想は、たいへん励みになりました。もっと子どもたちを笑顔にしたいという気持ちが湧いてきました。また、体力を向上させるという1つの目標を共有し、目の前の子どもたちのために熱心に取組に協力してくださる先生方の姿にエネルギーをもらいました。しかし、「組織を動かす」という点では、思うようにいかず、課題もたくさん生まれました。そんな中、短期研修の講座で出会ったある大学の先生に悩みを相談すると、こんないにいかけられました。

「何分あるの?様々な教科を抱える小学校の先生が1日に体力向上について考える時間は何分?」

私は、この言葉にはっとすると同時に、これまで自分本位で研究を進めていたことを反省しました。そして、組織的に取組を進めていくためには、現状や実態を考慮するといった当たり前のことを改めて考え直して研究を進めていくことができました。研究においては、多くの課題が残りましたが、この1年間で得たことをもとに、尚一層努力をしていく所存です。

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くださいました福岡県教育委員会、福岡教育事務所、大野城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、温かいご指導・ご示唆を頂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、本研究に快くご協力頂きました、須恵町立須恵第一小学校の稲津校長先生、遠藤教頭先生、主幹教諭の永江先生をはじめ、多くのご支援を頂きました6年生の木下先生、埜口先生、松窪先生、諸先生方、筑紫野市立吉木小学校の野田校長先生、樋口教頭先生、主幹教諭の堀川先生をはじめとした諸先生方、在籍校である御笠の森小学校の岡校長先生、平野教頭先生、主幹教諭の深川先生をはじめとした諸先生方に心から感謝いたします。そして、本年度、縁あって出会うことができ、元気をくれた全ての子どもたちには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、より一層のご指導、ご鞭撻を賜りますよう、心よりお願い申し上げます。

平成28年2月19日

長期派遣研修員 新田 聖(大野城市立御笠の森小学校)