

平成 23 年度  
広島市教育センター

# 体の基本的な動きを身に付けることを目指した 体育科の指導法の工夫に関する研究

— 小学校低学年の体づくり運動領域の実践を通して —

広島市立落合小学校教諭

船原 浩 司

## 研究の要約

現代社会に生きる児童は、学校外での体験の不足、日常生活における遊びの減少等により、体力・運動能力の低下が指摘されている。

本研究では、児童が体の基本的な動きを身に付けることを目指し、そのための指導法の工夫を行った。指導法の工夫は、場づくりと言葉かけの2点に絞った。指導法を工夫すれば運動の楽しさを味わうことができ、体の基本的な動きを身に付けることにつながると考えた。さらに体の基本的な動きを身に付けることができれば、児童の運動に対する意欲も向上し、ひいては体力向上へとつながっていくと考えた。

実践授業では、ねらいに沿った多様な場づくり、運動の楽しさや運動のこつを体得できる場づくり、また児童の言動を価値付ける言葉かけ、自己の伸びを実感できる言葉かけ等を行った。これらの手だてにより、児童に体の基本的な動きを身に付けさせることが可能となるとともに、意欲を高めることにもつながった。

キーワード：体の基本的な動き，場づくり，言葉かけ

## I 問題の所在

中央教育審議会答申(平成20年1月)において、運動する子どもとそうでない子どもの二極化や子どもの体力の低下傾向が依然深刻であることが課題として挙げられた。

現在の全国体力・運動能力調査の結果を見ると、体力がピークであった昭和60年代と比較して「投」の分野について劣っていることが分かった。さらに広島市の新体力テスト結果で平成22年度と23年度を比較してみると、「投」の分野について課題があることが見受けられた。また平成23年度の所属校の新体力テストの結果と平成22年度の広島市の新体力テストの結果の平均値を比較すると、所属校の場合も広島市と同様に、「投」について課題があることが分かった。

これまでの自身の体育科授業実践を振り返ってみると、児童は楽しく取り組んでいるものの、技能(体の基本的な動きを身に付けることを含む)面で十分に能力を伸ばすことができていないのではないかと感じる。児童の技能を十分に伸ばすことができなければ、次第に学習意欲の低下へとつながり、体力の向上も期待できないのではないかと考える。

## II 研究の目的

小学校低学年体育科の体づくり運動領域の授業において、児童が体の基本的な動きを身に付けるための効果的な指導法の工夫を探ることを目的とする。

## III 研究の方法

### 1 研究主題に関する基礎的研究

### 2 検証授業の実施

### 3 検証授業の分析と考察

## IV 研究の内容

### 1 研究主題に関する基礎的研究

#### (1) 低学年の体づくり運動領域について

低学年の運動領域は、体づくり運動、器械・器具を使つての運動遊び、走・跳の運動遊び、水遊び、ゲーム、表現リズム遊びの6領域で構成されている。

また体の基本的な動きとして28の動きが例示されている。(【体のバランスをとる運動遊び「回る、寝ころぶ、起きる、座る、立つ、バランスを保つ」】【体を移動する運動遊び「這う、歩く、走る、跳ぶ、はねる、一定の速さでのかけ足」】【用具を操作する運動遊び「つかむ、持つ、降ろす、回す、転がす、くぐる、運ぶ、投げる、捕る、跳ぶ、乗る」】【力試しの運動遊び「押す、引く、運ぶ、支える、力比べ」])これらは、様々な運動を行う際の体の基本的な動きとなっている。その中で、特に「投げる」の動きについて本研究の対象として取り上げたい。

#### (2) 指導法の工夫について

高田典衛によると、よい体育授業とは「動く楽しさ」「解る楽しさ」「集う楽しさ」「伸びる楽しさ」の四つの楽しさを味わうことができる授業(以下、高田4原則と記す)であると述べている。「動く楽しさ」とは、自ら進んで運動に取り組む気持ちになったり、精一杯運動したりしたときの楽しさで、「解る楽しさ」とは、運動の仕方を発見したり、新たに分かったりする楽しさ、「集う楽しさ」とは、友達と仲良く運動することができる楽しさ、「伸びる楽しさ」とは、運動の技能が身に付いたり、上達したりする楽しさのことと解釈する。

本研究におけるよい体育授業とは、体の基本的な動きを身に付けることができる授業であると考え。すなわち高田4原則を備えた授業を行うことによって、体の基本的な動きを身に付けることができると考える。本研究では次の二つの工夫をもとに実践授業を行った。

#### ア 場づくりの工夫

- ・ 児童がやりたいと思えるような多くの場づくり
- ・ 人数に変化を付けたり、競争を取り入れたりできる場づくり
- ・ 運動のこつを体得できるような場づくり

#### イ 肯定的評価に関する言葉かけの工夫

- ・ 児童が分かったことを価値付ける教師の言葉かけ
- ・ 伸びを実感できるような教師や児童同士の言葉かけ

### (3) 体の基本的な動きについて

本研究は、体の基本的な動きを身に付けることをねらいとして、多様な動きをつくる運動遊びを行う。本研究では、「投げる」という体の基本的な動きに焦点化して運動遊びを行う。ここでいう「投げる」とは、「ボールをよいフォームで投げること」を意味する。「投げる」には、「腕の振りやスナップ」「体の向きや足の踏み込み」などの動きの要素が必要であり、それらを身に付けることが本研究でいう「投げる」動きを身に付けることにつながると考える。またこれらの動きの要素は、他の体の基本的な動きである「走る」「跳ぶ」などの動きを身に付けることにもつながっていくと考える。

## 2 検証授業の実施

広島市立A小学校第2学年を対象に、「体づくり運動領域」の単元計画(図1参照)を作成し、平成24年1月13日～2月3日に検証授業を行った。

## 3 検証授業の分析と考察

### (1) 分析の方法

#### ア 実践前と実践後に撮影した児童の体の基

本的な動き(「投げる」)のVTRを分析する。

イ 毎授業終了後に行った児童の意識に関するワークシートの分析や「できたこと」の記述を拠り所にして、よい体育授業を行うことができたかを数値化して分析する。

ウ 毎授業終了後に行ったワークシートの「友達のよかったところや頑張っていたところ」「先生や友達から言われてうれしかった言葉」の記述と、授業中の教師の発言記録から、指導法の工夫(場づくりの工夫と言葉かけの工夫)について分析する。

### (2) 分析と考察

#### ア 児童の体の基本的な動きの変化

児童の体の基本的な動きが身に付いたかどうかを、VTRを参考に、以下のポイントで3段階評価した。

#### 「投げる」の分析ポイント

- (7) 全身を使って、腕をむちのように振って投げている
- (イ) 投げる方向とは横向きに体を向けている
- (ウ) ステップ脚(投げ腕と反対側)が前に出ている
- (エ) テイクバック(ステップに先立ち、投げ腕を後方に引く)がある

4つの観点で評価していくと、「投げる」についてのポイントは206ポイントから273ポイント( $n=25$  最高値 300)に上昇した。この分析結果より、児童は「投げる」について体の基本的な動きを身に付けたと考えられる。また「投げる」動きの伸び(上昇率)については、全体で見ると平均2.68ポイントであるのに対し、「投げる」動きが低位であった児童4名については、平均5.00ポイントであり約2倍の伸びであった。

#### イ ワークシート(児童の意識と記述)の分析と考察

図2～5は毎授業後に児童の意識に関するワークシート調査を行った結果である。「できた」を4、「できなかった」を1とした4段階で児童が自己評価したものを平均した結果をグラフに表した。

日付	1月13日	1月17日	1月20日	1月24日	1月27日	1月31日	2月3日	
分	1	2	3	4	5	6	7	
5	○ オリエンテーション ・学習のねらいを知り単元の見直しをもつ	○ 準備運動を行う (だるま回り・ケンパ、くま・うさぎ・くも・あざらしの4つの場・ライン上ジャンケン、紙鉄砲・メンコ、ブリッジ・肋木・腕立て回りなど)						
10	・準備運動の場の説明を行う ・準備運動をやってみる ・グループ分け(4・5人×6チーム)	○ バランスをきける動きにチャレンジしよう ○ ホールを使った動きにチャレンジしよう	○ いろいろな技を工夫してみよう	○ 走った後膝んだりする動きにチャレンジしよう ○ フープを使った動きにチャレンジしよう	○ いろいろな技を工夫してみよう	○ かきつける動きにチャレンジしよう ○ ボール名人になろう	○ いろいろな技を工夫してみよう	
15		○ 本時のめあてを確認する ○ チャレンジ1 ・両足と片足の違い ・片足でぐるり(目) ・マットでごろり ・友達と(立つ、座る、肩揺め)	○ 本時のめあてを確認する ○ チャレンジ1 ・平均台 ・バランス相撲	○ 本時のめあてを確認する ○ チャレンジ1 ・たいこジャンプ ・走る・スキップ・横跳び(ひもつけ)	○ 本時のめあてを確認する ○ チャレンジ1 ・動物まねっこ(カンガルー、かえる、ムカデ) ・折り返しリレー	○ 本時のめあてを確認する ○ チャレンジ1 ・引っぱりっこ ・手押し車 ・運びっこ	○ 本時のめあてを確認する ○ チャレンジ1 ・壁登り逆立ち ・かえるの足うち	
20			○ チャレンジ2 ・投げ上げキャッチ ・円で		○ チャレンジ2 ・くぐる ・跳ぶ		○ チャレンジ2 ・投げ上げキャッチ ・ボールの当て	
25	○ 準備運動を通して行う(単元を通して毎時間行う)							
30	○ 今日の動きを行う ・体ジャンケン ・ラインジャンケン	○ チャレンジ2 ・はさんで移動(背中、おなか、足) ・列でボール運び ・投げずる(玉入れ、シャトル、ボール、新聞紙)	○ 学習したことを生かして、動きの工夫をグループで考える	○ チャレンジ2 ・回す ・転がす	○ 学習したことを生かして、動きの工夫をグループで考える	○ チャレンジ2 ・投げ上げキャッチ ・ボール的当て(距離)	○ 学習したことを生かして、動きの工夫をグループで考える	
35								
40								
45		○ 本時の振り返りをする						○ 本時と単元のとめをする

図1 単元計画

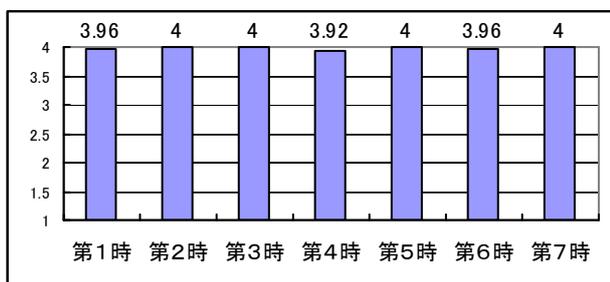


図2 楽しく学習できたか

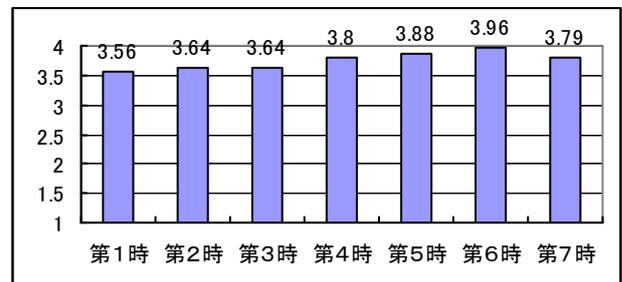


図4 運動がうまくできたり何か発見できたりしたか

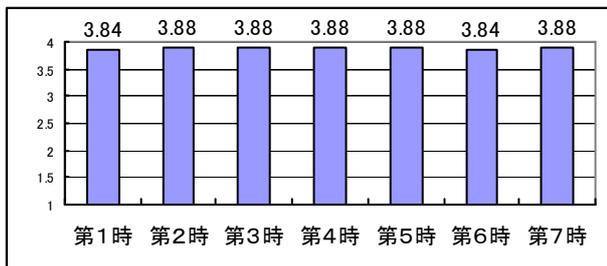


図3 力いっぱい運動できたか

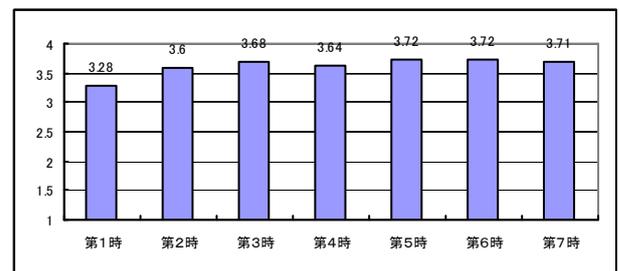


図5 友達のよいところを見付けたり励ましたりできたか

図3～5のグラフにおいて、第1時と第7時を比較すると三つのグラフとも数値が上昇している。このことから、児童は、高田4原則のうち「動く楽しさ」「解る楽しさ」「集う楽しさ」の三つについて楽しさを味わうことができ

たとえられる。

表1 「できたこと」の児童による記述

前半 (第1時~第3時)	後半 (第4時~第7時)
だるまができた	だるまが後ろからも前からもできるようになった
紙鉄砲ができた	紙鉄砲の小さいのが2つとも開くようになった

また、表1のように記述が発展した内容へと変化したことにより、児童は自分の技能の高まりを実感することができ、「伸びる楽しさ」を味わうことができたと考えられる。これらのことから、児童は四つの楽しさを味わったことで、図2のように「学習が楽しい」と感じ意欲的に取り組むことができたのではないかと考える。

ワークシート(児童の記述)と教師の発言記録の分析と考察

(ア) 場づくりの工夫について

一つ目に、児童がやりたいと思えるような多くの場づくりを工夫した。児童が意欲的に取り組むためには多くの場づくりが必要と考え、毎時間、場の設定を行った(図6)。またそれぞれの場で2~3段階のレベルアップを目指す動きのバリエーションも工夫した(図7)。



図6 場の設定例

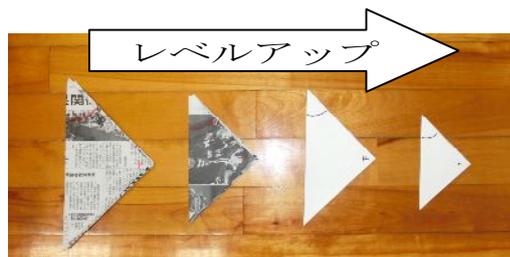


図7 レベルアップの例(紙鉄砲)

授業で行ったことを家で練習してくる児童もおり、運動に対する関心や意欲を高めることができたと考えられる。

二つ目に、人数に変化を付けたり、競争を取り入れたりできる場づくりを工夫した。このような工夫をすることにより、児童は飽きることなく運動に取り組むと考えた。そこでレベルアップを目指す動きのバリエーションの中に、意図的に人数を変えたり(図8)、競争する場面(図9)を取り入れたりした。



図8 人数の変化例(体ジャンケン)



図9 競争の場面例(動物リレー)

人数の変化や競争場面などの工夫をすることにより、児童は意欲的に運動に取り組んでいた。

三つ目に、運動のこつを体得できるような場づくりを工夫した。特に、「投げる」に関する場づくりを意図的に行った(図10)。また、準備

運動の六つの場のうち三つを「投げる」に関する場として設定した。



図 10 「投げる」に関する意図的な場づくり例

その結果、児童のワークシートに「投げる」ことに関する記述が多く見られた。具体的には、全7回記述したうち「投げる」ことに関するものは、全体の半分近くの平均3.08回見られた。このことから「投げる」に関する運動のこつを、児童が意識していたことが伺える。またVTRからも、児童は運動のこつを体得していたことが分かった。

#### (イ) 言葉かけの工夫について

一つ目に、児童が分かったことを価値付ける

よう教師の言葉かけを工夫した。本研究では「個別に」「その瞬間に」「運動のこつを含んだ言葉を簡潔に」ということに注意して教師による言葉かけを行った。その際、児童の意欲を低下させないよう賞賛の言葉かけを多用するように注意した。児童の分かったことを価値付けることは、運動のこつを教えることにつながると思う。また児童は、教師の言葉を大切にしていると思う。よって教師の言葉かけによりこつを実感することができ、友達同士へとこつが広がると考える。実際には、次のような言葉かけを行った。

- 足がよく上がってるね
- 左足を出してるね
- 足を出したらいい音がするね
- 力強くできてるね

「先生や友達から言われてうれしかった言葉」の記述の中で、教師から言われた言葉と友達から言われた言葉を比較してみると、教師から115回中の92回で80%、友達から23回で20%であった。このことから、児童がうれしいと感じる言葉のほとんどは、教師による言葉かけであることが分かる。また「友達のよかったところや頑張っていたところ」の記述のうち、92個中の84個(91.3%)が教師の発した言葉であった。児童は教師の発した言葉をよかったこととして記述するようである。このことから、授業中の教師の言葉かけが重要であることが分かる。実際に児童が「友達のよかったところや頑張っていたところ」として次のように記述している。

- 足がすごく上がっている
- 左足を思い切り前に出している
- すごく音が鳴っている
- 力強くしている

これらのことから、教師は運動のこつを常に意識して一人一人の児童にしっかりと言葉かけしてやる必要があることが分かる。児童の記

述の中には「紙鉄砲で手を右上にやると上手にできる」という独自の言葉も見られた。これは教師の言葉かけが発展した結果ではないかと考えられる。

二つ目は、児童が伸びを実感できるような教師や児童同士の言葉かけを工夫した。このような言葉かけを工夫し、伸びを実感することで、児童は学習意欲が向上すると考える。また動きができた瞬間に言葉かけをしてやることも、児童が伸びを実感するために必要なことであるとする。そこで毎授業、始めに前時のワークシート記述からできたことや伸びたことなどを数名発表することとした。すると紹介された児童全員が、図2の「楽しく学習できたか」を「できた」の4と評価し、その時間を意欲的に取り組んでいた。また動きができた瞬間の言葉かけとして次のような言葉かけを行った。

<input type="radio"/> 今の	<input type="radio"/> そうそう
<input type="radio"/> やったね	<input type="radio"/> オッキー
<input type="radio"/> ナイス	<input type="radio"/> いいね
<input type="radio"/> 上手い	<input type="radio"/> すごい
<input type="radio"/> よし	<input type="radio"/> できた

表2には、2名の児童の伸びの実感を児童自身によるものと他者の言葉かけによるものとに分けて紹介する。

表2 伸びを実感した児童の記述

	児童自身による実感	他者の言葉かけによる実感
A児	第7時「ジャイロが初めて壁まで飛んだ」	第7時 先生に「すごいね」と言われた
B児	第7時「面子を力いっぱいやったらできた」	第7時 友達から「すごいうまくなったね」と言われた

この2名は、意識の調査でもその時間のすべての項目で「できた」の4点満点評価であった。また「投げる」動きの伸び(上昇率)も平均4.00ポイントとクラス全員の平均(2.68ポイント)を上回っている。

## V 研究のまとめ

### 1 成果

今回の研究を通して、授業の中で指導法の工夫(場づくりの工夫・言葉かけの工夫)を行ったことが、体の基本的な動きを身に付けることに効果的であるということが分かった。

場づくりを工夫することで、児童が運動を意識して意欲的に取り組み、動きを身に付けることにつながったと考えられる。

また教師の言葉かけを意識して行うことで、児童の分かったことを価値付けてやることにつながり、運動のこつの共有につながったと考えられる。さらに、こつの共有ができることで子ども同士の言葉かけへと発展していき、技能の獲得につながったのではないかと考えられる。教師は児童の技能が伸びたときには、それを実感できるような言葉かけをタイミングよく行うことが大切であると分かった。

### 2 課題

本研究では、体の基本的な動きの習得はできた。しかしその活用という意味で動きを工夫させることまでには至らなかった。今後は2年間を見通して単元計画を立てることや、より一層の活動内容の絞り込みを行うことで動きを工夫させることができるのではないかと考える。

### 参考文献

- ① 高田典衛『授業研究シリーズ4 よい体育授業の技法』大修館書店 1984
- ② 日本体育協会スポーツ科学委員会『2007年度日本体育協会スポーツ科学研究報告集』(財)日本体育協会 2008
- ③ 文部科学省『小学校学習指導要領解説体育編』東洋館出版社 2008