

# 体 育 科

体育科部 石塚 祐子 藤井 祐聖  
研究協力者 鬼澤 陽子

## 1 体育科における「教科本質的な学び」について

「する・みる・支える・知る」の多様な関わり方を通して、運動やスポーツのもつ楽しさや喜びを実感する学び

体育科の本質的な意義の中核をなす見方・考え方は、運動やスポーツを、その価値や特性に着目して、楽しさや喜びとともに体力の向上を果たす役割の視点から捉え、自己の適正等に応じた「する・みる・支える・知る」の多様な関わり方と関連付けることである。この見方・考え方を踏まえ、体育科の教科本質的な学びを「『する・みる・支える・知る』の多様な関わり方を通して、運動やスポーツのもつ楽しさや喜びを実感する学び」とした。

本校では、「共によりよい生活を創造する子ども」の育成を目指している。「共によりよい生活を創造する子ども」の育成のためには、体育科を学ぶ本質的な学びである「『する・みる・支える・知る』の多様な関わり方を通して、運動やスポーツのもつ楽しさや喜びを実感する学び」が欠かせない。体育科の学びは、運動に取り組む中で、体力や技能の程度に関わらず、仲間と共に各種の運動の特性や魅力にふれることができる。そして、現在及び将来の生活を健康で活力に満ちた楽しく明るいものにすることや、運動やスポーツが多様な人々を結び付けることは、自分の幸せだけでなく仲間の幸せに目を向けることにつながり、共によりよく生きていることができる社会を創造していくことができるからである。

## 2 研究の方向

体育科の教科本質的な学びは、「『する・みる・支える・知る』の多様な関わり方を通して、運動やスポーツのもつ楽しさや喜びを実感する学び」である。教科の特性に着目すると、体育科では、運動の変化や高まりをゲームや運動の結果のみで判断してしまうことがある。すると、運動の変化や高まりがあるにも関わらず、自分の動きが変化したり、高まったりしていないと考え、途中で努力することをやめてしまい、運動やスポーツの楽しさや喜びをより実感できないことがある。そのため、多様な関わり方を通じた成功体験を積み重ねていくことが必要となる。成功体験とは、シュートが入ったや、試合に勝ったなどの結果や、動きのポイントを取り入れず跳べたや、回れたなどではなく、動きのポイントに沿った動きの変化や高まりを実感するという体験のことである。このような学習の中で「自信」を深めることは、困難な課題に対しても、仲間と協力して取り組みれば、自分や仲間の動きを高められることや、自分の動きを表現したり、自分の考えを伝えたりしても受け入れてもらえるという思いをもつことで、自分や仲間の動きを変化させたり、高めたりすることにつながる。動きの変化や高まりを実感できると、次の運動や学習に対して前向きな気持ちになり、取り組み続ける。このような学びを実現するために、多様な関わり方を通して取り組むことのよさに気付くとともに、自分や仲間の動きの変化や高まりを実感し、達成感を得ることが必要であると考えた。

そこで、「自信」を深める学びを実現し、共によりよい生活を創造する子どもを育成できると考え、研究を進めていくこととした。

### 3 研究内容

#### (1) 体育科における「自信」

体育科の教科本質的な学びにおける「自信」を以下の表のように捉えた。

自分ができる	多様な関わり方を通した学習をしながら、自分も仲間も運動の楽しさや喜びを実感できるようになるという自信
努力すればできる	取り組んだ動きに変化や高まりが見られなくても、見付けたり伝えられたりした解決策やコツに繰り返し取り組み、自分も仲間も運動の楽しさや喜びを実感できるようになるという自信
認められている	自分の動きを表現したり、自分の解決策を伝えたりしても、受け入れてもらえるという自信

#### (2) 「自信」を深める学び

問題解決的な学習過程	学習活動
【つかむ】過程	試しのゲームや運動をする。 できるようになりたい動きや学ぶよさの共有をする。 【他者と共に問題解決する期待感】
【追究する】過程	<p>【多様な関わり方を通した成功体験を積み重ねる】</p> <p>課題を見いだす</p> <p>多様な関わり方</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>運動に取り組む</li> <li>自分や仲間の動きをみる</li> <li>動きを評価・判断し、解決策を伝える、励ます</li> <li>動きのポイントを見付ける チームの課題を見付ける</li> </ul> <p>自分の動きの高まりの実感(振り返り)</p> <p>仲間の動きの高まりの実感(学習過程)</p> <p>※太字の部分には、新たな要素</p>
【まとめる】過程	クライマックスイベントを通した単元の振り返り【自分や仲間の成長の自覚】

体育科の自信を深める学びとは、問題解決的な学習の中で、多様な関わり方を通した自分や仲間の動きの変化や高まりを実感するという成功体験を積み重ねることである。【追究する】過程において、多様な関わり方を通して成功体験を積み重ねることで、多様な関わり方と自分や仲間の動きの変化や高まりとのつながりに気付くことができる。自分や仲間の動きの変化や高まりを実感するためには、課題を解決するために見つけた動きのポイントに照らして自分や仲間の動きを評価・判断することが必要である。自分や仲間の動きを評価・判断することで、解決策やコツに気付きやすくなる。仲間の動きを変化させたり、高めたりできる解決策やコツに気付くと、子どもたちは、自分の動きに取り入れるようになる。仲間の動きに対しては、励ましや称賛、解決策などを伝え、仲間が取り組んだ直前の動きと比較することで、仲間の動きの変化や高まりに気付くことができる。すると、仲間の動きから動きの解決策やコツを見付けることで、自分の動きの変化や高まりを実感することにつながる。こうした、多様な関わり方を通して、自分や仲間の動きの変化や高まりを実感するという成功体験を積み重ねることで、運動の楽しさ喜びの実感につながり、意欲や期待感を高めることができる。そうすることで、子どもたちは、他の運動でも進んで取り組もうという思いをもち、誰もが運動の楽しさや喜びをより実感でき、「自信」が深まると考えた。

### (3) 「自信」を深める学びに求められる子どもの様子

体育科における「自信」を深める学びに求められる子どもの様子を問題解決的な学習の過程に沿って表すと以下ようになる。

問題解決的な学習過程	求められる子どもの様子
【つかむ】過程	<p>【運動の高まりに対する期待感】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・できるようにになりたい動きや学び方を記述したり積極的に発言したりしている様子。</li> </ul>
【追究する】過程	<p>【多様な関わり方を通じた課題解決】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・仲間の動きに対して、励ましや助言、解決策などを積極的に伝えて、仲間が直前に取り組んだ動きと比較をして、変化や高まりに気付いている様子。</li> <li>・仲間の励ましや助言、解決策を受け入れて、繰り返し運動に取り組んでいる様子。</li> <li>・自分の動きの変化や高まりと多様な関わり方の関係について記述している様子。</li> </ul> <p>例) 仲間のアドバイスのおかげで、自分の動きが高まった。 仲間の動きから解決策を見付けて、自分の動きに生かした。 友達の励ましで、何度も取り組み、自分の動きを高められた。</p>
【まとめる】過程	<p>【多様な関わり方のよさの気付きと成長の自覚】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・単元を通じた自分の学習を振り返り、運動の楽しさや喜びについて記述や積極的に発言をしている様子。</li> </ul>

### (4) 学びのデザイン

#### ① 「自信」を深める学びを実現する学びのデザイン

「自信」を深める学びを実現するために、以下のデザインを構想した。

#### 【仲間の動きを比較する機会の設定】

「自信」を深める学びにおいて、誰もが運動の楽しさや喜びを実感するためには、多様な関わり方が、仲間の動きを変化させたり高めたりすることにつながっていると気付くことと、その気付きは、自分の動きの変化や高まりにもつながっていると気付くことが欠かせない。しかし、子どもたちは、仲間の動きを見て気付いたことを自分の動きに生かすことができることに気付いていない。そのため、課題解決するために見つけた動きのポイントに沿って、仲間の動きの変化や高まりに気付くことが必要である。そこで、一単位時間の導入で課題解決するために見つけた動きのポイントを見る視点として提示することと、タスクゲーム（仲間と連携した動きの育成を目指し、特定の技能等を高めるための活動）の中で、試技を2回連続で行い、仲間の直前に取り組んだ動きと今取り組んだ動きとを比較する機会を設定する。1回目と2回目の試技を比較し、変化や高まりを伝える。この仲間の動きの変化や高まりに気付くことができると、動きを変化させたり高めたりするコツや解決策に気付き、自分の動きにも生かすことができる。低学年においては、仲間の動きに対して、常に的確な解決策を伝えることは難しい。そのため、アドバイスできる声かけを子どもと共有し、練習の中で、活用できるようにする。こうした、仲間の動きからコツを見付けたり、解決策を伝えたりするなどして見方・考え方を働かせることで、成功体験を積み重ねることができる。このように、仲間に解決策を伝え、仲間がその解決策を生かそうとすることや、自分の動きの変化や高まりを仲間が見てくれていることに気付くことができると、運動の楽しさや喜びを実感できるようになり、多様な関わりを通して、「自分

はできる」「努力すればできる」「認められている」という自信の深まりにつながると考えた。

**【具体例】1年「ボールころころゲーム」**

【課題】ボールが転がってくるコースに移動して、ボールを捕ることができない。  
 【見つけた動きのポイント】仲間の動きを見る、転がったらすぐ動き、先回りする。  
 【アドバイスできる声かけ】動くタイミングと方向を伝える。  
 動くタイミング：ボール保持者がボールを転がすとき「今」と言う。  
 伝える方向：「右、左、真ん中」

Aさん：ボールが転がったタイミングで動かず、ボールを捕ることができない。

Bさん：ボールを持っているCさんを見て、ボールを転がしたら、転がる方向に動くといいよ。動くタイミングになったら「今」って言うね。

Aさん：ボールを持っているAさんをずっと見て、Bさんの「今」という合図を聞いて、すぐに動いた。

Bさん：さっきより動き出すのが早くなっていて、よかったよ。

その後、Bさんの試技

Bさん：ボールを持っているDさんをずっと見て、Aさんの「今」という合図を聞いて、すぐに動く。

**【自分の動きを高めるための関わり方の実感（振り返り）】**

これまで、「体育科の学ぶよさ」を共有することで、子どもは、多様な関わり方をすることが自分の動きを高め、より運動の楽しさや喜びを実感することができるという期待感をもって取り組んできた。(図1)しかし、自分ができるようになるために、「する」を中心に行っていると、多様な関わり方と自分の動きの変化や高まりのつながりを認識できていないことがある。



＜図1 体育科を学ぶよさを子どもと共有する際の板書例＞

そのため、多様な関わり方を通して、自分の動きの変化や高まりを実感する必要がある。そこで、一単位時間の終末で、「できるようになった動きとそのよさ」「できるようになった理由」という視点を提示し、記述や発言で多様な関わり方を意識した学習の振り返りをする。こうした、振り返りを蓄積し、伝え合ったり、見返す機会を設けたりしていくことで、【追究する】過程や、単元の終末、他の単元において、自分の動きの変化や高まりと多様な関わり方を結びつけることができる。多様な関わりを通じた動きの変化や高まりを実感するという積み重ねをすることで、運動の楽しさや喜びを実感し、「自分はできる」「努力すればできる」という自信の深まりにつながると考えた。

**【具体例】5年「フラッグフットボール」**

【できるようになった動きとそのよさ】  
得点には結びつかなかったけど、おわんみたいな形で腕を大きく広げて、相手を動きづらくしたら、仲間が走るコースを見付けやすくなっていました。

【できるようになった理由】  
 友達が「おわんみたいに、腕を大きく広げて相手を動きづらくするといいよ」とアドバイスしてくれたからです。(知る：コツが分かる)

**②教師の関わり**

「自信」を深める学びでは、運動の楽しさや喜びを実感するためには、成功体験を積み重ねることが必要である。課題解決に向けて、見つけた動きのポイントに照らして動きを評価・判断しながら運動に取り組む場面で、多様な関わり方を通して、自分や仲間の動きを変化させたり高めたりしながら学習に取り組んでいくことが考えられる。子どもたちは、自分や仲間の動きの変化や高まりに気付か

ず、見落としてしまうことがある。そこで、子どもたちの運動の楽しさや喜びの実感を促す教師の関わりが重要である。運動の場面において、動きの結果を評価・判断するのではなく、取り組んだ動きを目標とする動きから見付けた動きのポイントに照らして評価・判断できるようにする。そのために、教師が観察者に動きの変化や高まりを問いかける。また、見付けたポイントの動きに取り組んでいる子どもや、仲間の動きに対する解決策を伝えている子ども、仲間の動きの変化や高まりを伝えている子どもを称賛する。そうすることで、子どもたちは、自分や仲間が取り組む次の動きに生かそうと意欲的に取り組めるようになる。教師が称賛するタイミングは、動きに取り組んでいる直後とすることで、その動きと多様な関わり方のつながりがあることを、子どもに自覚させることができる。称賛を本人だけでなく、クラス全員に波及できるように、教師は、声の大きさを工夫したり、具体的なよい関わり方を伝えたりすることが必要である。

単元を通して、ドリルゲーム（基本的な技能の習得や習熟を目的とした練習内容をゲーム化した活動）やタスクゲームをする場面において【追究する】過程のはじめに、教師がチームの上位の子どもたちを称賛し価値付けることで、その子どもたちがチームの中心となり運動を取り組み、他の中位や低位の子どもたちは、いつでも目標とする動きを見ることができるようになる。また、上位の子どもたちは、自分の動きの変化や高まりを実感することで、中位や低位の子どもたちの動きに関わるようになる。中位の子どもたちは、価値付けられた上位の子どもたちの動きを真似しようと繰り返し取り組み、自分の動きを変化させたり高めたりすることができる。一方で、低位の子どもたちは、すぐには、変化や高まりが見られないことが多い。そのため、【追究する】過程の半ばに、教師が小さな変化や高まりを見取り、価値付けたり、上位や中位の子どもたちに、低位の子どもたちの動きを評価・判断するよう促したり、取り組んだ動きについて問いかけたりする。このように、教師が子どもたちに声をかける対象や順序、内容を決めておくことで、誰もが動きの変化や高まりに気づき、運動の楽しさや喜びを実感できると考える。

【具体例】3年「マット運動（壁倒立）」

Teacher: マットを蹴るようにして足を振り上げるという動きのポイントに何度も取り組み、少しずつ足が高くなったことを伝える子ども。

Student A: マットを強く蹴るといいよ。

Teacher: Aさんのアドバイスのおかげで、Bさんは、足が高く上げられたね。

Student B: 友達に伝えられたアドバイスを生かして、足が高く上げられた子ども。

Teacher: 足が高く上がったね。友達のアドバイスを生かせたね。

Student C: さっきより、足が高くなっていたよ。すごい。

Teacher: 前の動きと比べてよくなったところに気付けたね。Bさんができるようになってうれしいね。

#### 4 成果と課題

本校体育科における問題解決的な学習の中で、「共によりよい生活を創造する子ども」の育成に向けて、「自信」を深める学びのデザインについて研究を進めてきた。その結果、次のような成果と課題が明らかになった。

##### ○成果

仲間の動きを比較する機会を設けたことで、見付けた動きのポイントに沿った仲間の動きの変化や

高まりに気付くことができ、仲間の動きに対して、楽しさや喜びを実感することができた。また、振り返りにおいて、自分の動きの変化や高まりと多様な関わり方の視点を基に考えることで、自分の動きの変化や高まりが、多様な関わり方によって高められていることに気づき、次時でも取り入れることができた。

#### ○課題

誰もが運動の楽しさや喜びを実感するために、自分や仲間の動きの変化や高まりに気付く機会を設定した。しかし、仲間の動きに対して多様な関わり方をしたことが、自分の動きを変化させたり高めたりすることにつながると気付いた場面が少なかった。それは、仲間の動きに対して、「支える」関わり方をして、満足してしまったためである。そのため、子どもたちが、仲間の動きを見て自分の動きに生かしたことを振り返ったり、教師が仲間の動きからコツを見付け、解決策を見いだしたことを自分の動きに取り入れている子どもを価値付けたりしていくことで、子どもたちの「自信」が深まるとともに、教科本質的な学びを実現できると考える。

#### 【参考文献】

- ・ 齊藤 慎一（2024）『子どもに任せる体育授業』明治図書出版株式会社。
- ・ 北浦 佑基，鬼澤 陽子（2024）『楽しい体育の授業 10月号 No.421, p.12-13.』明治図書出版株式会社。
- ・ 群馬県教育委員会義務教育課（2019）『はばたく群馬の指導プランⅡ p.91』