

## 豊かなスポーツライフの実現に向けた授業づくり ー生徒が学びをデザインする体づくり運動の実践よりー

河合 甘奈\* 森 勇示\*\* 石川 陽介\*\*\* 鈴木 一成\*\*

\*附属名古屋中学校

\*\*保健体育講座

\*\*\*附属名古屋小学校

### The making of class for the realization of the abundant sports life – practice of the physical fitness that students designs learning –

Kanna KAWAI\*, Yuji MORI\*\*, Yosuke ISHIKAWA\*\*\* and Kazunari SUZUKI\*\*

\*Nagoya Junior High School Affiliated to Aichi University of Education, Nagoya 461-0047, Japan

\*\*Department of Health and Physical Education, Aichi University of Education, Kariya 448-8542, Japan

\*\*\*Nagoya Primary School Affiliated to Aichi University of Education, Nagoya 461-0047, Japan

Keywords：豊かなスポーツライフ 学び デザイン 体づくり運動

#### I はじめに

平成29年告示中学校学習指導要領解説保健体育編（文部科学省・2018）では、「豊かなスポーツライフを実現する資質・能力を育成することを重視する」としており、いつでもどこでもだれとでも運動を楽しむことができる生徒の育成が求められている。しかし、指導のしやすさを背景に男女別習や技能別で学習を進めている授業は少なくない。また、教師が技能の習得に重きを置いた課題を与えることで、生徒が主体的に学習に取り組めなかったり、運動の特性に応じた学習ではなくなってしまうたりする場合さえ起こりうる。つまり、教師が与える環境や課題によって、生徒の学びを制限してしまう可能性がある。

生徒が主体となり、その場にいる誰もが楽しめるようにルール等を設定したり、いつでも運動を楽しめるように動きを身に付けたりする必要があると考えた。そこで、生徒が運動をする中で、課題を発見し生徒自らがそれを解決していく授業づくりを行う。このように、生徒が自らの学びをデザインすることで、実感を伴った知識・技能を生成することになり、豊かなスポーツライフを実現する資

質・能力を育成することができると考えた。

#### II 研究の構想

##### 1 単元について

本実践の対象は、中学3年生である。実践した体づくり運動は、体を動かす楽しさや心地よさを味わい、健康の保持増進を目指し、目的に適した運動の計画を立て取り組むことについて探究できる教材である。本単元における運動の計画とは、様々な視点から多様な動きをつくり、対象や目的に応じて動きを改善することとする。なお、動きは「捕る」に限定し、共通の思考対象として「対象に合わせた多様な捕る動きをつくるために」という課題を教師が設定する。生徒が主体となり、他者と協働しながら動きの改善を繰り返し多様な捕る動きをつくることで、多様な捕る動きについての運動の計画を立てたり取り組んだりすることを楽しむ姿、つまり生徒自らで学びをデザインする姿に期待したい。

## 2 手立て

### (1) 単元構想

時数	活動内容
1	<ul style="list-style-type: none"> <li>・お手玉を上に向けて捕る動きの実践</li> <li>・拍手や1回転など条件を変えた捕る動きの実践</li> <li>・多様な捕る動きの実践</li> <li>・振り返り</li> </ul>
2	<ul style="list-style-type: none"> <li>・多様な捕る動きの実践 (対象に合わせた動きを意識)</li> <li>・振り返り</li> </ul>
3	<ul style="list-style-type: none"> <li>・多様な捕る動きの改善 (設定した目的を意識)</li> <li>・振り返り</li> </ul>
4	<ul style="list-style-type: none"> <li>・多様な捕る動きの実践 (小学生に合わせた動きを意識)</li> <li>・振り返り</li> </ul>
5	<ul style="list-style-type: none"> <li>・小学生に実際に行ってもらう</li> <li>・単元の活動を振り返る</li> </ul>

単元全体を通して、運動と振り返りを繰り返す授業構成とすることによって、生徒が自ら学びをデザインできるようにする。

### (2) 小中合同授業

単元の後半は、小学5年生を対象とし、目的とその目的に応じた捕る動きを考えさせる。その後、小学5年生に対して、生徒が考えた捕る動きに取り組んでもらい、ともに捕る動きを楽しむ姿に期待したい。

## Ⅲ 実践の報告

### 1 多様な捕る動きをつくる (第1時)

初めに、生徒に一人一つお手玉を持たせ、誰でもできそうな上に向けて投げて捕る動きを実践させた。また、拍手や1回転、背面キャッチなどの条件を変えた捕る動きに10種類程度取り組ませた。足で捕る、ジャンプと回転の組み合わせなど、新たな捕る動きに取り組んでいる生徒がいれば全体に共有し、生徒の気付きを大切にしながら捕る動きづくりに取り組ませた。その後、一度学級全員を集め、「どのような捕る動きをしましたか」と問い掛け、取り組んだ動きを振り返らせた。その際、発表された意見を扱う物や条件などの捕る動きをつくる視点が分かるように、教師が分類しながら板書した。捕る動きをつくる視点を参

考に、グループに分かれて多様な捕る動きに取り組ませた。その際、事前に用意しておいた様々な種類のボールやコーン、ネットなどの物を提示し、どれでも使ってよいことを伝えた【資料1】。

お手玉、ラグビーボール、ハンドボール、バレーボール、サッカーボール、フラフープ、ドッジボール、スポンジボール、ソフトテニスボール、テニスボール、フリスビー、バスケットボール、コーン、ミニコーン、コーンバー、バドミントンネット、マット

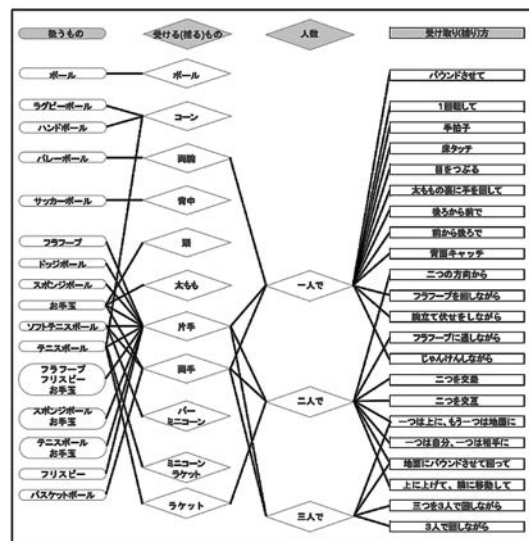
#### 【資料1 多様な捕る動きを引き出すために用意した物】

捕る動きをつくる視点を整理したり、様々な物を用意したり、友達との関わりや全体での共有を行ったりすることで、全体の中で出た意見を試す生徒、コーンを用いて捕ったりネットを介してネットの上や下から来るボールを捕ったりするなどの捕る動きをする生徒などが見られた【資料2】。

#### 【資料2 コーンバーとコーンでボールを捕る動き】



授業の最後に、取り組んだ動きを振り返らせ、Google フォームで回答させた。回答された意見は Google スプレッドシートで学級全体に共有した【資料3】。



#### 【資料3 第1時で生徒がつくった捕る動き】

## 2 課題発見・解決策をつくる(第2・3時)

前時に出された Google フォームの回答からフラフープやフリスビーなどを用いることや、フラフープの中を通したりネットをくぐったりしながら捕るなどの動きを紹介し、新たな捕る動きをつくる上での参考にさせた。そして、「前時で考えた動きを参考に、自分で対象と目的を設定し、動きを考えよう」と伝えた。対象や目的を考える際は、近くの生徒と相談しながら考える姿が見られた。対象としては、幼稚園児やお年寄り、片手が不自由な人などがあった。目的としては、楽しみながら捕る動きを身に付けることや頭を使いながら体を動かすこと、普段動かさない部分も使いながら体を動かすことなどがあった。これらの対象や目的に合わせて、「投げたボールを複数人で競いながら捕る」「コーンバーにコーンをはめて捕る」などの動きを考えた。対象や目的に合う捕る動きを考える際も、近くの生徒と相談したり、スケートボードなど用意された物以外の物を用いたり、意欲的に捕る動きをつくる姿が見られた。

生徒は自分自身で動きを試したり、グループの友達に行わせて意見をもらったりする中で、「一人が複数のボールを同時に投げると投げる範囲が狭まるため捕る動きが小さくなる」「バーと手との間が長すぎて捕ることが難しい」などの課題をもった。生徒は、グループの生徒にアドバイスしたり、アドバイスを受けて動きを改善したりしていた。学習プリントの記述には、「連続でいろんな場所に投げられたボールを捕る」「上下に動いて捕る」「短いバーにして片手でも持てるもので捕る」などの「扱う物」や「受け取り(捕り)方」を見直した動きの改善が見られた。

## 3 小中合同授業(第4・5時)

前時の解決策の内容を学級で共有し、捕る動きの改善の仕方について様々な視点に触れさせた。また、単元の最後に、小学5年生に対して、中学生が考えた捕る動きに取り組ん

でもらい、小学生に合った捕る動きを考えることができたかを振り返る活動を行うことを伝え、この時間に小学5年生に合った捕る動きを考えることを伝えた。まず、学級全体で小学5年の児童の特性を考えさせたところ、「わんぱく」「ゲーム好き」などが挙げられた。次に、グループで目的を考えさせたところ、みんなで協力しながら捕る動きを身に付けることや判断力を高めながら捕る動きを身に付けることなどがあった。これらの目的に合わせて、「小学生と中学生が輪になり一斉にボールを隣の人に投げ全員で捕る」「赤いお手玉は右手で、白いお手玉は左手で捕る」などの動きを考えさせた。授業の後半で、グループ同士で互いの捕る動きを試させ、アドバイスさせた。全員が参加できるように人数を増やしたり、楽しい要素を取り入れるために捕ったボールの色によって異なるポイントを付けたりなどの改善が見られた。グループ同士で試させることで、自分たちが考えた捕る動きのよさや改善点に気付くことができ、小学5年生に行わせるイメージがついた様子だった【資料4】。

### 【資料4 グループ同士で試させ合う様子】



単元の最後の時間は、実際に小学5年生に中学生が考えた捕る動きに取り組ませた。初めに、小学生に「対象に合わせた多様な捕る動きをつくるために」を考えてきたこと、本時では各グループが考えた目的と捕る動きが合っているかを確かめるという意図を伝えた。その上で、各グループに分かれ、捕る動きに取り組ませた。どのグループも小学生に目的や捕る動きについて丁寧に説明できた。取組の際にも小学生と中学生が話したり、楽しみ



ながら体を動かしたりする姿が見られた【資料5】。

【資料5 中学生と小学生がともに運動する様子】



授業の振り返りの時間には、小学生からは「キャッチするという運動だけでも色々な種類のやり方があって、面白かったし楽しかった」「上から赤と白のお手玉が落ちてきて、それをキャッチするやつが一番楽しかった」などの感想があった。中学生からは「小学5年生は適応が早いと思っていたので、難易度を設定してだんだんと難しくすることで、『慣れてつまらない』とならないようにできたと思う」「足腰を動かしながら楽しく行ってほしいと思っていたから、実際に足腰を使って目的を果たせたと思った」などの感想があった。自分たちで考えた目的に沿った動きができたと実感できた生徒もいたようである。さらに、単元のまとめとして「対象に合わせた多様な捕る動きをつくるためにどのようなことを考えましたか」と問い掛け、ロイロノートの付箋で提出させたところ、「使う道具の種類やどのように捕るか、捕るために必要な動きを考え、それらを目的に合わせて組み合わせた」などといった内容でまとめることができた生徒が多かった。捕る動きをつくる視点を理解し、実際に捕る動きをつくることができたと考える【資料6】。

休つきり運動 (計算に合わせて 多様な運動を動かすつくるために)

使うもの	使ったし (備る)	使うし方 (細り)	内容	目的
お玉手	手 腕 足の甲 ナギ	背面もツッチ 1回転 拍子	ネオとリッホして 背面一前 ボールを踏ませ お玉手	音節不足解消 リハビリ 成長 友達と協力
スポンジ ボール	足 頭	ジャンプ	面転、逆立ち	
バレ ーボール	ミニコーン コロン	3人で(足しして) 遠くへ投 3人でバウンドする 3人で同時投 3人でボールの上で 3人で連続投	足で挟んで バウンドの足もツッチ お玉手 目的 頭の上のコーン ボールとボールの上で 4つのボールと 3つの道具を	合っているか 数、人数 意識度 リズム 速さ 理論力
フフア トラン カシ	トラコ フムベ フフア	フフアお玉を蓋して		

【資料 6 単元全体の板書】

## IV おわりに

本実践では、生徒が主体となり、他者と協働しながら動きの改善を繰り返し多様な捕る動きをつくることで、多様な捕る動きについての運動の計画を立てたり取り組んだりすることを楽しむ姿、つまり生徒自らで学びをデザインする姿に期待し、研究を進めた。多くの生徒が捕る動きについて、どのような動きができるか、何を使うとよいかなど考えながら、動きを改善し、多くの捕る動きをつくり出すことができた。これは、教師が示した動きについて探究するのではなく、生徒が主体となり、動きづくりそのものについて探究したことで、生まれた姿だと考えられる。このように、生徒が自らの学びをデザインすることで、その場にいる友達や小学生と楽しめるように、動きを改善したり、条件に合った捕る動きを選択したりすることにつながり、豊かなスポーツライフの実現に近づくと考えられる。

## V 文献

文部科学省：中学校学習指導要領（平成29年告示）解説 保健体育編、東山書房、2018.

梅澤秋久：体育における「学び合い」の理論と実践、大修館書店、2016.

松田恵示：「遊び」から考える体育の学習指導、創文企画、2016.