

運動の楽しさを味わいながら、学びをつくる体育学習

～「探求の過程」のみとりと支援によって～

渡辺 圭

体力の二極化が盛んに言われる昨今、体育科の果たす役割は非常に大きいと思われる。また、指導者として、学年が上になるほど、体力だけでなく「意欲」についても差を感じるようになる。

体育科の目標である生涯にわたって運動に親しむ資質を育てるためには、運動する「意欲」のもととなる、「おもしろかった」という経験を積んでいくことが大切である。

そこで本研究では、体育において「おもしろさ」を阻害している「苦手意識」と「チームでの疎外感」に着目し、全ての子どもが取り組む運動の「おもしろさ」を味わい、おもしろさを増していく経験が積めるような授業の工夫を構想・実践することを目的とする。

キーワード：なわとび、コンビネーション、苦手意識、バレーボール、キャッチ、局面

1. 研究目的

高学年の子どもたちが、体育に意欲的になれない主な理由として、以下の点があげられる。

①運動に対して苦手意識がある

(理由：こわいから、できないから等)

②チーム、ゲームにおいて疎外感を感じる

(理由：何をするか分からない、責められるから)

この要因の一つが、これまでの体育での学び方にあると考えた。

本研究は「なわとび」と「バレーボール」の単元において、以上の2点を考慮し、意欲を引き出す「探求の過程」を工夫し、「運動の楽しさを味わいながら、自らの学びをつくる」体育学習のあり方を探ったものである。

1. 1. 苦手意識をもつ子に

子どもが苦手意識を持ってしまう主な理由は、各運動に対する固定観念である。鉄棒なら「さかあがり」なわとびなら「二重とび」、バレーボールなら「レシーブ」ができなければならないというもの。ともすれば体育の授業でそれを助長するような学び方をしてきたとも考えられる。例えば、鉄棒の取り組みでは、「さかあがり」は上がり技の一つであること、「さかあがり」を学ぶことだけが、鉄棒を学ぶことではないということを、単元のはじめに示す必要がある。

よって、体育における各種運動領域の学び方においては、すぐに運動のもっているおもしろさを感じたり、取り組みが進むに従って、おもしろさが増したりしていくものでなければならない。また運動によっては「恐怖心」も伴うこともあり、意欲を引き出すために、活動の順序や場やルールの工夫も取り組みにおいて重要である。

1. 2. 疎外感をもっている子に

「ゲームで何をするのか、どう動くのか」が分からない子どもは、ゲームに参加することが困難である。そんな子どもは、チームの一人としての実感がもてず、疎外感をもってしまう。もし、たまたまボールに触れるなどの参加の機会があっても、それをうまく生かすことは難しいと思われる。もちろん「あえてパスを出してもらおう」といった場合でも同様であり、そこでの失敗はますますチームとの溝を深めてしまうことになる。

そこで、ゲームにおいては、その中で何をすべきなのかを子どもたちに明確に提示し、その動きを学んでいくことが大切であると示すことが必要である。その学びを進める取り組みを通じて、全ての子どもがゲームに参加でき、チームの一人として自他ともに認められることになる。

2. 研究方法

本単元、または本年度の研究で、どのようにして主張点を明らかにしようとしたのか。また、達成しようとしたのか以下の2つの実践について記述する。

5月	「コンビネーションなわとび」 1本の縄を用いて、複数人が跳ぶなわとび
11月	「キャッチバレーボール」 キャッチ&パスを入れたバレーボール

実施の時期と種目

2. 1. コンビネーションなわとび

「なわとび」に対して苦手意識をもってしまう難しさがどこにあるのかを考えると、多くのなわとびカー

下に「前とび→前二重とび」と示されているように、学びの方向が「手首の速い動き」に限定されている点だと思われる。二重とびの手首の動きを身につけるためには、多少なりと練習量が必要であり、これが身につかないと、学びがそこで止まってしまうことになる。たとも身についたとしても、その後提示される技の多くは、更なる習熟を要するため、意欲の持続は難しい。

その点、今回取り組んだ「コンビネーションなわとび(図1)」には、一人で跳ぶことのできるなわとびの技を、仲間と一緒に跳んだり、リズムに合わせて跳んだりして楽しめるところに利点がある。また、跳ぶ人数を増やしたり、跳ぶ位置を変えたりすることにより、新しい技を生み出す喜びも味わうことができ、なわとびに「苦手意識」を持っている子どもでも、持続的に意欲をもって取り組むことが可能であると考えた。

もう一つの利点としては、ペアや仲間とのかかわり合いの深まりが、おもしろさを増していくところである。「どうすればうまく跳べるのだろう」と仲間と一緒に考え、コツの発見や失敗と成功の体験を共有し、動きを高めていくところに「コンビネーションなわとび」を取り上げる意義があると考えた。

2. 2. キャッチバレーボール

バレーボールで難しいのは、飛んできたボールを落とすことなく、味方へつなぐことである。このレシーブという「はじいてコントロール」する動きは経験のない場合、非常に難しいものであり、苦手意識を感じるところである。そこで今回は「キャッチあり」のルールを入れた「キャッチバレーボール」(図2)取り組むことにした。

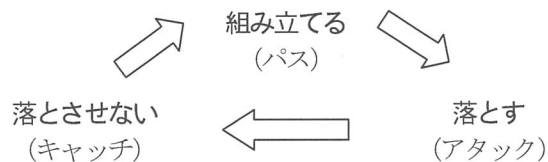


(図2: キャッチバレーボール)

バレーボールの実践では、そのおもしろさである「落とさせない」と「落とす」をめぐる攻防を、全ての子

どもが味わえるようにと、ビーチボールのようなボールを使ったり、バウンドありのルールを採用したりすることが多い。今回それら採用せず、キャッチを入れたのは子どもの実態から導いた「学ぶべき内容」を意図してのことである。子どもたちに学ばせたいのは「バレーボールのおもしろさ」とそれを損なうことのない「ボール操作を含めた体の動き」である。ビーチボールでは、片手で操作可能であることから、ボールは体の正面で扱うという基本を学ぶことができない。またバウンドを待つ動きは、ボールの落下点に入るという動きをなくしてしまうからである。

また単元のはじめには、以下のバレーボールの3つの局面を提示する。



ゲームに置いて「何をするのか」を全員が把握し、それらの動きの質を高めていくという学びの筋道を示す。そしてゲームをするたびに、3つの局面についての振り返りをチームで行う。個人やチームの振り返りの内容をカードや模造紙に書き込み、掲示しておくことは、学びの足跡としてだけでなく、チームの一員としての実感にもつながると思われる。

3. 授業の実際

3. 1 コンビネーションなわとび

単元計画

	1	2	3	4	5	6
オリエンテーション	めあて①②ア・テクニクの習得				ねらい③発表会にむけて	
	めあて②ア・テクニクの工夫					
※ア・テクニク=コンビネーションなわとびの基礎となる技						

はじめのオリエンテーションでは、意欲喚起と技のイメージをもたせるため、「トラベラー(図1)」と「ホイール(図3)」の動画を視聴した。子どもたちの表情からは、興味や意欲が見られた。ペアになり、



(図3: ホイール)

この2つの技に取り組ませたところ、トラベラーに

については、経験のある子どもも多く、すぐにできていた。ホイールについては、難しそうにしている様子も見られたものの、どのペアも声をかけ合って良い雰囲気を取り組むことができた。

第2時からは、めあて①で「技の習得」を、めあて②「新しい技、動きの工夫」に取り組んだ。めあて①で子どもたちは、合図となる「声」をかけ合いながらすることや、相手をよく見て縄を回すとうまくいくことに気がついた。そこで、そのコツを全体で共有する機会をもったところ「ホイール」についても各ペアで上達が見られた。まためあて②の取り組みで見つけた技や工夫についても、授業の最後に発表したり、見せ合ったりするようにした。

トラベラー	ホイール
<ul style="list-style-type: none"> ・大人数で、次々に縄へ入る。連続トラベラー。(図4) ・前と後ろに入って3人でとぶ。 ・後ろ回しにする。 	<ul style="list-style-type: none"> ・持ち手を変える。(図5) ・後ろ向きでとぶ。 ・途中で体の向きや縄の方向を変える。



(図4：連続トラベラー)

取り組みの様子として、なわがひっかかって失敗しても、笑顔が見え、非常によい雰囲気でも時間いっぱい活動ができた。第2時ではあるが、子どもたちは「縄や相手の動きにタイミングを合わせる」というなわとびの特性に気が付き、それを味わうことを楽しんでいった。



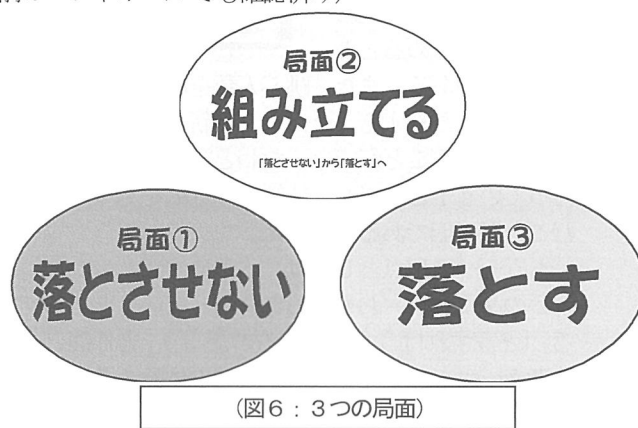
(図5：持ち手を変えたホイール)

3. 2 キャッチバレーボール

単元計画

1	2	3	4	5	6	7	8	9
オリエンテーション	めあて①リーグ戦 ・3つの局面を意識してゲームをしよう ・自分のチームの特徴を知ろう				めあて②対抗戦 3つの局面の動きを工夫してゲームをしよう			
	局面カードの記入				チームシートの記入			

オリエンテーションではバレーボールの「3つの局面(図6)」を全員で確認した。(局面については、以前のハンドボールでも確認済み)



(図6：3つの局面)

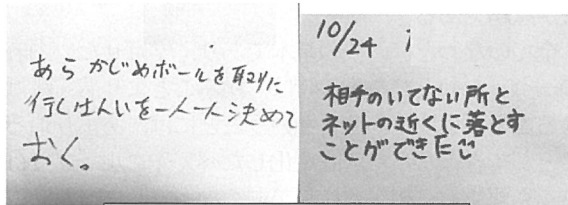
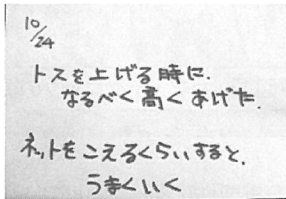
確認後、実際にそれぞれの動きをチームに分かれて取り組ませた。「局面①落とさせない」の動きでは、高低、強弱をつけたキャッチボールを行っていた。「局面②組み立てる」については、イメージがわからないのか、意識的に行うチームが見られなかった。「局面③落とす」ではネットを使って、実際にアタックをしていたが「ジャンプして打つ」という動作は思った以上に難しいようであった。

バレーボールにおいては、チームのムードが非常に重要であることから、試しのゲームで、味方の得点には、ハイタッチで喜び、失点にはこぶしを合わせるドンマイタッチで励まし合うことを伝えた。子どもたちは慣れないこともあって動きは今一つであったが、ハイタッチ、ドンマイタッチによって良い雰囲気を取り組むことができた。



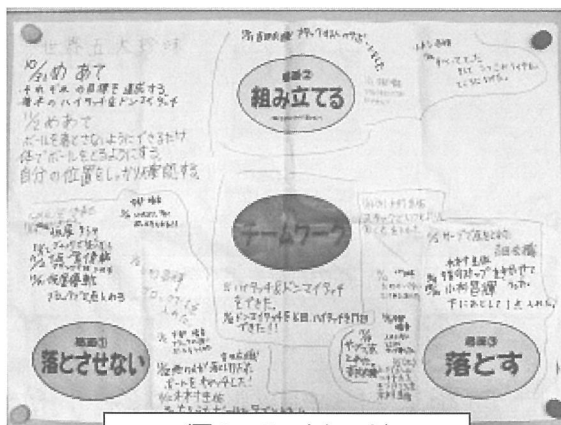
(図7：得点にはハイタッチ!)

第2時から5時まではリーグ戦形式でゲームを行った。「前半8分→チームの時間8分→後半8分」でチームの時間では「3つの局面」について意識的に振り返り、次のゲームへとつなげていった。授業の終わりには、3つの局面について考えたこと、取り組んだことを、3色の局面カード(図8)に記入した。カードは体育館の壁面に掲示し、全体でも書かれた内容が共有できるようにした。



(図8：局面カード)

第6時から9時までは、対戦したい相手を選び、対抗戦を行った。力が同じような組み合わせになり、ゲームは非常に盛り上がりを見せた。対戦相手が固定されることもあり、「〇〇くんをマークしよう」といった、戦術も聞こえるようになってきた。振り返りについては、これまでの局面カードではなく、チームごとに「チームシート」(図9)へ書きこませ、局面について書きこんだ、それぞれの意見をもとにチームで話し合いが持てるようにした。学習が進む中で、チームワークについての気づきが出てきたので、3つの局面を内から支えるものとして、真ん中にチームワークの書きこみをするようにした。



(図9：チームシート)

4. 授業の考察

4. 1 コンビネーションなわとび

これまでのところでなわとびに苦手意識があり、敬遠してきた子どもたちも、コンビネーションなわとびには、意欲的に取り組む姿が見えた。こちらの予想を上回る新しい技を開発し、身につけていた。

今回はトラベラー、ホイール、チェンジ(図10)の3つの技について順に取り上げたが、「ダブルダッチしていい?」という子どもの発言もあり、これらの技を4つとも初めに提示し、自分で技を選んで取り組む主体的な活動をしていく方法もあったと思われる。



またコンビネーションなわとびが2人でも、3人でも、それ以上でもできることは、子ども同士のかかわり合いの機会を自然と増やしていった。(図11)この单元において疎外感をもった子どもは一人もいないと思われる。



子どもの意欲を引き出し、大人数でも楽しめるこのコンビネーションなわとびと言う教材は、子どもたち一人一人になわとびの新たな楽しみ方を教えてくれるものであったと思われる。

4. 2 キャッチバレーボール

キャッチありのルールによって、だれでもパスが味方へつながり、3段攻撃が可能になった。そして、3つの局面を提示することで、ゲームにおける動きはぐっと良くなった。これは3つの局面について、チームで意識的に練習したり、振り返りで話し合ったりできたからだと思われる。(図12)



(図12: チームシートで振り返り)

単元後半では3つの局面における自分や仲間の得意なプレーをもとに、実際のバレーボールさながらの役割を決めてゲームをするチームも出てきた。

チームシートの書き込みの量や局面ごとの内容や偏りなどから、チームと個人の状況を分析することができ、良い支援の材料になった。

5. 成果と課題

5. 1 コンビネーションなわとび

成果

- ①なわとびに苦手意識を持つ子どもの意欲を引き出し、おもしろさを味わわせることができた。
- ②動き方や行く人数を考えることで運動のおもしろさが増していくことを実感できた。

上記の成果につながった「探求の過程」のみとりと支援は以下のとおりである。

みとり

- ・複数で跳ぶとことにおもしろさを感じている。
 - ・目新しい技、すごい技をやってみたいと思っている
 - ・なわとびの動きを身につけるには反復練習が大切
- 支援。
- ・2人以上でとぶコンビネーションなわとびに取り組む。
 - ・「すごい」と感じるだけでなく「できるかも」と思えるようなコア・テクニクの選択と動画による提示。(図13)
 - ・子ども同士の技の紹介などで楽しさが広がるような機会を設ける。



(図13: コア・テクニクの提示)

課題

縄の回し方の重要性に気づかせていく授業展開の工夫が課題である。

全てのなわとびの技の基本であり、学ばせたい内容の一つ「なわとびをする時は、跳ぶことよりも、跳ばせることが大切である」ということには、あまり迫ることができなかった。固定化したペアやグループでは良くも悪くも「相手意識」が弱くなってしまった。人が変われば、動きも変わってくるので、ペアの変更を促すような発問やワークシートの工夫など、授業の展開を工夫することで、回し方、ターナーに意識が向けられたと思われる。



(図14: 相手の動きをよく見て)

「跳ばせる」ためには、相手の動きをよく見て、その考えを読み取るなど、相手の体と心に意識を向けることが必要である。(図14)そしてそれは相手を「思いやる」実体験になるので、今後の研究課題としたい。

5. 2 キャッチバレーボール

成果

①ボール運動に苦手意識を持つ子、チーム内での疎外感を持った子も、ゲームに意欲的に参加する姿が見られた。

②3つの局面について学びを進めていく取り組みを通じて、仲間と多くの意見を交流することができた。

上記の成果につながった「探求の過程」のみとりと支援は以下のとおりである。

みとり

- ・ボールの操作、対人プレイに苦手意識を持っている。
- ・ゲームで何をしたいのか分からないことがある
- ・チームのつながりを表すようなものがあると嬉しい。

支援

- ・扱いやすいボール（図15）とネット型ゲーム。
- ・3つの局面の提示と、それらに対する個々の学びを可視化。
- ・学びを示すチームシートへの書き込み（図16）など



MIKASA
バレーボール キッズ
レクリエーション4号

（図15：扱いやすいボール）



（図16：チームシートへの書き込み）

課題

キャッチありのルールによって3段攻撃が可能になったり、チーム全員がボールに触る機会が増えたりしたが、バレーボールの特徴であるテンポの良い攻防が見られにくくなった。ボールを保持する時間が長かったり、歩いてしまったりすることもあった。

また単元の途中「組み立てる」の学びを引き出すために、ブロックを採用したが「ブロックをかわす」という組み立てまでは至らなかった。逆にブロックありにしたため、組み立ての機会が減ってしまうことにもなった。ブロックの採用については今後検討の余地がある。（図17）



（図17：ブロックあり）

決まった相手と戦う「対抗戦」では、「ローテーションはするけど、ポジションを固定したい」という意見がでた。実際のバレーボールもセッター、アタッカー、リベロと役わりによる専門性は低くない。そこで採用したものの、一人の子どもの学ぶ局面を制限してしまうことになった。

今回6年生で初めて取り組んだキャッチバレーであったが、前学年において取り組めていればまた様相も変わってきたかもしれない。今後6年間を見通したカリキュラムづくりをしていくことが大切である。

参考文献

- 体育科教育6月号（2011）「2011.06 体育における『学び』の探求」大修館書店
体育科教育9月号（2011）「2011.09 なわとび運動の授業を構想する」大修館書店