

これからも運動に親しもうとする児童を育成できる体育授業の創造

—自己評価・相互評価を取り入れた指導の実践を通して—

大垣市立小野小学校 教諭 高橋 勇至

概要

本研究は、自己評価や相互評価の活動を位置付けたり、ICTを効果的に活用したりすることで、運動の楽しさや喜びを感じ、運動に親しもうとする児童を育成していくことを目指して実践した。

学習指導要領では、学校教育が長年育成を目指してきた「生きる力」を具現化するために、「何を理解しているか（知識・技能）」「理解していること・できることをどう使うか（思考力・判断力・表現力）」「どのように社会・世界と関わり、よりよい人生を送るか（学びに向かう力・人間性等）」という3本柱を示している。体育の授業でも、仲間と関わり合いながら、自己表現をし合い、知識や技能の獲得を目指すことで、生きる力を育んでいくことを提案している。

特に、仲間と関わり合う学び方やICTを活用して自分の運動の様子を知る学び方をすることで、技能の獲得や、意欲的に運動に取り組むことに効果的であった。さまざまな運動の関わり方をさせることで、多方面から運動の楽しさや喜びを味わわせるための方針を見据えることができた。

1 はじめに

令和5年度、大垣市小学校体育科研究部会で、運動の「楽しさ」や「喜び」を味わわせることが、体育好きの児童をつくり、生涯における運動機会の増加につながり、体力向上を目指すことができると学んだ。岐阜県内の児童の体育授業以外の運動時間調査や、全国と比較した岐阜県の新体力テストの結果を受けて、運動好きの児童を育成することや、体育の時間以外にも体を動かそうとする児童を増やしていく必要性を強く感じた。

私は、運動が好きな要因として、「運動が得意」「成功体験を多く経験した」「運動そのものに楽しさを感じる」ことが挙げられると考える。また、運動が嫌いになる原因として、「なかなかできるようにならない」「自己課題の解決ができない」「怪我などをして痛い思いをした」ことが挙げられると考えた。児童の苦手意識や劣等感発達とともに大きくなりやすいため、小さいときから運動の楽しさに触れることが運動好きの児童を増やすことにつながると考え、小学1年生を担当することができた本年に実践を試み、本研究に取り組んだ。

2 主題設定の理由

(1) 小学校学習指導要領の観点から

学習指導要領では課題として、「習得した知

識や技能を活用して課題解決すること」「学習したことを相手に分かりやすく伝えること」

「運動する子供とそうでない子供の二極化傾向にあること」「子供の体力の水準が低い傾向にあること」「健康課題について、主体的に社会の変化に伴う課題の解決しようとする学習が不十分であること」が挙げられている。その中でも「学習したことを相手に分かりやすく伝えること」「運動する子供とそうでない子供の二極化傾向にあること」「子供の体力の水準が低い傾向にあること」に対して課題解決の一助となる実践をする必要があると考えた。特に子供の体力向上につなげるためには、運動することに対して抵抗感のある子供を減らし、自発的に体を動かそうとする子供を育成することが必要だと考える。そのためにも、仲間と関わり合い自己表現を伴う協働的な体育の授業から、運動することに楽しさや喜びを覚え、運動好きの子供を育成していく必要があると考えた。

(2) 本校の研究テーマから

本校の研究テーマは「主体的に交流を図ることができる児童の育成—考えや思いを伝え合い、学びを深めるための指導と評価のあり方—」である。このテーマから、体育の授業において、自分ができるようになることに目を向けさせるだけでなく、仲間と活動することでしか

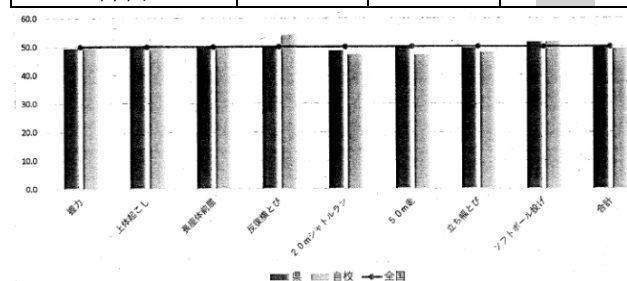
味わえない楽しさや喜びに目を向けられるようにする必要があったと考えた。小学校1年生という発達段階でも、仲間とコミュニケーションをとり合い、学び合う体育の学習はできるのか、自発的に交流を図りながら学べる児童や集団を育成することができるのかを検証する必要があったと考えた。

3 児童の実態

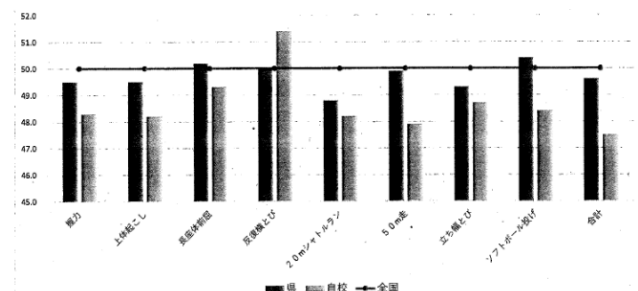
(1)体力テストの結果より

本校は毎年、全校児童が体力テストに取り組んでおり、本校の5年生の令和5年度の体力テストの結果【図1】が出ている。T得点は、全国平均を50とした時の、本校の平均の偏差値のことである。

男子	全国	県	自校
握力	50.0	49.5	48.3
上体起こし	50.0	49.5	48.2
長座体前屈	50.0	50.2	49.3
反復横とび	50.0	50.0	51.4
20mシャトルラン	50.0	48.8	48.2
50m走	50.0	49.9	47.9
立ち幅とび	50.0	49.3	48.7
ソフトボール投げ	50.0	50.4	48.4
合計	50.0	49.6	47.5



女子	全国	県	自校
握力	50.0	49.5	49.9
上体起こし	50.0	49.7	50.6
長座体前屈	50.0	49.7	49.7
反復横とび	50.0	50.2	54.0
20mシャトルラン	50.0	48.7	47.2
50m走	50.0	50.1	47.0
立ち幅とび	50.0	49.6	48.0
ソフトボール投げ	50.0	51.6	51.7
合計	50.0	49.9	49.2



【図1 令和5年度小野小学校体力テストの結果】

本校は、男女ともに全国平均を下回る項目が多く見られ、特に「筋力」「全身持久力」「スピード」「瞬発力」の項目では、男女ともに全国平均を下回った。児童の体力の向上のために研究の必要があると考えた。今回の実践で取り扱う「マットを使った運動遊び」では、体を支える「筋力」と動き続ける「全身持久力」の向上を図る必要があると考えた。

(2)アンケート結果

学級の児童（36人）に対して、体育科の授業への関心度と、自身の体力に関する関心度の調査を実施した。

体育科の授業の関心度を調べる調査では、「体育は好きか」という問いに、以下のように回答した。

- ・「好き」33人
- ・「好きではない」2人

自身の体力に関する関心度を調べる調査では、「体を動かすことは得意か」「もっと運動が上手くできるようになりたいか」という問いに、以下のように回答した。

- ・「運動が得意」13人
- ・「運動が得意でない」23人

- ・「運動ができるようになりたい」36人
- ・「運動ができるようになりたくない」0人

アンケートの結果から、①体育（体を動かすこと）は好きな児童は多いが、自身の運動の様子に自信がもてなかったり、苦手意識をもっていたりする児童が多いこと、②運動に対する意欲や向上心は高いことが分かった。

4 研究仮説

保健体育科の授業の中で、小学校1年生なりの協働的な学習の実現（Ⅰ）、具体を示した自己評価をするためのICTの活用（Ⅱ）をすることで、運動の楽しさや喜びを味わい、「でき

た」を実感したり、「もっとできるようになりたい」と意欲的に取り組んだりすることのできる児童が増えるだろう。

5 研究内容

【研究内容Ⅰ】

相互評価を活用した学び合いができる学習集団の形成

【研究内容Ⅱ】

I C Tを活用した、よさや伸びが実感できる学習活動の工夫

6 研究実践

本研究では、マットを使った運動遊びを取り上げて実践した。

(1) 実践 マットを使った運動遊び

マットを使った運動遊びの学習内容は、学習指導要領解説より、「マットに背中や腹などをつけていろいろな方向に転がったり、手や背中で支えて逆立ちしたり、体を反らせたりするなどして遊ぶこと。」と記してある。児童1人1人が「こうしたい」「できるようになりたい」という願いをもって取り組むことが多いため、個人の活動になりやすいが、互いの動きを見合い、感じたことを表現する活動や、I C Tを活用して、自分の動きを見て、感じたことを表現する活動を取り入れることで、協働的な学習ができる集団の形成し、よさや伸びを実感できる授業を目指した。具体的な実践は以下のとおりである。

- ①協働的な学習につながる単元指導計画の工夫
- ②相互評価による学び合いの学習活動の工夫
- ③遅延カメラを使ったI C Tの活用
- ④具体を示した自己評価の活動の工夫

①協働的な学習につながる単元指導計画の工夫

本単元を通して、様々なマットを使った運動遊びを「する」、自分の動きや仲間の動きに興味をもって「見る」、運動の仕方や自分がどのように動いているのかを「知る」ことが学習できるような単元の指導計画を立てた。

時数	ねらい	主な活動
1	学習の仕方について知り、意欲的に取り組むことができる。	・マットの準備の仕方 ・支持系運動（動物歩き かえるの足打ち ブリッジ 背倒立） ・回転系運動（ゆりかご だるま転がり 丸太転がり）

2	手で体を支えたりマットの上を転がったりしながら簡単な運動ができる。	・支持系運動（動物歩き かえるの足打ち ブリッジ 背倒立） ・回転系運動（ゆりかご だるま転がり 丸太転がり）
3	運動のコツを知り、ポイントを意識しながら簡単な運動ができる。	・支持系運動（かえるの足打ち 背倒立 かえるの逆立ち） ・回転系運動（ゆりかご 前転がり） ・互いに見て評価する活動
4	自分や仲間の動きを見て、よさを見付けたり認めたりすることができる。	・支持系運動（かえるの足打ち 背倒立 かえるの逆立ち） ・回転系運動（ゆりかご 前転がり） ・互いに見て評価する活動 ・自分の動きを見て評価する活動
5	自分や仲間の動きを見て、よさを見付けたり認めたりすることができる。	・支持系運動（かえるの足打ち 背倒立 かえるの逆立ち） ・回転系運動（ゆりかご 前転がり 後ろ転がり） ・互いに見て評価する活動 ・自分の動きを見て評価する活動
6	既習の技を使って様々な運動に意欲的に取り組むことができる。	・支持系運動（かえるの足打ち 背倒立 かえるの逆立ち） ・サーキット（だるま転がり 丸太転がり 前転がり 後ろ転がり）

【図2 「マットを使った運動遊び」単元指導計画】
※斜体は本時における重点

「する」活動については、支持系運動や回転系運動の技に取り組んだ。回数を重ねる中で動的感覺を養うために、運動の試行回数を増やせるよう活動の流れを工夫し、運動の時間を多く確保できるようにした。

「見る」活動については、仲間の動きを見る

ことのできるブースをつくり、その場で評価する活動を単位を通して行った。自分以外の仲間の動きに興味をもてるようにするために、ポイントを示し見る視点を与えるようにした。また、仲間の動きを見る時間を確保することで、運動していない時間も児童が運動に関わる時間にできるようにした。

「知る」活動については、仲間からの評価を受けて、自分がどのくらいできているのかを知ることができるようにした。さらに、自分の動きがどのようなものかを知るために、遅延カメラを使って自分の運動の様子を見ることができるようにした。

これらの活動はいずれも仲間と共に行うものであり、その結果、体を動かすことに楽しさを覚えるだけでなく、仲間と関わり合いながら運動する喜びを味わわせることができるようにした。

②相互評価による学び合いの学習活動の工夫

仲間の動きを見て感じたことを、「はなまる」「まる」「ちいまる」（小さい○）と、声を出しながら体全体を使って表現し、相互評価をすることができるようにした。そのために、様々な技の出来栄を、段階ごとに3つに分割して示し、児童が評価しやすいようにした。下の図は前転がりを例にした3段階の評価基準である。

前転がりの評価基準	
はなまる	真っ直ぐ転がって立つことができた
まる	真っ直ぐ転がることができた
ちいまる	頭の後ろを付けて回った

【図3 前転がりの3段階評価基準】

また、マットの中央に赤いテープを貼ることで、後ろから見ても、横から見ても評価がしやすい場を設定した。

さらに、声に出して体全体を使った相互評価をすることで、仲間の動きに対する興味関心が強くなり、仲間を認めるあたたかい声が広がった。また、仲間のよさを見付ける過程で、それぞれの技のポイントをより意識することができた。さらに、仲間の評価が、「ちいまる」から「まる」に、「まる」から「はなまる」になったときに、自分ができるようになったことを実感できるようになった。



【写真1 仲間の動きを見て評価する活動】

③遅延カメラを使ったICTの活用

遅延カメラを使い、15秒前の映像をテレビ画面に映すことで、自分の技の様子を確認することができるようにした。カメラはマットの正面に設置することで、「まっすぐ」というキーワードに注目できるようにしたり、手や頭などによる支持や接地の様子が見やすくしたりした。

遅延カメラを活用したことにより、児童が自分の動きを知るきっかけとなった。自分の動きを見る方法として、動画に撮って保存して見返す方法も考えられるが、遅延カメラを活用することで、児童の活動の流れを止めることがなく、運動遊びに取り組む時間を多く確保することにつながった。それにより、児童の技に取り組む試行回数が増え、技能獲得に大きく役立ったと考える。ただし、動画に保存したときのように、何度も見返したり、スロー映像で見たりすることはできない。そのため、いつでも見返せる利便性と、児童の流れを止めない即時性や流動性を目的に合わせて使い分けることが必要だと感じた。



【写真2 遅延カメラでの映像を見て評価をする場面】

④具体を示した自己評価の活動の工夫

遅延カメラで映された自分の動きを見て、相互評価のときと同じように、3段階で評価ができるようにした。自分の評価を表出させるために、簡易的な手形を用意し、ハイタッチする活動を仕組んだ。児童は、自分の動きを見て感じた評価を表出させた。

自己評価について、相互評価と同じ基準で評価をさせたことで、なんとなくの評価ではなく、

根拠のある評価をすることができた。これは仲間の動きを見る活動により養うことのできた、動きを「見る」力を活かすことができていたからだと考えられる。また、ハイタッチをさせたことにより、教師は児童がどのように感じたのかを見ることができ、指導と評価の一体化の一助につながったと考える。さらに児童も楽しみながら活動ができ、自己評価の活動にも意欲的に取り組むことができていた。

7 児童の単元満足度

学級の児童(36人)に対して、単元終了後にマットを使った運動遊びの授業の満足度を児童に確認する調査を行った。

「マットを使った運動遊びの授業は楽しかったか」という問いに、以下のように回答した。

- ・「楽しかった」36人
- ・「楽しくなかった」0人

「マットを使った運動遊びで扱う技が上達したと実感できたか」という問いに、以下のように回答した。

- ・「上達を実感できた」32人
- ・「上達を実感できなかった」4人

「これからの体育の授業は楽しみか」という問いに、以下のように回答した。

- ・「これからも楽しみだ」36人
- ・「あまり楽しみでない」0人

「マットを使った運動遊びは楽しかった」と答えた児童数名にその理由を尋ねたところ、「たくさん体を動かすことができたから。」「友達にできていたことを褒めてもらえて嬉しかったから。」「友達が活動しているのを見て、自分もうまくなるようになったから。」「自分の動きをテレビで見ることができて楽しかったから。」「自分ができていることが分かって自信が出た」と回答した。

これらのことから、児童は活動に楽しく取り組むことができたこと、運動に苦手意識が残る児童もいるが、どの児童も今後の体育の授業やスポーツライフに楽しみを感じさせることができたことが分かった。互いに見合う活動を仕組んだことで、児童は仲間の動きに興味をもったり、できるようになったことを実感したりすることにつながったと考える。また、遅延カメラを使って自分の動きを見る活動を仕組んだことで、自分のできるようになったことを実感する

ことにつながり、意欲的に取り組むことにつながったと考える。技の上達を実感できなかった児童がいることから、教師や児童の示範により、目指す姿をより明らかにさせることや、細分化されたポイントから、スモールステップでの上達を実感させるための手立てを考える必要がある。

また、現2年生職員に、令和6年度の体育の授業の際の児童の様子について確認する調査を行ったところ、「児童は体育の授業に意欲的に取り組んでいる」「誰とでも運動しようとする様子が見られる」「表情が豊かで楽しそうに活動している」などの回答が得られた。

このことから、1年生時の運動に対する意欲付けや、楽しいと感じさせられる活動を継続的に行ったことで、体育の授業を通して、運動に親しもうとする気概を育むことができたことにより実感することができた。今後も、系統性を踏まえて学習内容を取り扱うことで、心身の発達に合わせて、技能の獲得や協働的な学習を進めていく必要がある。

8 成果と課題【○成果・●課題】

(1)研究内容Ⅰについて

○相互評価をさせることで、「はなまる」「いいね」「次は上手くいくよ」などと互いに認め合ったり、教え合ったりする声掛けが自然に増え、あたたかい雰囲気の中で学習を進めることができた。

○相互評価をさせることで、仲間の動きを見ようとする児童が増えた。さらに繰り返し見る活動を行うことで、他者の動きに対する興味が高まり、動きを見る力を養うことができた。

○見る視点を与えて活動させたことにより、ポイントをより意識することができるようになった。そのため、視点を意識しながら見るだけでなく、自分の技術獲得のためにポイントを意識して運動する姿につながった。

○仲間に認めてらえたという事実が、できるようになったことを実感することにつながった。自分の評価とそぐわないときがあっても「次はもっとうまくなりたい」と意欲的に取り組もうとしたりする姿につながった。

●学習指導要領体育編には、「評価」という文言は中学年以降に出てきており、今回のお互いの技を見合い、伝えるという活動を「評価」とのつながりを検証していく必要がある。

る。

- 小学校 1 年生の評価は互いの意欲付けにつながるが、確かな技能の獲得ができていないかは十分に判断できない。そのため、教師や児童の示範演技により、技に対する憧れをもたせたり、正しい技能ポイントを押さえたりする必要がある。

(2) 研究内容Ⅱについて

- 遅延カメラを使うことで、自分の動きを見ることができ、自分がどのように動いているのかを知るきっかけとなった。
- 見る視点を与えたことで、動きを見るときにどこを見るとよいかを意識することにつながった。見るときの困り感が減ったことで、動画を見て自己評価までの流れをスムーズに行うことができた。
- 遅延カメラを使って自己評価をすることで、「見次に意識したいポイントを意識する」→「ポイントを意識してやってみる」→「自分がポイントを意識してできているか見る」→「できるまで何度も何度も挑戦する」といった P D C A サイクルができた。
- 遅延カメラを使って十数秒前の映像が流れ続けることで、活動の流れを止めることはなく見る活動を進めることができた。見る時間と運動する時間が同時進行で進んでいることで、動きを見て次の目標を立てつつ、何度も何度も技に挑戦できるようになり、技の試行回数が増え、運動量の確保と客観的に見る時間を両立させることができた。
- 遅延カメラでは、記録として残すことはできない。そのため、いつでも見返すことのできる利便性を求める場合は、ほかの I C T を活用する必要がある、児童の活動の流れを止めない即時性や流動性を大切にしたいときには、遅延カメラを使用するなど、目的に合わせて使い分けていく必要がある。

9 終わりに

本研究を通して、互いに評価する活動が小学校 1 年生でも仲間と共に協働的な学習を進めることにつながることを実感できた。また、I C T を活用して自分の動きを見る活動は、技能獲得のための思考や意欲につながることを実感することができた。児童が運動するときに「する」「見る」「支える」「知る」ことを多く経験させ、運動の楽しさや喜びに触れる機会を増やしていきたい。

「支える」活動について、運動に関わる手段や機会を増やし、そこに有用感を感じることが運動に親しむ児童の育成につながることを考える。マットを使った運動遊びでは、マットを安全に準備したり、綺麗に片づけたりすることを通して、自分たちの運動を支えていることを実感できるようにした。その結果、運動の得意不得意に関わらず、生涯的に運動に親しもうとする児童が育成できるようにしていきたい。

また、体育科の研修で、「A C P（アクティブチャイルドプログラム）」や「チャレンジスポーツ I N ぎふ」について学ぶことがあった。A C P を活用することで、運動時間を確保したり、興味のある運動を増やしたりすることが、チャレンジスポーツ I N ぎふを活用することで、運動する動機付けとなり、意欲的に運動に取り組む児童が増えることが予想できる。「運動が得意」「体を動かすのが楽しい」「みんなと運動するのが楽しい」などと思える、運動好きの児童を増やすことで、体育の時間外での運動を促し、基礎体力の向上にもつながると考えられる。体育の授業外での運動時間を増やすことを視野に入れて、運動の楽しさや喜びを感じられる体育授業の創造について、今後も研究を進めていきたい。

参考文献

- ・ 文部科学省「小学校学習指導要領解説 体育編」
- ・ 第一学習社「新体力テスト結果表 令和 5 年度大垣市立小野小学校」

〈講評〉