

生き生きと活動する子どもの育成

—— 一人一人の活動の場を保障した体育授業を通して ——

田 中 弘 (安城南部小)
筒 井 清次郎 (体育教室)

The Research for the Bringing-up of Vividly Active Students

Hiroshi TANAKA (Anjyo chubu Elementary School)
Seijiro TSUTSUI (Department of Physical Education)

8秒間走を取り上げ、グループ競争や自己評価をさせていく中で、子ども一人一人が生き生きと活動する姿を目指して研究を行った。

8秒間走を行う中で、自分自身でめあてを決めグループで協力し、教え合いながら練習することで、生き生きと活動し、目標としていた記録を達成することができ、短距離走としての記録の向上につながった。

グループで競争する場を設定したことは、他のグループへの競争心というよりグループ内での協力や教え合うという面で成果が見られた。

キーワード：8秒間走 自己評価 グループ競争

1 主題設定の理由

今まで行ってきた体育授業を振り返ると、運動の技能やルールを教え込み、子どもがそれらを受け身で学習していくことが多く、ごく一部の運動の得意な子ども以外は、運動が楽しい、もっとやってみいたいという気持ちを持つことが少なかったように思われる。生涯体育・スポーツの基礎を培うために、子ども一人一人が自ら運動に親しみ、楽しく活動しようとする意欲を持ち、自分自身の運動課題の解決を目指して、活動の仕方を考えたり工夫したりするような授業作りが大切であると考える。

陸上運動の短距離走の授業では、記録の測定が中心となりがちで、子どもたちが自主的に活動することが少なくなりやすい。そこで、子ども一人

一人が自分に合った記録に挑戦したり、仲間と競争したりすることが比較的行きやすい8秒間走を取り上げた。

8秒間走は、スタート位置を自由に選べるので、個人差に対応し、勝敗に関係なく、自分なりに力を伸ばしていくことができる。そして、小刻みな距離目標を持つことができるので、短期間では記録の伸びの少ない短距離走でも、達成の喜びを味わうことができるのではないかと考えた。

また、ゴール地点で他者との優劣がつかなく、自分の決めた目標を達成すれば足の遅い者も含めて全員が勝者となれるので、以前の自分の記録との競争となり意欲的な活動が期待できる。

2 研究の目的

6年生の短距離走の授業で8秒間走を題材に、短距離走の特性及び8秒間走の持つすばらしさにふれながら、意欲的に能動的に活動する子どもを育てる。

3 研究仮説

仮説1 8秒間走の自分に合った目標を持たせれば、自己の目標に向かって生き生きと活動し、記録の向上につながるであろう。

仮説2 グループ作りをし、グループ対抗で競争する場を設定してやれば、意欲的な活動ができるであろう。

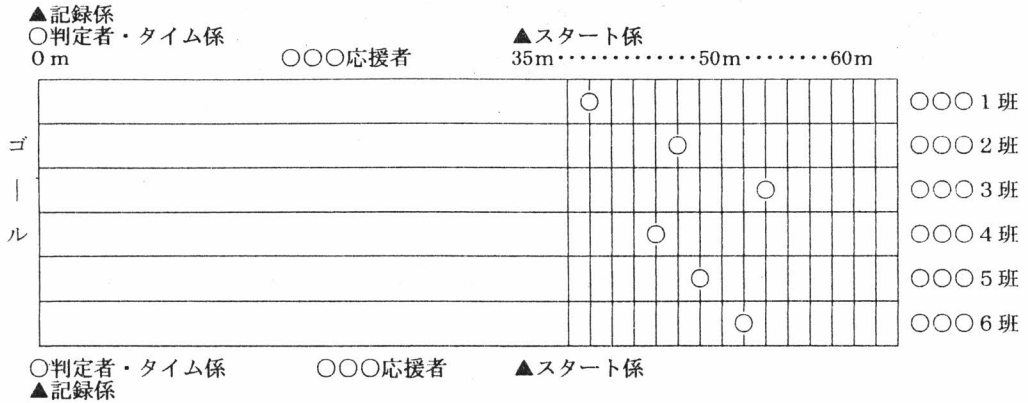


図1 8秒間走の概略図

仮説3 毎時間の学習の中に自己の活動を振り返る場を持たば、自分に合った目標を設定することができ、意欲的な学習ができるであろう。

4 研究の方法

(1) 8秒間走

ゴール地点を0mとし、35mから60mまで50cmごとのスタートラインを引いたコースを各グループに1コースずつ用意する。スタート位置は、各自の目標に合わせて決め、毎時間3回程度の測定を行う。スタートの合図、8秒間のタイム測定、ゴール判定などすべてグループごとに行うようにさせる(図1参照)。

初めに50m走のタイムを測定し、 $50m \div 50m$ のタイム $\times 8$ 秒で基準になる距離、スタート位置を計算し、各自の目標とする。

測定結果は、学習カードに記入させる。記録の

伸びがわかりやすいように、グラフも記入させる。

(2) グループ競争

50m走のタイムを基に、各グループの平均タイムが等しくなるように5~6人の異質グループを6グループ、編成した。準備運動、走法練習、計測等、できるだけ多くの場面をグループ活動とした。

グループ活動が、より自主的、協力的になっていくように8秒間走の記録を基にグループ競争を毎時間行う。50m走のタイムより計算した基準の距離が合格した場合を10点とし、50cm記録を伸ばすごとに1点加算する。8秒間走を知るために初めの記録の平均点との差が一番多いグループを優勝とする。

なお、人間関係を配慮して、グループ競争の勝敗に8秒間走の距離が直接目に触れないように得点化して競争させる。

表1 8秒間走学習カード

	今日の学習のめあて・練習方法	特に気をつけること	自己評価	反省・感想
月 日			楽 5 4 3 2 1 協 5 4 3 2 1 約 5 4 3 2 1 め 5 4 3 2 1 工 5 4 3 2 1 技 5 4 3 2 1	
	楽しさ…楽しく練習することができましたか 協力…グループの人と教え合いながら協力してできましたか 約束…約束を守って、しっかりとした態度でできましたか めあて…めあてをしっかりとってできましたか 工夫…工夫して練習することができましたか 技能…練習したことがうまくなるようになりましたか		5・とてもよくできた 4・少しできた 3・ふつう 2・少しできなかった 1・ほとんどできなかった	

表 2 学習の流れ

時	7分	3分	15分		15分	5分
1	準備運動	50m走タイム測定, グループ作り, 8秒間走の試し				整理運動
2	補助運動 (各グループ)	め	走法練習	スタート練習	8秒間走測定 (グループ活動)	学 習 カ ー ド 記 人
3		あ	(グループ	フォーム作り		
4		て	活動)	まっすぐ走る練習		
5		の		弱点練習		
6		確		弱点練習		
7		認	記録会			

(3) 自己評価

授業の終わりに学習カード(表1参照)に自己評価をすると、授業中の活動を反省し、次時への自分に合った目標の設定を容易にし、主体的に取り組むことになり、生き生きと意欲的な活動ができる。

また、グループ競争を取り入れた8秒間走を行うことで、運動に親しむことや活動の仕方を考えたり工夫したりできたか確かめるためにも、自己評価をさせる。自己評価の項目は、文部省の「新しい学力観に立つ体育科の授業の工夫」を参考にした。6項目、5段階で毎時間記入させる。

5 研究の内容

(1) 学習の流れ(表2参照)

(2) 8秒間走の得点の変化

8秒間走の得点の変化を、図2に示した。

第1時に、試しに行った8秒間走では、得点の平均は7.85点となり、50m走のタイムから計算した基準の距離(得点では10点)に遠く及ばなかった。50m走と同じように走れば、合格するはずであるが、初めて行った8秒間走ということで、合格しやすいようにスタート位置を基準の距離より1、2m手前から始めていたようである。

第2時以降、前時の合格したスタート位置から挑戦する記録を決めたため、10点まで到達するのに時間がかかってしまった。1時間に挑戦できる回数が多くて4回程度なので、記録の伸びは緩やかであった。

第5時になって練習の成果も合わせ、記録が伸びてきた。最後に行った記録会では、グループごとの挑戦ではなく、記録会ということで6グループから1人ずつ出での挑戦にした。前回の第6時

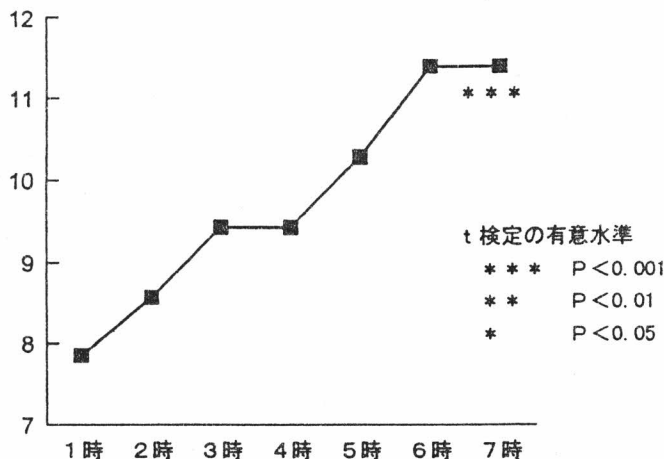


図2 8秒間走得点の変化

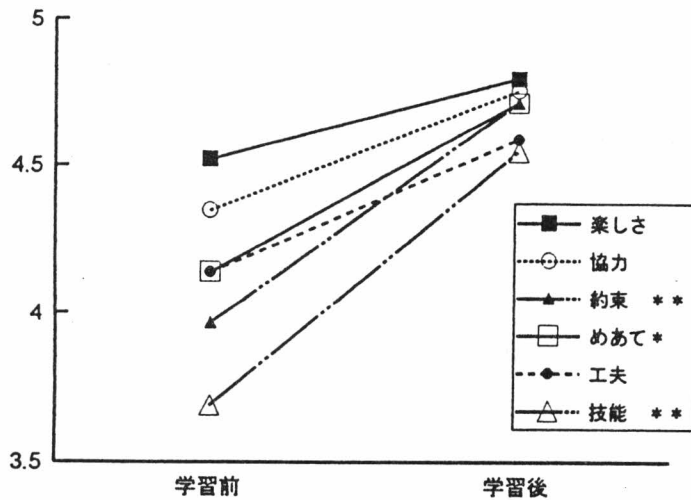


図3 自己評価の変化

の11.41点より得点が少し下がってしまったが、11.35点まで記録を伸ばし、初めと比べて3.5点、距離にして1.75mも伸ばすことができた。

また、t検定の結果でも、学習前と学習後とでは有意な差が見られた。

(3) グループ競争

第2時に行った走法練習は、学習カードに練習の参考となるように示したスタートの練習方法を全グループが行っていた。グループ作りの時にリーダーのみ決めておいたが、相談をしながら練習を行っていた。

第3時、4時と進むにつれて、学習カードに示した練習方法以外の自分たちで考えた練習を行うグループも出てきた。第5、6時では個々の弱点を教え合いながら練習するグループが多く見られるようになった。8秒間走の測定の場面でも、グループ内でスタートの合図をする者、判定をする者と役割分担をしっかりと行い、活動していた。また、走り終わった者へのアドバイスや応援する姿が多く見られるようになり、グループのまとまりが増し、グループ競争で勝とうとする意欲につながっていった。

(4) 自己評価の変化

自己評価の変化を図3に示した。6項目の自己評価について初めと終わりを比べてみた。平均値

では、すべての項目で良くなっているが、t検定の結果では、約束、めあて、技能に有意な差が見られた。

約束の項目では、練習を増すごとに、測定での分担された役割の内容を把握し、自分なりにしっかりできるようになったためと思われる。

めあてでは、自分の目標を達成するために何を練習するとよいのか、グループでの練習や教え合いからはっきりとらえることができるようになったため、自分に合っためあてを見つけ、それに向かってがんばることができたのであろう。

技能は、練習したことがうまくできましたかという項目であるが、自分が挑戦した記録が見事合格すると、技能の評価を高く付けているようだった。めあてをしっかりと決めがんばって練習し記録を伸ばしていくことができたためと思われる。

記録の向上が見られるにもかかわらず、楽しさが思ったほど変化していかないのは、楽しさの原因が技能や記録以外の面にあったためか、または、初回で既に高いレベルの楽しさを感じていたためと考えられる。

同様に協力でも、最初からグループ内で協力した練習や測定がよくできていたために、変化があまりなかったものと思われる。また、工夫については、走運動のもつ特性などから、練習方法を考えたりグループで練習したりする場面で、子どもたちが自分なりの考えや発想を生かすことができ

表3 M子の学習カード

	今日の学習のめあて・練習方法	特に気をつけること	自己評価	反省・感想
11月6日	しせい正しく走る。 しっかり、みんなに見てもらおう。	しせいばかり、気にしないで、足を大またにして、速く動かす。	楽協約め工技 ⑤⑤⑤⑤⑤ 44444 33333 22222 11111	50m ぎりぎりでした。

表4 A子の学習カード

	今日の学習のめあて・練習方法	特に気をつけること	自己評価	反省・感想
11月6日	教えてもらったことに気をつける。 まっすぐ走る。	練習しすぎない。	楽協約め工技 5④⑤⑤⑤ 44444 33333 22222 11111	練習しすぎてしまった。

なかったためと思われる。

6 考察

8秒間走の記録の向上から、目標はおおむね達成できたと思われる。

M子は、目標としていた50mの距離を達成しようと考え、めあてにグループのみんなに自分の走る姿勢を見てもらおうと学習カードに書いていた。練習後、グループの友達から姿勢を低くすると良いことをアドバイスされた。彼女はそのことに注意するとともに、自分自身で考えた足を大股で速く動かすことにも意識し、目標を達成することができたと思われる(表3参照)。

このように、8秒間走を行う中で、自分自身でめあてを決めグループで協力し、教え合いながら練習することで、生き生きと活動し、目標としていた記録を達成することができ、短距離走としての記録の向上につながった。

グループで競争する場を設定したことは、他のグループへの競争心というよりグループ内での協力や教え合うという面で成果が見られた。

A子は、前時間のグループ練習で友達に教えてもらった「走る姿勢に気を付ける。」と「まっすぐ走る。」ことをめあてに書いていた。比較的体力のない方なので、練習し過ぎると測定で良い記録が出せないことも本人は心配していたが、練習ではラインの上をまっすぐに走ろうと何度も繰り返し

走っていた。また、フォームの練習をしたときには、走る姿勢が低すぎるというアドバイスも友達から受けていた(表4参照)。

他のグループに勝ちたいという気持ちから、グループ内の友達の記録を良くしようと、このように教え合うことが多く見られるようになった。そして、その気持ちが測定の場合での応援、励ましとなり、意欲的な活動ができるようになっていったものと考えられる。

M子やA子のように、学習カードに自己評価をしていくことで、前時の自己の活動を振り返ることができ、友達からのアドバイスも思いだし、自分に合った目標を決めるのに役立っていた。

以上のことから、自分に合った目標を自分自身で決めることが、意欲的な活動へとつながったものと思われる。

7 おわりに

8秒間走を取り上げ、グループ競争や自己評価をさせていく中で、子ども一人一人が生き生きと活動する姿を目指して研究を行った。8秒間走の持つ特性が、成果を上げる大きな要因だったと思われるが、他の題材でも今回のように、成果が見られるようにグループ活動の方法や自己評価のさせ方などについてさらに研究を続けていきたい。

最後になりましたが、研究の機会を与えていただいた安城市教育委員会、派遣研究に格別のご配

慮をいただいた本校の早川恒男校長先生をはじめ、諸先生方に心よりお礼申し上げます。

引用・参考文献

1. 山本貞美、体育科扱いにくい単元の教え方陸上運動編、明治図書、1984年、p47-51.
2. 高田典衛、実践による体育授業研究、大修館書店、1979年.
3. 松田岩男監修、体育・スポーツ教育実践講座 第2巻 陸上運動・陸上競技の指導、体育・スポーツ教育実践講座刊行会、1987年.
4. 文部省、小学校体育指導資料新しい学力観に立つ体育科の授業の工夫、東洋館、1995年.

付 記

本研究は、第一著者が安城市教育委員会より派遣され、愛知教育大学の研究生として在籍した時に行なわれたものである。