

昭和41年4月12日・第1巻第1号 発行

平成2年3月31日・第23巻 発行

——(財)日本学校体育研究連合会機関誌——

学校体育研究

第23巻 平成2年3月

財団法人 日本学校体育研究連合会

目 次

1. 巻頭言 公益信託	会長 大石三四郎	1
2. 論説 受験とスポーツ ～大人の子どもへの関わりかた～	常務理事 日本体育大学教授 長田 一臣	2
3. 論説 大学における保健体育問題	常務理事 早稲田大学体育局局长 伊藤 順蔵	5
4. 授業研究		
(1) 小学校の部		
ア. 児童が生き生きと、楽しく体育学習に取り組むための指導の工夫		
— 高学年におけるマット運動の指導を通して —	仙台市立北仙台小学校	8
イ. 「子どもが生き生きと活動し、基礎的・基本的内容を身につける体育学習の研究」		
— 児童が、自発的・自主的に取り組む体育学習の工夫 —	北九州市立黒崎小学校	15
(2) 中学校の部		
ア. 生き生きと意欲的に取り組む生徒の育成	東京都三鷹市立第三中学校	25
イ. 「生徒が意欲的・主体的に活動するバレーボールの指導」		
— 体育学習メニューの活用をとおして —	愛知県東海市立平洲中学校	30
(3) 高等学校の部		
「体育授業での種目選択制について」の研究		
— アンケートによる実態調査を通して —	東京都立小平高等学校	39
5. 功労者の提言		
(1) 心と体の健康づくりに思う	東京都台東区立黒門小学校校長 村上 和雄	45
(2) 子どもたちの体育に思う	横浜市立子安小学校校長 小川 雅以	45
(3) 現代に生きる心を育てよ	新潟市立東山の下小学校校長 貝谷 東吾	46
(4) 新学習指導要領	名古屋市立児玉小学校校長 右高 久司	46
(5) こう提言する	千葉市立星久喜中学校校長 小池 政嘉	47



公益信託

埼玉短期大学学長

会長 大石 三四郎

昭和52年の夏頃、筑波大学の副学長時代、私に財団法人日本体育研究連合会（学体連）の会長をやるように文部省の体育局長より電話があった。大学は当時創設したばかりであったので御断りするようになった。ところが柳川寛治文部省体育局長より強い要望が重ねてあったので筑波大学もやむを得ず学体連の会長に就任することを認めた。この時は学体連は大変な時であって今日、12年も経って当時の事務局長に会うとよく日本学校体育研究連合会の会長をうけられましたねと言われた。本当に財政的に裏づけがない学体連ではあったが文部省の責任者の指名であるから、いずれはなんとかしてくれるのかなあと漠然と思いつながら仕方なしにコワゴワ出発進行したのである。本当に薄氷を踏む思いの毎日であった。ところが案ずるより生むはやすしと言うわけで、放っておいても世の中のだれかが助けてくれるという、学体連には大きな信用がついていたのである。この助ける人のなかに日本教育シューズ協議会が参加したのであった。

しかし、現実にはそれほど甘いものではなかった。それに助ける人といっても商売人だから、物を売りたいのである。だから商売人でない私が売る手伝いもしなければならぬ。その為に色紙に下手な字をかいたり、恥もかいたり、色々苦心惨憺したものである。それに今思い出すと私も文部省もビックリしたのは学体連の昔のマークを他に売り付けようとして、ある人物が文部省にドナリこんで来たときである。これも何とか切り抜けてどうやら今日まで生き続けてきた。その当日の加戸体育課長に大変御手間をいただいたことを思い出す。当時また他の学校体育団体が新聞で募金のことで問題にされていた。学体連もまた問題になるのかと心配したことがある。事実ドウモ、小中高のスポーツや体育に関係した経費がないことが病根のようだとのときほど感じたことはない。文部省も大変だなと心底からおもった。このことは大学でも同じなのであった。

そのうちに学体連に協力して下さった日本教育シューズ協議会の黒田浩平氏が学体連に協力する方法を公益信託という形式にしてみたいと言ってきた。私は実のところ駄目ではないかとおもっていた。ところが十年近く経って、昨年公益信託の認可がおりたのである。そして協力を受ける団体も多く慶賀にたえない。

日本教育シューズ協議会に属する人たちのために色紙をホテルで夜中まで書くことも屢々であった。下手な字を書くものだから、妻から恥をかくなど禁じられていたのが、隣の奥さんが九州の転勤先でパート先の高校の校長室に私の色紙が飾ってあるのにビックリして家に電話してきたのでバレンタインがあった。それに去年のソウルのオリンピックのときに選手の母校の校長のNHKの記者会見のときの背景に私の色紙がでていたこともあって驚いたことがあった。

考えてみれば、永年苦勞してきた私にとっては嬉しいことである。母校の大学の運動部に毎年寄付したり、障害者関係に献金したりしてきているが、若い人達に協力出来ることを本当に感謝している。私も元気で働かして頂いているが知らないうちに七十四才になっている。

今後、生きている間小中高大の児童、生徒、学生のために捧げたい。

それは、この公益信託のようなものを、学校教育に尽くすために、如何にして数多く創るかという問題である。今回ここに公益信託なる題目で取り上げさせて頂いたのは、私のささやかな発案を全国の同志に聞いて頂きたいからであった。

受験とスポーツ

～大人の子どもへの関わりかた～



日本体育大学教授
常務理事

長 田 一 臣

はじめに

ある朝、歯を磨き始めて、ふと違和感をおぼえた。原因はすぐわかった。歯ブラシの柄が曲がっているのである。要するに歯の内側を磨きやすいように初めから柄を曲げて作られているテレビなどで宣伝されているあの製品である。「余分なことをして呉れるなア」というのが正直な感想であった。歯を磨きながらいろんなおもいが湧き上がってきた。

最初に浮かんだ“想い”は、子どもの玩具のことである。玩具メーカーはあらゆる知恵を絞っている。オモチャを創り出す。大人の知恵は子どもより進んでいるから、子どもの要求を先取りして玩具を作る。あるいは子どもが要求しないような物まで作り出す。これが教育玩具と称する類いのものだ。

次に浮かんできたのが高校全入運動のことである。中学までは義務教育だから好むと好まざるとにかかわらず全入だが、高校はいわゆる義務教育ではない。だが高校まで行くのは常識のような世の中になっ

てしまっているのでこういう発想が湧いてきたのだろう。これはつまり大人側の考えである。さて、われわれは、長い間、真っすぐな歯ブラシで歯を磨いてきた。真っすぐな歯ブラシで歯の裏側まで磨けるようにトレーニングを積んできているのである。それが、歯ブラシ・メーカーの妙な親心で突如曲げられる。この曲がった歯ブラシで育った子どもは従来の真っすぐな歯ブラシを原始的で使いにくいと思うだろう。つまり、真っすぐな歯ブラシでは歯の裏側を磨けない人間に育ってしまうだろう。

高校全入(今は余りきかないが)のことも、入りたい者は全部入れろ、入試で差別をすることは怪しからんという趣旨だろう。しかし、現実問題として入試は避け難い。それよりも何よりも憤りを覚えるのは偏差値という変な妖怪が徘徊していて、子ども達の志望校受験という挑戦のチャンスを奪ってしまうことである。受験のチャンスを事前に制限するのは試験をして落とすことよりも決定的な悪である。

受験とスポーツは対立概念か

「受験とスポーツ」というテーマが与えられるについては、社会通念的に、この両者は常に対立矛盾する存在という立場が見えかくれする。たとえば、地域にいろんなスポーツ・クラブがある。剣道なら「〇〇剣友会」というのがあって小学校に子どもが入学すると同時に父親や母親も剣道を始めたりする。ところが中学生になると段々疎遠になり、ついには稽古に姿を見せなくなるので、あゝ受験勉強で忙し

くなったのだと思う、

こういう現象から考えれば、スポーツと勉強は両立しないようにみえ、対立概念にみえる。だがよく考えてみると、これ程共通した要素で結ばれるものも少ない。体を鍛える、頭脳を鍛える。そのために平くとも奮斗努力する。前掲の剣道なら昇級、昇段に向け、あるいは試合に向けて頑張る、勝ったり負けたり、級や段が進んだり、失敗したりする。そういう目標に向けて努力を傾注する。学業もそうだ。学期の試験、次々と待ち構える進学試験に向かって刻苦精励していく。同じことである。

キュリー夫人の子どもと体育学校

ここにキュリー夫人とは、勿論、ウラン鉱からラジウム・ポロニウムを発見して1930年にノーベル物理学賞を受けたあのキュリー夫人のことである。このマリー・キュリー夫人はやはりノーベル物理学賞を受けた夫ピエール・キュリーが馬車にひかれて亡くなった後、二人の娘が女学校を卒業すると同時に体育専門学校に入れた。

要するにキュリー夫人は二人の娘の将来に対して賢明にして遠大な計画を立てたのである。勿論キュリー夫人は二人の娘を体育教師にするつもりはない。姉のイレヌにはラジウムの物理面を、妹のエーヴにはラジウムの医学面を研究させて、ともに世界的な学者にしようと考えていたのであった。

パリには世界中の学者が集まっていた、当時の花の都は世界最高の教育の中心地であった。大学には素晴らしい教授達がいる、若者たちは大学への入学を競った。要するに貴重な青春時代をすべて投げ打ってガリ勉に明け暮れるのは何処の世界も何時の時代も同じなのである。キュリー夫人はいわゆる体力のない青白い秀才を嫌ったのであろう。自らの体験から研究をするということが如何に体力を要するものであるかを身にしみ感じていたのである。

二人の娘は体育専門学校でスポーツの面でフランスでも最高のスポーツ選手になったということであるが、その後、姉イレヌは人工放射能を発見して1935年に夫と共にノーベル化学賞を受け、妹のエーヴは母の伝記『キュリー夫人伝』を著わしたりしてフランス最高の文化人になったのであった。みんなが大学に入るべく血眼になり、大学入学後も青息吐息で形式的な勉強にさいなまれて暗い青春を送っている時、体育専門学校に入れるというのは親としては大英断であろう。しかしこの方針は勿論キュリー夫人の遠大な計画の一部にすぎなかったわけだ。

何事もそうであるが、素質がなければ事の成就是覚束ない。その素質を生かすためには体力がなければならぬ。女流洋画家でわが国の第一人者である三岸節子女史は二日でも三日でも徹夜してでも画を描きたい意欲がありながら体が弱いために止むなく中止しなければならない。自分に体力があったらどんなによいだろうと歎くのである。また、芥川龍之介も、スエーデン体操とジャスターゼをおろそかにするものは創作に携わる者の態度ではない、というようなことを言っている。体力がないために制作出来ないことの無念さを共に言い現わしている。

スポーツとか体力といったものは若いうちは自然のものとして軽んずる傾向があるが、大人になり、社会的役割を担うようになってくると忽ちその重要性が如実な問題として差し迫ってくるのである。

人生における競争の意義

競争というのは二人以上の人間が作業の際、互いに他より優れた成績をおさめようと努める過程をい

う。従ってこういう際、相手に勝とうとする願望あるいは相手よりもよりよいものを為そうとする衝動を競争意識と名づけ、当事者同志がこのような意識をもって作業を継続する状態を競争場面ととるのである。

他より優れたという欲求は人間の基本的欲求として認められており、競争は協同とともに社会行動の基本形態をなしているものである。グリーンベルグ (Greenberg, P. J.) の子どもにおける競争心の研究によれば、個人的直接的競争衝動の発芽は、すでに3~4才にして出現する。しかしこれも個人差が認められ、事態、状況によって異なって観察されよう。たとえば、兄弟間の親の愛の方向に対する関心は可成り早期に出現する競争衝動の発芽と考えられるものである。

競争社会と人間

先ず、社会はタテかヨコかと考える。これは前項の競争の意義からみれば社会における人間関係はタテ関係であることがわかる。だが、競争は協同とともに社会行動の基本形態をなしているものだから、ヨコモタテもというのが人間社会の在り方である。スポーツには明らかにこの二つの形態がある。個人スポーツとチームスポーツである。

人生マラソンというからマラソンを例に引いてみよう。成る程スタートは横一線である。だが、ロードに出る前にたかだかトラックを2~3周するうちに見事にタテ線に並んでしまう。マラソンを見ているととても個人が協同し合うなどは考えられない。しかもトップで出て行った選手が必ずトップで帰ってくるという保証もない。こういうところがとても人生的であると思われるのである。

脚のおそい鹿はライオンに食われる。そうすると脚の速い鹿だけが生き残る。この脚の速い鹿に追いつけないライオンは餌にありつけないから脚の速いライオンだけが生き残ることになる。こうして、脚の速い鹿と脚の速いライオンが生き残って、脚はますます速くなり生存を賭けた無限の競争が続くことになる。ここには妥協というものがないから競争地獄だけが延々と続くことになる。

『自然の営むことは、強い者と弱い者との間における力のこもった斗争があつて 永遠に強い者が弱い者に打ち勝つということだけである。さもなければ自然の中にはただ衰退だけがあることになる』 (A. ヒットラー) これは詰まり、弱肉強食こそ進化の母という発想である。H. スペンサーは更にいう。『弱い者が強い者に押し退けられて、多くの者が悲惨な境遇に放っておかれる事實は、実は慈悲深い神の法則である』と。

F. ゴルトンはその著『天才論』において、天才は生まれてくるもので、鈍才はどんなに力んでも鈍才だという。「努力は天才に勝る」ということばがあるが、天才とは努力によって克服されるようなそんなナマやさしい存在ではない。天才とはスポーツで一例を挙げるなら百メートルを9秒8~9で走るスプリンターのことだが、こういう素質に恵まれた者は地球上50億の人間の中で5人といないのである。それが努力で克服できるなどとウソッ八を教えるはいけない。夫々の才において最大の努力をすべきである。人間には「分」というものがあることもまた教えておかなければならない。

受 験 競 争

人間において死と税金は避けようがないといわれるが、若い間は税金は免れても受験だけは避けようがない。試験はいつの時代でもあり今にして始まったことではない。今は猫も杓子も大学に行く時代と

なり、東京の街なかで石を投げると大学生に当たるといわれるくらいである。しかし、これは社会が進歩してそれに見合った教育が必要とされることから生じたことで、高学歴社会もダテにそうなったわけではない。

そこに生ずるのがいわゆる「受験地獄」である。「受験地獄のどこが悪い」というのは評論家の塩田丸男氏である。氏によれば、大学教育を受けるにふさわしくない有象無象が受験者数を水ぶくれにしているだけで、能力があり努力している受験生にとってはそれほど峻嶒な山ではない、いや峻嶒もよからう。だからこそ登り甲斐もあるというものだ、と。更にまた、青春を灰色の受験勉強で過させるのは可哀想というような考えは心得ちがいの甚だしいと親や大人の甘い考えを指摘する。

これがつまりは「高校全入」的発想への指摘なのだ。高校全入運動というのは親方日の丸的発想であり、無競争は悪平等を生み、活力を殺ぐことになる。殆ど崩落に近い状況のソ連を中心とした社会主義国の困乱は国家統制経済の行き詰りの帰結だが、根本は無競争、悪平等に馴れた人間の心の怠惰に発している。ソ連革命以来七十余年、今から資本主義の競争原理を導入して市場経済で活力を凶ろうしても、競争の仕方を知っている人がもはやソ連には存在しないのである。

おわりに

親が子を思う心はよいが、何が子を慈しむことになるのかについては賢明でなければならぬ。一家の将来をわが子の双肩に担わせるように受験勉強に追い立てるのはすなわち追い込むことになる。はれものに触るように扱い、家族中が息をひそめて見つめるような生活の仕方は受験生にはいっそ負担である。勉強中でも用事があれば言いつけるくらいの大らかな扱い方のほうが子どもにとっても救いになると思う。

要するに、子どもは受験によって人生のきびしさの一端を垣間みるのであり、これによって耐えることをおぼえるだろう。大人の子どもに対する心遣いは、受験勉強かスポーツかではなくて、受験勉強もスポーツもということである。健康の問題は大人にならなければ気付かないことが多い。人生はやはりタテの秩序づけであり、この競争社会を生き抜いていくためには強力な精神と身体的基盤がなければ叶わぬことであるから――。

大学における保健体育問題



早稲田大学 人間科学部教授・体育局長
常務理事 伊藤 順 蔵

はじめに

新制大学は、旧制大学における専門教育の偏重を是正するために、一般教育・外国語教育・保健体育を導入することにより、知識の統合を通じての人間教育を使命として発足したことは画期的なことであった。新制度が発足してから40数年経過して、学問体系はより細分化・専門化の傾向が強くなり、また技術の高度化ともあわせて、教育と研究の機能を有する大学においては、個性化・多様化の推進の方向が

示唆されている。

そのような要請の中で、臨教審の答申では21世紀社会における教育目標として、ひろい心、すこやかな体、ゆたかな創造力を掲げ、スポーツ活動は人間のもつ文化財であるとしている。しかし他方さまざまな改善・改革の必要性が、折にふれて唱えられている。

そこでまず大学改革や大学の評価など、大学に関する基本的事項を調査審議する機関としての大学審議会の平成元年7月の総会で、大学教育部分の審議概要が報告された。その内容は大学の保健体育の将来に極めて重要な意味をもつものであるため、その情報提供をする。

ついで、昭和24年の学制改革に伴い、学生の体力増進と体育による人間形成を目標にして、保健体育を正課授業として実施し、卒業の要件として講義及び実技4単位を修得基準として以来、改革を主張したわが国の大学教育に係わる中枢的機関の意向の流れを述べてみる。

終りに大学審議会「大学教育部会における審議の概要について（総会への報告）」に対する意見をとりあげてみる。ただし一般教育学会や日本私立大学団体連合会などからの意見書は、本論文では取り扱わず、保健体育関係団体（日本体育学会、全国大学体育連合、体育大学協議会、体育大学学長・学部長会、日本女子体育連盟、日本体力医学会など）からの提言をまとめてあげることにする。

一 大学審議会

大学教育部会（昭和63年9月発足）は、学部教育について、①一般教育等（外国語教育、保健体育教育を含む）の改善、②柔軟かつ多様な教育課程、教育組織の設計、③学生の学習の充実、④生涯学習国際化、情報化への対応、などの観点から審議を重ねて、平成元年7月の大学審議会にて、その審議概要の報告をした。

基本的な考えとして、各大学が自由かつ多様な教育研究を実施できるように、設置基準を見直し、可能な限り基本的事項に限定し、大綱化する必要がある。そして各大学が学則等で自主的に定めることがのぞましいとしている。

その際、具体的には、①各大学の参考のため、内容に幅をもたせた学則の準則や基準と指針を提供する。②大綱化が大学の教育研究水準の低下につながらぬよう、大学評価のシステムを確立する。③大学の設置認可について、定量的審査項目が減少するので、定性的な観点からの審査の仕組みを検討する。④カリキュラムの多様な設計のため、規定の弾力化をはかり、各大学の自主性に委ねる。⑤授業科目、科目区分は、学則（学部規則）で決められるようにし、卒業要件も、各授業科目の単位数、選択・必修の別を含め大学の学則で定められるようにする。⑥教員組織は、固定的に区分せず、全学の教育が一体的に教育を実施できるように整理する。⑦一般教育実施組織としての、教養部などを再検討する。

その他、単位制度、学士の種類、編入学定員の設置、大学評価システム、学位授与機関などについての提言が含まれている。

二 大学審議会に至るまでの経緯

1. 昭和36年に、日本学術会議は、大学制度の改善の一環として、保健体育は単位制度の枠内からはずし、学生の保健指導、保健管理の面から別途そのあり方を検討することを提言した。

しかし便法的発想により制度にまで及ぶのは、むしろ大学教育のとるべき方法ではなく、教育的工夫によって、その対応を急ぐべきであるとして動議は消えた。

2. 昭和45年に、中央教育審議会は、教育見直し論から、保健体育は、各大学が卒業の要件にするか

どうか判断できるような弾力的な制度にすべきであると提言した。

しかし論議の末、最終答申では、卒業要件にすることは今迄通りで、課外活動への指導を充実し、保健管理を徹底し、施設の整備をはかるべきであると積極的態度をうちだした。

3. 昭和56年3月に私大連は、大学設置基準全体にわたって検討した中で、保健体育は選択科目の可能性を再検討すべきではないかと提言した。

しかし翌年、機関決定は行わないことになった。

4. 昭和58年7月に大学基準協会では、その報告書に保健体育を卒業の要件とするかどうかは、大学教育の在り方にかかわり、根本的に検討する中で結論を出す必要があるとした。
5. 昭和60年3月に国体協の報告で、保健学の知識の必要性や体育実技必修の意義を認めながら、多人数授業や、実技のレジャー化、優れた実技指導者の不足など検討事項を具体的にあげている。
6. 昭和60年9月に教育制度を含め教育の全般的審議を進めるため臨教審が発足した。61年1月に審議経過を発表し、一般教育は大学教育において重要な要素であるとしている。保健体育については中教審の46年答申を引用し、現代の青年の基礎体力および心身の鍛練の観点から、高等教育レベルの重要な課題であるとしている。
7. 昭和63年12月に大学基準協会「保健体育のあり方研究委員会」の報告では、保健体育科目は学生の体力、健康の維持・増進と、スポーツの普及及び教育効果から、必修科目として設置はもちろん一層充実させるための基準の改訂の提案がなされている。
8. 平成元年1月に文部省の保健体育審議会（スポーツ振興特別委員会）の「21世紀に向けたスポーツの振興方策について」の答申では、大学における体育・スポーツの振興として、理論と実技の有機的な結合を図って生涯スポーツに結びつけるために在り方を検討する。専門学部ではコーチ学の確立に努め、運動部の科学的指導体制を整えることなどを提言している。

三 保健体育団体からの大学審議会への提言

1. 提示された学部教育の改善の方向には、基本的には賛意を表する。
2. 卒業要件について総単位数のみを設置基準に規定し、細部は各大学の学則にゆだねるという大綱化が実現すれば、保健体育科目はその設置の理念以外の要因、とくに大学経営の観点から、各大学の自主的な大学評価システムは機能せず、審議会の意に反して、軽視される危惧がある。
3. 大学教育の基本的内容は、国として最底の設置基準を明示すべきであり、保健体育科目もその意義・理念から他教科と同様に、開設すべき科目として明示すべきである。その上で単位数やカリキュラムの設計は各大学にまかせるべきである。
4. 大学教育における保健体育の位置づけにおいて身体活動は、身体的能力向上にとどまらず心身の健康な発達に資し、生涯にわたる実践を身につけさせる場である。
5. 労を惜しみ安きに流れ易い学生の履習態度を考えると、発育を終えて身体的能力の退行する年齢層に現実をしらしめ、喜びを味わわせる動機づけとして大切である。
6. 教育効果を考え、教員の位置づけが肝要である。教員の定数の最低基準は、その水準維持に必要である。
7. 体育施設や用具は、高い水準の授業内容に不可欠である。経理の論理が優先すればその充実は不可能であり、対応する予算措置もとりにいく。

8. 保健体育科目が大学に設置されたことが、体育学、スポーツ科学の急速な発展に大きく寄与してきたが、大綱化如何では、その学問分野の発展が停滞することが考えられる。

児童が生き生きと、楽しく体育学習に取り組むための 指導の工夫

— 高学年におけるマット運動の指導を通して —



仙台市立北仙台小学校

校長 及川 武夫



教諭 郡山 孝幸

981 仙台市青葉区東勝山三丁目6番1号

022-271-6411

1. はじめに

本校は仙台市青葉区の北部に位置し、学校に隣接して自然林を有するが、近年都市化が進み校区の様相が変化しつつある地域である。

本校では「柔軟な思考力を持ち、実践力のある子」を教育目標として掲げ、その指針として、「気づく子」「がんばる子」「助け合う子」の子ども像を示している。

校区の住民の教育に対する関心は高く、それが児童にも反映しており、児童は明るく、活気があり、また学習に対する取り組みも積極的である。

また、情操教育にも力を入れ、緑と花でかこまれた校舎。プラスバンドの活躍も優れており数多く入賞している。

反面、今の多くの子ども達が持っている問題点は本校児童達にもあてはまり、雲梯・鉄棒から落下し骨折をすとか、階段を踏みはずしてのけがとか、毎年保健室から発表される統計のなかには特異な事故例も見ることができる。このような子どもの体のアンバランスが、心の問題にも派生し、「落ちつきなさ」「根気強さの欠除」など、学習の意欲にも影響を与えてきていると思われる。

以上のような子どもの実態から、平成元年度の校内研究として、体育、特にマット運動を取り上げ、前述した子ども像の達成のために、研究に取り組むことになった。

その中から、高学年における実践の概要について述べることにする。

2. テーマについて

高学年の児童は、児童期から青年前期へ移行する段階にあり、心身の著しい発達が見られる時期である。精神的には、思考力が増大し、自我意識が芽生え、他人との関係の中で自立をめざして行動しようとする。身体的には、心臓や肺の機能が発達し、持続的な全身運動にもある程度耐えられるようになってくる。

しかし、高学年になると、身長・体重の増加にも関連し、子どもの技能にも大きな差が生じてくる。本校でも、マット運動に興味関心を持ち、「倒立前転」や「腕立て前転」などの技にも、進んでどんどん挑戦していく子がいる反面、柔軟性の乏しさ、回転に対する恐怖感、逆さ感覚の欠如、うで支持力

の不足などの原因により、低学年の時にはできた「前転」や「後転」も思うようにできなくなる子も見られる。

このため、ボール運動や陸上運動とくらべて、「できる」「できない」がはっきりしているマット運動の学習においては、従来の一斉指導中心の固定化、画一化された指導内容にはついてこれず、楽しみを見出せない子もでてきている。

このような児童には、それぞれの固有の感性をみとめあい、自主自発性に基づく学習を展開させることが必要になってくる。学習の過程を重視しながら、運動の楽しさ、喜びをクラスの子みんなが共有できるようにすることは大変重要な課題と言えよう。

子どもたちを、学習の主体者とさせるためには、子どもたちの技能の発達や考え方に合わせ、学習の仕方を創造的に発展させていくことができるような方法を工夫しながら、運動の楽しさを感じとらせていく必要があるのではないかと考えた。

4. 楽しさを感じさせるための指導の手だてについて

(1) 自主的学習をさせるための工夫

どの児童も「できるようにになりたい」、「より上手になりたい」という欲求を持ってマット運動に取り組んでいるが、一人ひとりの経験や能力の違いによって、特に技能面において個人差がかなりでてきている。従って、その個人差を考慮しながら児童の欲求を満ちし、マット運動の楽しさを味わわせるために、次の点に配慮して進めてきた。

① 自分の力に合っためあての持たせ方の工夫

単元の初めに、「今の自分ができる技」は何か、「できそうな技」は何か、をつかむ時間を設定し、自分に合っためあてを決める参考にさせる活動を行なわせた。

次にそれ以降の時間は、毎時間を「めあて①」と「めあて②」の二つの学習段階に分け「めあて①」では『自分の今できる技での連続技を楽しむ活動』、「めあて②」では『自分ができそうな新しい技に挑戦したり、新しい技を加えての連続技に挑戦したりして楽しむ活動』を行なわせた。そして「めあて①」と「めあて②」の活動をスパイラルに行なわせた。

② 技のステップカードの工夫 図表-1

自主的に学習を進めていくうえで、めあてを決めたり練習方法や段階を知るよりどころとなるのに、技のステップカードがあげられる。技のステップカードとして次のカードを作成した。

●前転	●開脚前転	●後転開脚後転
●倒立前転	●腕立て側転	●とび込み前転
●腕立て前転	●ブリッジ	

以上のカードを作成するにあたっては次の点に留意した。

1つ1つの技の段階において、子ども自身ができばえを確かめやすいように

- 技ごとのステップを8級から1級の8段階に統一した。
- 各ステップの到達目標を「～ができる」という表現に統一した。
- 各ステップに絵図を用い、模範的な動きの連続写真は体育館壁面に常掲しておいた。
- 全ての技が自分でどの段階にあるかを一目でわかるような一覧表を作成した。

③ 場の設定の工夫

安全マット、踏み切り板を利用した板マット、ロールマット、ろく木などを利用して、めあての個人差を吸収した豊かな場作りを工夫した。

④ 柔軟性や逆さ感覚を高めさせるための工夫

できる回り方をふやしていくためには、倒立ができるようになることと、柔軟性を身につけることが不可欠な条件と思われたので、5月より体操練習カードを子どもに持たて、家庭でも日常の活動として次の運動に取り組ませてきた。

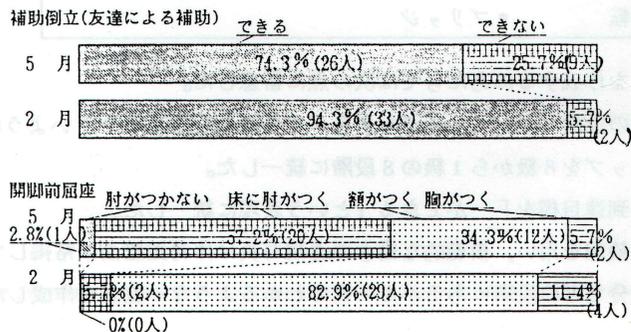
- 柔軟運動として「前屈、後屈、左右開脚」
- 逆さ感覚を身につける運動として「腰上げ」
- 腕支持力を向上させるための運動として「腕立て伏せ」

5月と2月の調査の結果を図表-2に示した。

図表-1

腕 立 て 側 転		
【ポイント】		
○ 踏み切り足は、進行方向につま先を向けて回る。(図1)		
○ 手・足の着く順序 右足 右手 左手 左足又は左足 左手 右手 右足		
○ 目は真下を見る。		
級	技の段階と説明図	印
8	マットとマットの間に手を着いた川とびができる。	
7	踏む箱を使った川とびができる。	
6	手と足を順序よく着き、円を使った円盤回りができる。	
5	腰の高さのゴムを越えることができる。	
4	自分の頭・両手を伸ばした高さのゴムに足がさわることができる。	
3	左右2本のゴムにさわらないで側転ができる。	
2	側転の連続ができる。	
1	ホップからひねりを加えた側転ができる。	

図表-2



(2) 創造的学習をさせるための工夫

従来、マット運動の指導においては、一つの技の修得を目標として展開される傾向が見られた。ところが、技習得中心の授業形態では、高学年になるに従い、体が重いなどの原因から、いくら練習しても倒立系・タンブリング系の回り方ができず、マット運動に意欲を示さない子が多く見られるようになってくる。

「個人差に応じためあて」を持たせることの重要性がさげばれているが、できる回り方がなかなかふえていかない子どもにとっては、新しいめあてを持つこと自体、むずかしい問題となってくる。

そこで、学級のすべての子どもが、マット上にある程度長い時間存在することができ、マットの上にいること自体が楽しくなるようにさせるための手だてとして次の方法を工夫した。

① つなぎ技，つなぎの動きを数多く取り入れた連技づくり

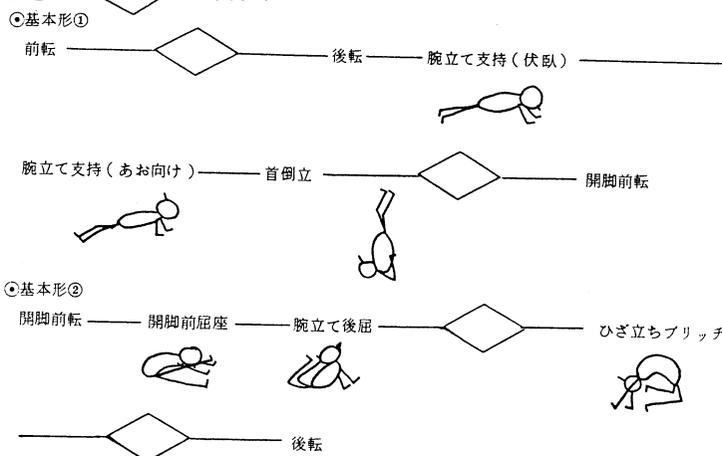
「つなぎ技」「つなぎの動き」を次のようにおさえた。

つなぎ技………首倒立やブリッジ，バランス技などの静止技で，子どもが予め決めておいて行う技のこと

つなぎの動き……子どものその時の感覚によって自然に動く即興的な動きのこと

つなぎ技，つなぎの動きに目を向けさせ連続技のパターンを身につけさせるため，学級内のすべての子どもができる動きをつなげた『連続技の基本形』を設定した。

(つなぎの動きは  で表す)



基本形①と②は子どもに選択させ、基本形に、自分のできる回り方やつなぎ技・つなぎの動きをつけ加えたものを「めあて①」とさせた。

つなぎの動きでは、自由な動き方で自在に踊るリズムダンスの要素を取り入れさせた。毎時、学習活動の「はじめ」の段階で、イメージトレーニングとして、ゆっくりしたテンポでかつおだやかな拍節感の曲によって広い空間を自由に踊らせた。この時、子どもの多様な動きを引き出すために、「つなぎの動きを考え出すカード」(図表-3)と、「自分の動きをチェックするカード」を活用させ、児童に、曲のイメージに合う動き、自分らしさを出せる動きを見い出させた。

めあて①の連続技では、教師が与えた曲にあわせて練習をさせ、めあて②でに、子どもの決めた

連続技に合うような曲を子ども自身に選曲をさせ、その曲にあわせて練習をさせた。

② 教え合い、励まし合う学習形態

● 評価カードの工夫

子ども同士で教え合うためのポイントを明確に示した。そして、技の難易度や完成度の点から評価するよりも、どのくらい細部に注意しながら堂々と演技しているかに注目させた。

評価のポイントは	
●安全にできたか	●まじめにできたか
●視線を高く保てたか	●指先まで注意したか
●足先まで注意したか	●ひざを伸ばせたか
●ひざわれがしなかったか	●着地は決まったか
●つなぎの動きを迷いなく自信を持ってできたか	
●初め終わりの合図ができたか	
以上10項目とした。満点は10点とした	

図表-3

つなぎの動きの考え方

- ◎ 初めに、いろいろ変わったポーズを二つ三つ考えよう。
- ◎ はじめのポーズからいろいろな動きをしながら二つ目のポーズに結びつけて静止してみよう。
- ◎ 柔軟技やバランス技もところどころに入れてみよう。
- ◎ 力技もところどころに入れてみよう。

歩	く	・ふつうに 大また 向きをかえて 拍子をかえて ・体の高さを変えて	
走	る	・ひざで歩く ・はすむように軽快に ・走ってころがり、又、走る。	・大またで跳ぶように ・足をあげて走る。
跳	ぶ	・体をそらして跳ぶ ・スキップ・ギャロップ ・片足を後ろにふりあげて跳ぶ ・とびあがってふせる。	・体を前にたおして跳ぶ ・後ろに跳ぶ ・ジャンプターン
転	がる	・横に転がる。 ・体をまるめて転がる。	・体をまるめて転がる。
振	る・回す	・腕を振る・回す。 ・腕を振る。 ・胴体・首を回す。	・腕を振る。 ・胴体・首を回す。
回	る	・こまのように回る。 ・跳びながら回る。	・跳びながら回る。
曲	げる	・前や後ろに曲げる・そらす ・いろいろな曲げ方をする。	・ひねって曲げる。
伸	び・縮み	・高く伸び、低く縮む ・いろいろな方向に伸び縮みする。	
は	ずむ	・歩きながら伸び縮みする。	
倒	す	・片足支持で前に倒す。 ・横に倒す。 ・後ろに倒す。	・横に倒す。 ・後ろに倒す。

● 補助の仕方の工夫

ペア学習の時、補助の仕方を工夫させた。

例 倒立の場合

- 倒立している者が両足で補助者の手をはさむ
- 腕を横に伸ばした補助
- 2、3歩前から手ぶみさせた後、補助
- 倒立歩行の手助け
- 倒立させながら前後・左右の開脚など

5. 実践例

(1) 単元名 マット運動(主)表現運動リズムダンス(補)

(2) 目標

〈技能〉

- できる回り方につなぎの動きを組み合わせながら、調子よく回ることができる。
- 自分で選んでおいたできそうな回り方に挑戦し、他の回り方やつなぎの動きと組み合わせることができる。

〈態度〉

- 友達と協力しながら、自分のめあての達成に向けて、落ち着いて根気強く練習することができる。
- 器具や用具の準備、後結末、使用の仕方に注意し、安全に留意して楽しく運動することができる。

(3) 展開

	学 習 活 動	指 導 上 の 留 意 点	備 考
は じ め	1. グループごとに集合整列する。 2. 準備運動をする。 ・ストレッチ体操 3. 自由な動きで踊り、つなぎの動きのイメージをもつ。	<ul style="list-style-type: none"> ・体をあたためさせたあと、ストレッチ体操をさせる。 ・ストレッチ時の呼吸に気をつけさせる。 ・音楽を流し、心身をリラックスさせる。 ・人目を意識せず堂々と大きな動きを心がけさせる。 ・視線を高く保たせる。 ・指先、足先まで神経が行き届くよう声かけする。 ・腰の高さを変化させる。 	テープ チェック カード テープ
な	4. めあて①を確認する。 <div style="border: 1px dashed black; padding: 5px; margin: 5px 0;"> 自分のできる回り方につなぎの動きを組み合わせながら楽しく回ろう。 </div> 5. めあて①の課題に向かって活動する。 <ul style="list-style-type: none"> ・「基本形」の技に自分が考えてきた回り方やつなぎ技、つなぎの動きを組み合わせながら回る。 ・音楽に合わせて調子よく回る。 	<ul style="list-style-type: none"> ・倒立やブリッジの練習を各自ペアで行ってから連続技へと移らせる。 ・評価カードをもとに友達同士で採点させる。 ・つなぎの動きが堂々と豊かになるよう、気をつけさせる。 	評価 カード テープ
か	6. めあて②を確認する。 <div style="border: 1px dashed black; padding: 5px; margin: 5px 0;"> 自分で選んでおいたできそうな回り方に挑戦し、他の回り方やつなぎの動きと組み合わせよう。 </div> 7. めあて②の課題に向かって活動する。 <ul style="list-style-type: none"> ・マットを回りやすく工夫して練習する。 ・他の回り方やつなぎの動きと組み合わせよう。 	<ul style="list-style-type: none"> ・グループごとにどんな技に挑戦するか掲示しておく。 ・各グループをまわりながら児童のめあてが合っているか確認し、適切な助言や補助をする。 ・試技をただ重ねるだけでなく練習方法を工夫させる。 ・新しい場をセットしたい時は教師に申し出てから準備するようにさせる。 ・教師の補助が必要とされる児童に対しては、教師がついている時だけ行なわせる。 ・練習をある程度重ねたら、他の回り方やつなぎの動きと組み合わせさせる。その場合技の習熟は安全の範囲内で不完全でも良いこととする。 ・めあて②が達成された場合(自己評価)運動帽を裏返しにさせる。白→赤 	テープ
ま と め	8. 本時のまとめをする。 <ul style="list-style-type: none"> ・めあてが達成されたかどうか確認する。 ・次時の学習について知る。 9. 整理運動をする。 10. 後片付けをする。	<ul style="list-style-type: none"> ・何人かに発表させる。 	

(4) 評価

〈技能〉

- 自分のできる回り方につなぎの動きを組み合わせながら、調子よく回ることができたか。

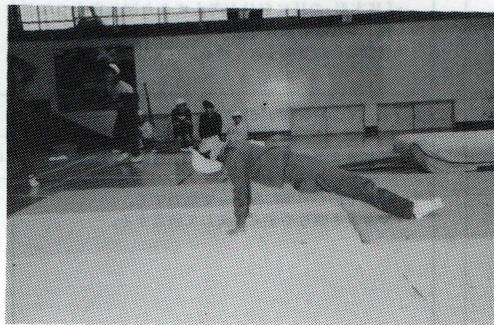
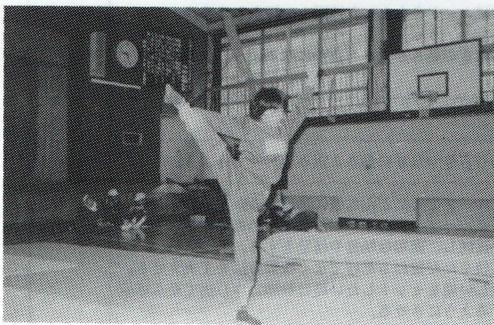
○自分の力に合っためあてを持って、技の段階を少しでも上げたり、その技を加えた連続技ができたか。

〈態度〉

○友達と協力しながら、自分のめあての達成に向けて、落ち着いて根気強く練習することができたか。

○器具や用具の準備、後結末、使用の仕方に注意し、安全に留意して楽しく運動することができたか。

「そうリッパ」技の技じゅつだけではなく「行動
 カタでも「フッ」しは身についたん思ひます。
 マットをはこんでまわると「フッ」の音もきこ
 ます先生に「も」とすばやく「ん」は人かリも
 りわれながらやりました。マラト運動だけ
 はなく「ま」にあわせて「ま」を「ま」現
 在の「ま」も「ま」の「ま」を「ま」思ひました。今
 度も「ま」は「ま」を「ま」で「ま」たけ「ま」
 今度も「ま」は「ま」を「ま」で「ま」たけ「ま」
 マット運動で「ま」を「ま」で「ま」たけ「ま」
 今度も「ま」は「ま」を「ま」で「ま」たけ「ま」



6. まとめ

マット運動の楽しさを味わわせることをねらいとして取り組んだ実践であったが、この実践を通し次のことがわかった。

- (1) 細かく段階を分けた「技のステップカード」を活用したことにより、児童は、自分の力に合っためあてを持ち、1つ1つの回り方の練習方法をしっかりつかみ、正しく安全な回り方を身につけることができた。
- (2) 連続技に表現運動のような「つなぎの動き」を取り入れさせたことにより、
 - ① 組み合わせて回る時、次の回り方に移る準備段階として「つなぎの動き」が役立った。子どもが2～3種類の回転を続ける緊張感の合間にゆとりが生じ、安全性も高まったようである。

② 子どもの欲求が、次々と高度な回り方に挑戦しようとする意識から、「より美しく」という意識に変わってきたようである。静的な動作のおもしろさも味わわせることができた。

③ 技の種類の多い子はタンプリングの組み合わせの途中につなぎの動きが見られ、動きに多様さが加わったし、逆に技の種類が少ない子は、つなぎの動きを存分に取り入れ、優雅に踊る途中に回る動きを入れて楽しんでいたのであった。音楽に合わせてイメージ通り動くことができた子どもの表情は成就感があふれていた。

(3) 態度面を重視した評価カードを作成し、このカードに従って技の出来具合を互いに確かめ合わせた。子どもたちは、指先・足先・ひざ・目線など細部に注意して練習していた。だれでも一生懸命やれば高い点をとれるということで、一つ一つの動きを確実なものにしようと意欲的であった。

7. 今後の課題

(1) スパイラル型の学習過程に関して

個人差に着目した学習活動の工夫として、スパイラル型の学習過程を取り入れたが、一単位時間の中に「めあて①」と「めあて②」の活動が順に展開されると、単位時間の前半に「できる回り方での連続技の練習」、後半に「新しい技に挑戦する」練習が行なわれる。「めあて②」は子どもにとってむずかしい技であるから集中力を保たせることがとても大切である。ところが、単位時間の後半は子どもの集中力が低下していく傾向が見られた。

安全な「場の設定」の方法ともあわせて、マット運動において子どもの集中力をどう持続させるかを今後の課題としたい。

(2) 単位時間の評価について

単位時間の子どもの目標が、今回の実践のように別々な場合、目標への到達度を教師が一人一人評価することはむずかしい。全児童の取り組みをしっかりと把握する方法と子ども同士で批判し合えるように「見る目」をどう育てていくかを今後探っていきたい。

「子どもが生き生きと活動し、基礎的・基本的内容を身につける体育学習の研究」

— 児童が、自発的・自主的に取り組む体育学習の工夫 —



北九州市立黒崎小学校

校長 沼野 猛



教諭 原田直久

〒806 福岡県北九州市八幡西区藤田四丁目4-24

☎ 093-641-6237

I 主題設定の理由（一部略）

1. 本校の研究経過から

本校は、昭和61年度から昭和63年度までの三年間、福岡県教育委員会の教育研究指定委嘱校

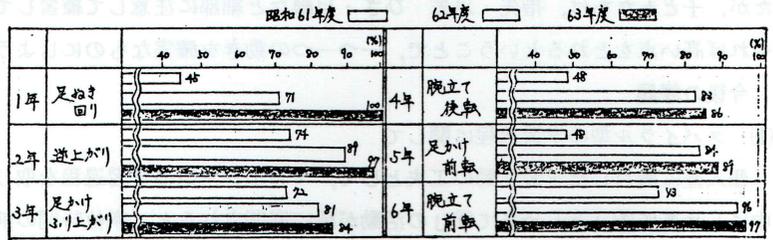
として体育の研究に取り組んできた。

研究にあたっては、児童の実態から器械運動領域を中心に運動の特性をとらえ、発達段階を考慮し、各学年に応じた「学年別到達目標」を設定し、技能の向上を図ってきた。これらに、教具・指導法を工夫した一連の「黒崎プラン」を実践してきた。

そして、その結果、児童達は、学年に応じた確かな技能(表-②は、その一例)を身につけ、生き生きと活動し、気力・体力共に充実した活気ある児童に育っている。

しかし、その反面、過去三ケ年の「できる」ことを重視した学習のため、問題点も残った。「こうなあってほしい」という学習過程が強調され、

表-② 鉄棒大会の成績



一人ひとりの児童の学習のテンポやリズムの違いに対応する時間、ある程度の試行錯誤や力に応じた創意工夫が発揮される時間的余裕がなかった。

そこで、今までの研究の成果(黒崎プラン)を生かし、自発性・自主性をより高めることを目指した。

2. 児童の実態から

本校の器械運動領域の、基礎的・基本的内容を身につけさせる研究は、黒崎プランの完成で大きな成果を収めている。

技能面では、鉄棒運動(表-②)、マット運動(表-③)、跳び箱運動など、その技能は、きわめて高い。

また、態度面でも学習中の教え合いや助け合いなど、思いやりのある活動ができて

表-③



る。

しかし、スポーツテストの結果(表-④)を見ても分かるように、鉄棒運動領域での「連続さか上がり」「握力」やマット運動領域での「柔軟性」(伏臥上体そらし、立位体前屈)は、全国、市平均よりも良いのであるが、「瞬発力」(立ち幅跳び、走り幅跳び、垂直跳び)、「投力」「敏しょう性」(反復横跳び)等がやや劣っている。

これらのことから、器械運動領域の研究だけでは、「瞬発力」「投力」「敏しょう性」を育てることや幅広い遊びの姿を求めることができにくいことが分かった。

そこで、研究領域を器械運動領域から、それ以外の領域まで広げ、また、学習過程の工夫による自発性・自主性を高めなければならないと考え、研究主題を設定し、新三ケ年計画に取り組んだ。

表-④

学年	性別	50m走		立ち幅とび走り幅とび		ソフトボール投げ		斜懸垂回神		持ち運び走		とびはくぐり		連続歩みあがり		反復横とび		垂直とび		背筋力		握力		伏が上体そらし		立位体前屈	
		男	女	男	女	男	女	男	女	男	女	男	女	男	女	男	女	男	女	男	女	男	女	男	女	男	女
		秒		m		m		回		秒		秒		回		回		cm		kg		kg		cm		cm	
一 年	全 国	11.02	11.40	126.24	117.24	11.48	6.95			15.94	16.59	14.33	15.52														
	市	11.19	11.54	124.33	115.05	9.88	6.26			15.97	16.02	14.72	15.70														
	本 校	11.20	11.58	128.30	117.08	10.39	6.65			16.47	17.16	16.46	17.85														
二 年	全 国	10.25	10.59	138.75	130.57	15.58	9.10			15.14	15.76	12.85	13.68														
	市	10.23	10.54	138.04	126.90	13.98	8.21			15.13	15.38	13.01	13.85														
	本 校	10.19	10.60	133.44	120.70	13.06	9.50			15.07	15.69	13.19	14.27														
三 年	全 国	9.75	10.05	150.18	141.64	20.67	11.51			14.34	15.91	11.85	12.56														
	市	9.76	10.24	150.92	140.64	18.97	10.62			14.07	14.74	11.66	12.69														
	本 校	9.98	10.28	136.82	133.91	17.38	11.02			14.97	15.21	12.34	12.70														
四 年	全 国	9.36	9.60	160.60	152.60	25.60	14.69			13.79	14.50	11.09	11.48														
	市	9.39	9.68	158.32	149.09	23.18	13.02			13.65	14.13	11.21	12.15														
	本 校	9.17	9.43	152.07	145.52	23.83	12.31			14.44	14.89	11.42	12.34														
五 年	全 国	9.05	9.34	305.70	276.04	29.94	17.60	30.18	26.12	18.45	20.26			4.21	4.27	39.46	37.94	35.15	33.64	59.16	48.54	18.35	16.93	45.67	46.63	7.97	10.25
	市	9.20	9.45	307.08	276.62	27.78	15.97	28.70	24.82	19.59	21.30			3.01	2.92	37.58	35.60	34.12	32.39	52.64	43.55	16.76	15.44	44.12	45.10	6.32	8.94
	本 校	9.00	9.24	276.15	272.50	27.41	14.42	24.99	21.77	18.90	20.64			3.60	3.34	37.35	34.27	30.62	31.10	54.92	46.21	18.01	17.85	44.84	45.50	7.51	9.62
六 年	全 国	8.75	9.00	329.33	297.24	33.98	20.52	32.00	25.66	17.23	18.60			4.54	4.37	42.72	41.21	38.96	37.28	70.13	59.18	21.08	20.49	47.33	50.07	8.10	11.12
	市	8.75	9.35	324.04	291.64	31.82	18.50	28.34	22.06	16.85	18.04			3.40	3.18	41.27	38.89	36.69	36.68	63.88	52.89	20.58	19.17	45.93	48.05	6.43	9.58
	本 校	8.65	9.03	310.86	277.02	30.45	16.85	25.12	21.24	17.37	17.71			5.20	4.49	39.90	38.18	34.81	33.20	72.59	52.36	19.87	21.61	47.88	48.17	9.26	7.94

II 研究の仮説

ゆとりある学習過程を組み、児童自ら学習の見通しや課題を持って解決させれば、児童の自発的・自主的な活動が見られ、基礎的・基本的内容を身につけることができる。

III 研究の基本構想

1. 研究の基本的な考え方

児童が「生き生きと活動」するためには、児童の興味・関心と教師のかかわりとは密接に結びついていなくてはならない。

これを構図に示すと表-⑤のようになる。

これを研究の大きな柱として、新三年次の計画を表-⑥のように位置づけた。

表-⑤

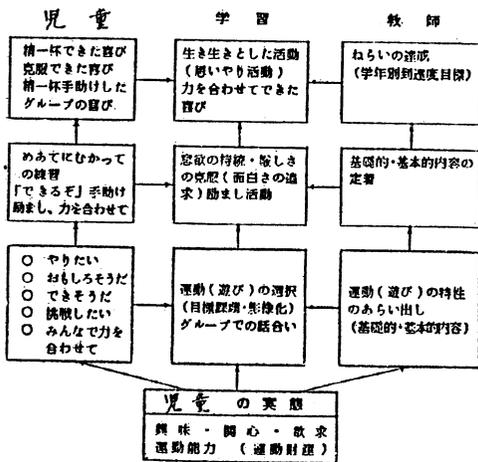
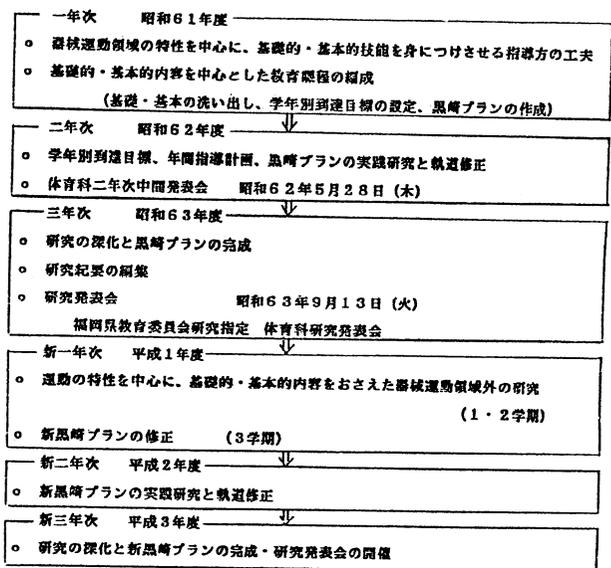


表-⑥



2. 研究の具体的方針

本研究の実践にあたっては、次の方針を進めていくことにする。

- ① 個人差を考慮し、余裕のある学習計画を組む。
- ② 運動領域の特性を中心に基礎的・基本的内容をおさえる。
- ③ 自発性・自主性を高めさせる指導活動に努める。
 - (ア) めあてが明確であること。
 - 今持っている自分の力が分かり、それに対応しためあてが理解されている。
 - (イ) 場作りが豊かであること。
 - めあての個人差をすべて吸収した豊かな場の条件になっている。
 - (ウ) 挑戦の場、選択、移動が自由で、常に場が開放されていること。
 - (エ) 学習の仕方が分かっていること。
 - 練習の仕方、挑戦の仕方、でき栄えの確かめ方、協力、励まし合いなどの行動の仕方が児童自身によく分かっている。

以上のことを低・中・高学年の発達段階に応じた視点とからめて実践に臨んだ。

低・中・高の視点

低学年 — 実態にそくしたルール作りを通して

中学年 — グループ活動を通して

高学年 — 個人、グループの課題の持たせ方及び評価を通して

IV 実践（低・高学年省略）

1. 中学年の実践 4年

〈障害走と輪を使った運動〉 輪を使った運動略

(1) 運動の特性と基礎的・基本的内容

障害走は、一定の距離に置いた数台の障害をまたぎ越して走り、競争したり記録に挑戦したりして楽しむ運動である。また、スピードを落とさず、リズムカルに走り切る喜びやスリルを味わうこともできる。

ここでは、基礎・基本を二つの視点で考えてみた。

〈障害の越し方〉

自分の利き足で、できるだけ遠くから踏み切り、障害の近くに着地する。振り上げ足はまっすぐ前方に伸ばし、抜き足は膝を曲げて素早くまたぎ越す。上体は、前に傾け、両腕でバランスをとって安全に障害を越していく。

〈インターバルの走り方〉

同じリズムを保って、調子よく、奇数歩で走る。腕の振りを使って全力疾走する。

(2) 児童の実態（男20、女20、計40名）

児童は、低学年で障害リレー遊びを経験しているが、ハードルを使った経験は少なく、陸上クラブ所属の6名だけだった。中には、ハードルの形さえ知らない児童もいた。

障害走に対する関心は、やってみたい35名、ふつう5名であった。「スリルや迫力がある」「競争ができる」「思い切り走れそう」という意見が、その主な理由であった。

日ごろの学習では、教え合いや助け合いの姿はよく見られるが、自分の課題を見つけて解決しようとする意欲に欠けている。

短距離走の実態は、右表に示す通りである。このように5月測定と比べて、10月測定では、ほとんどの児童に伸びがみられた。

しかし、10月測定50m走で8秒台14名に対し、10秒台8名、記録の幅は8.3~10.5秒の2.2秒となり、走力の個人差が大きいと言える。30m走では、記録の幅が1.4秒であった。また、これらのタイムやタイム差に、児童は、非常に関心を持っていた。さらに、障害走にはリズム感が大切だと考えたので、スキップをさせてみたところ、リズムカルにできない子が7名いた。

(3) 指導のかまえ(手だて)

「児童が、自発的・自主的に取り組む体育学習の工夫」

児童が自らの課題を発見し、解決しようとする学習活動実現のため、グループ活動を中心に、協力する喜びと技能向上の喜びを味わわせる学習指導を行った。

- 黒崎プランでは2時間扱いの本単元を、3時間にのばして実践する。
- グループ編成は、インターバルの長さ別に行う。その際、本人の意志で選択させる。また、学習中に歩幅が合わなくなった児童は、他グループへの移動を可能とする。
- 練習内容や代用障害の選択は、できるだけグループに任せる。また、各グループを話し合ったことを持ちよって、学習の方向を決めていく。
- 毎時間、30m 障害走の記録を測定し、30m 走とのタイム差を得点にして(右表参照)意欲づけをする。
- 代用障害として、ゴム・ダンボール・いす等を用意する。

(4) 単元目標

- 自分に合ったインターバルを選び、3台の障害をリズムカルにまたぎ越して、30m を速く走り抜けられるようになる。
- きまりを守って、安全に運動ができる。
- 協力し、グループ内で助け合って活動できる。

(5) 学習計画(総時数 5時間)

	10	20	30	40	(分)
1	1.単元を見直し、学習計画を立てる。(学習のねらい・グループ編成・役割分担)				
2	2.輪を使った運動				
3	3.輪を使ったいろいろな動きをやる				
4	4.輪を使った運動を練習する				
5	5.輪を使って回る動きを中心に				
6	6.発表会をする				
7	7.記録会やグループでの発表会をする				
8	8.まとめ				

実態調査 短距離走(単位:秒)

氏名	50m走			氏名	30m走		
	5/9	10/14	10/19		5/9	10/14	10/19
O.A	10.0	10.0	6.7	Y.A	10.7	10.4	6.5
K.A	9.0	8.6	5.9	M.O	9.0	8.7	欠席
T.I	9.1	9.0	5.9	S.O	9.6	9.4	6.0
S.I	9.2	9.0	6.0	M.K	9.5	9.0	6.0
E.I	8.5	8.4	5.7	K.K	10.1	9.3	6.4
K.O	9.6	9.6	6.1	A.K	9.7	9.2	5.9
J.K	9.2	9.0	5.9	T.K	10.2	10.2	6.5
M.K	9.3	9.4	6.1	M.S	9.5	9.2	5.9
T.K	9.0	8.6	5.7	Ta.S	9.4	8.3	6.2
M.T	8.9	8.7	5.8	S.T	9.3	9.8	5.9
H.T	10.1	9.7	6.7	A.D	10.6	10.1	6.4
K.T	9.1	8.5	6.8	Y.T	9.7	9.1	6.1
Y.N	8.9	8.5	5.6	Y.H	9.6	8.9	5.8
S.Hi	9.5	8.9	6.1	M.H	8.8	8.3	5.5
S.F	10.1	10.0	6.3	N.H	10.7	10.3	6.4
R.H	8.6	8.5	5.4	S.H	9.6	9.2	6.3
S.Ho	10.8	10.5	6.3	Y.M	9.4	9.4	5.9
T.M	9.8	8.9	5.8	A.M	9.8	9.2	5.8
S.Y	8.9	8.3	5.4	S.Y	8.9	9.1	6.2
E.T	—	10.0	6.2	To.S	—	9.0	6.0
				平均	9.5	9.2	6.1

タイム差による得点

タイム差(秒)	得点
2.0以上	1
1.5~1.9	2
1.0~1.4	3
0.5~0.9	4
0.4以内	5

(6) 学習の実際

① 第一時

「自分に合ったインターバルを見つける」という主眼にそって、3つのコースを試行する時間を多くとった。その後、自分なりに調子よく走れるコースを選ばせてグループ編成を行った。

(右表参照)

第1時のグループ編成

グループ名	A	B	C	D	E	F
インターバル(m)	4.5		5		5.5	
人数(人)	8	7	6	6	6	7

学習中、「どうすれば速く走れるだろうか」と問いかけてみると、ほとんどの児童が「障害を低くとぶ」と答えた。そして、代用障害を使用したの練習後、グループ内での役割分担をさせて、タイムの測定をした。

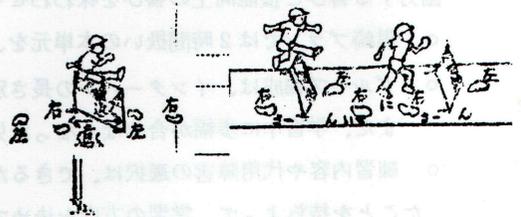
測定後、各グループの意見発表の中で、低くとぶことの他に、障害の直前で歩幅を変えない・同じ調子で走る・ゴール5m先まで全力で走るということが多く出された。これらの点を次時から共通の課題とした。

〈第1時終了後の児童の感想〉

- 少しこわかった。はじめは低く見えたから、簡単そうだったが、やってみると意外と難しかった。とびときは、左足でも右足でもとんだ。(A,D女)
- 低い方が、高くとぶより速くて時間がかからなくていい。でも、そうするとこわい。インターバルという言葉は初めて知った。(M,H女)

② 第二時

本時は、まず全体で話し合いで、同じ調子で走り切るためには、インターバルをいつも同じ歩数で走ればよいというめあてをもって練習を始めた。すると、短いインターバル(4.5m)のグループが、「3歩か4歩が、ちょうど良い」と言い出した。そこで、全グループに広めると、常に利き足で踏み入れる3歩が良い、という声が出てきた。そこで、右の2つの図を示しながらインターバルを3歩で走することを学習課題とした。



自由に代用障害を選ばせたが、小さいすと一段のとび箱は、こわがって使おうとしないので除くことにした。

本時間中は、3名が自発的に、3名が教師の助言で、グループを移動した。

記録は、19名は良くなったが、3歩のリズムは徹底できず、とまどう児童も見られた。

〈児童の感想〉

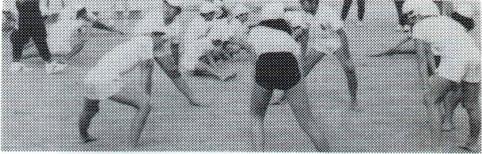
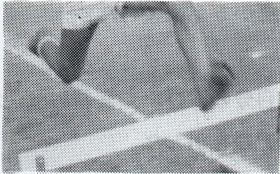
- ・せまいインターバルに行くと、とびやすかったのでタイムがはやくなった。(H,T男)
- ・ハードルに当たったら痛そうだけど、ゴムは安心してとべる。きき足がよくかからない。(T,B女)

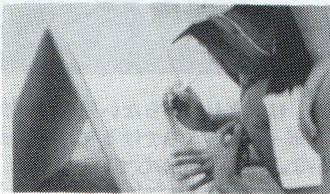
③ 第三期

(1) 主眼

- 自分の利き足で踏み切って、3台のハードルを思い切り抜けることができるようにする。
- 安全に注意して、グループで互いに協力し、力いっぱい運動ができるようにする。

(2) 展開

	学 習 内 容	児 童 の 活 動 や 変 容
は じ め 5 分	<p>1. 準備運動をする。 ランニング・柔軟運動など</p> <p>2. 本時学習のめあてを確認する。</p> <div style="border: 1px dashed black; padding: 5px;"> <p>○自分の踏み切り足をはっきりと決めよう。 ○安全に気をつけて、思い切り運動しよう。</p> </div>	<p>○グループごとに、かけ声をかけながら自分たちで考えた準備運動をしていた。</p>  <p>○利き足が、はっきりわからない児童のいるグループからは、「ボールはどっちでけると。」「はぼとびでとぶ方の足よ。」という声が出ていた。</p>
な か 20 分	<p>4. 障害走をする。</p> <p>(1) 場作りをする。(6コース)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・インターバル4.5m-1コース(A班) <li style="padding-left: 2em;">5.0m-3コース(B・C・D班) <li style="padding-left: 2em;">5.5m-2コース(E・F班) <p>全障害とも代用障害を使う。</p> <p>(2) 自分の利き足で踏み切っているか気をつけながら練習する。</p> <p>○一つの障害に一人ずつ横について練習する。</p> <p>〈児童のかかわり合い、グループごとの場の様子〉</p>  <p>○全員が集まって、踏み切り足の確認と最後まで走り切ること、気づいた点を話し合う。</p> <p>○踏み切り足に、ゴムの目印をつけて練習する。 〈足首に目印のカラーゴムをつけて〉</p>  <p>○一台ずつハードルに置きかえていって練習する。</p> <p>(3) グループ別に、全員のタイムを測定する。</p> <p>○30mに、高さ45mのハードルを三台置いて測定する。</p>	<p>○グループ内で役割分担を決めて、コース作りをしていた。</p> <p>○場作りのできたグループから、体ならしのため練習を始めた。</p> <p>○スタートする前に、特に友だちに見てもらいたい点がある場合は、手を挙げて伝えていた。 〈互いに見合って、声をかけ合う〉</p>  <p>○「どちらが踏み切り足だったか、見ていてわかりにくい。」という意見が出た。</p> <p>○T.I(男)が5.5m→5m、N.II(女)が5m→4.5mへグループを移動した。</p> <p>○互いに教え合う時に見やすくなり、踏み切り足がはっきりわかるようになった。しかし、あまりにも意識が過剰になって、動きが硬くなり、スピードが落ちてしまうケースもあった。</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p>—M.K(男)の授業後の感想— ハードルの間は、大またでいけばいいと思っていたけど、今日、本当にスピードが出るためにはちょっとちがうと思った。ゴムをつけて、利き足でとべた。</p> </div> <p>〈ハードルを一台入れての練習〉</p>  <p>○グループで、役割分担を決めて、協力して測定していた。</p>

	<p>○グループの記録板に記入する。</p> 	<p>—〈感想〉—</p> <ul style="list-style-type: none"> ・今までの最高タイムが出て、3点から4点に上がったので、うれしかった。(A.M女) ・先生が見えたのできんちょうした。どんだんタイムが落ちていく。どうしてかな。力いっぱい走ってみよう。(M.S女) <p>〈「ヨーイ、ドン。」グループで役割を決めて測定〉</p>  <ul style="list-style-type: none"> ○今までの最高タイムが出たのは21人であった。ずいぶんと3歩のリズムで走れるようになったが、そればかりを考えすぎて、伸びなやむ児童もいた。 ○E.I(男)は、30m走の記録よりも30m障害走の方が上回った。
<p>まとめ 5分</p>	<p>5. 本時学習のまとめをして、次時の学習内容を知る。 6. 整理運動をする。 7. 用具の後結末をする。</p>	<p>〈本番でよくなった点を発表し合い認め合う〉</p> 

④ 第四・五時

〈第四時〉

まず、I男の動きを見せて、良い点を見つけさせた。3歩のリズムがしっかりしている・障害をまたぐようにしている・遠くから踏み切っている・腕を使っているなどが、各グループから出された。「I君のまねをしよう」というめあてにするグループが多かった。

また、ストライドが伸びて、インターバルが狭くなった児童が5名出てきた。

〈第五時〉

本単元のまとめとして、記録会を行った。一人ひとりに、自分の伸びた点を言わせ、走り終わると、友達からも良い点を見つけ出させた。20名が最高記録を出した。

〈第5時終了後の児童の感想〉

- ・ハードルが最後なので「このまま悪い記録で終わるもんか、がんばるぞ。」と力がわいてきました。そして思い切り走ったら7.3秒で、良い記録でした。でも、なんとなく慣れたようなので、もう一回だけ、これ以上は速く走れないというくらい自分で感じる力で走りました。ゴールに着いた時、思玉君が「やった。6.9」と大声で言ってくれました。だから、ヤッターと大声でさげびました。(S.H.男)
- ・私は、「今度こそ、今度こそ。」と思って走ったけれど、記録がのびなかったので、とても残念でした。でも、前の時間に7.0が出たし、友だちもうまくなったので、まあまあよかったです。また今度するときは、記録をのばそうと思いました。(N.H女)

(7) 結果と考察

① グループ活動

できるだけ、グループの考えを尊重し、話し合いの時間をしっかりとったため、一人ひとりが「どうすれば速くなるのか」をよく考えていた。これは、児童の自発性・自主性を育ててきた一つの現われだと言える。

しかし、児童の活動を生かそうとすると、意見がまとまるまで時間がかかる・急に高度な技能をめあてにしようとする・意見の少ない児童がいるという傾向もみられた。

② 技能の変容

次表のように、第一時測定との記録と比べてほとんどの児童に伸びが認められる。また、30

技能変容の記録 (単位・秒)

時	30m走					時	30m走				
	1時	2時	3時	4時	5時		1時	2時	3時	4時	5時
CO.A	7.8	7.7	7.5	7.8	7.3	6.7	6.1				
OKA	7.2	6.9	6.3	6.3	6.5	5.9	5.3				
OTI	7.1	7.0	6.5	6.4	6.5	5.9	5.5				
OSI	6.9	6.7	6.9	6.8	6.3	6.0	5.7				
OEI	6.1	6.6	5.5	5.7	5.6	5.7	5.2				
OKO	7.8	7.0	7.0	6.7	6.8	6.1	5.9				
OTK	6.7	6.5	6.5	6.5	6.4	5.9	5.6				
OTK	6.9	6.7	6.9	6.4	6.5	6.1	5.9				
OTK	6.6	6.7	6.6	6.5	6.1	5.7	5.4				
OTI	7.8	6.5	6.1	6.0	6.0	5.8	5.3				
PHI	8.0	7.0	7.1	6.9	6.5	6.7	6.0				
PKT	—	6.5	6.3	6.1	5.7	6.8	5.6				
OYN	6.4	6.4	6.3	—	5.6	5.6	5.3				
OSHI	6.3	6.4	5.9	5.9	5.8	6.1	5.7				
SF	—	—	—	7.0	7.0	6.3	6.3				
ORII	6.8	6.3	6.3	5.8	5.8	5.4	5.4				
OSHO	7.5	7.4	8.0	7.6	6.9	6.3	6.2				
OTI	6.4	6.2	6.3	6.6	6.3	5.8	5.8				
OSY	6.5	6.5	6.0	5.6	5.7	5.4	5.2				
SET	6.6	6.9	7.0	6.3	6.1	6.2	5.9				
平均	6.96	6.73	6.57	6.46	6.27	6.02	5.66				
時	30m走					時	30m走				
	1時	2時	3時	4時	5時		1時	2時	3時	4時	5時
OYA	8.0	8.4	7.4	7.5	7.5	6.5	6.3				
MO	—	—	—	—	—	—	—				
OSO	7.2	7.3	7.4	7.0	6.9	6.0	5.8				
OMK	6.5	7.1	—	6.8	7.0	6.0	6.0				
OKK	7.2	7.1	7.5	6.9	6.7	6.4	6.3				
OKA	7.2	7.5	7.2	7.0	6.5	5.9	5.9				
OTK	—	8.2	8.2	8.0	7.6	6.5	6.6				
MS	6.4	6.7	6.8	6.4	6.5	5.9	5.7				
OS	6.4	6.4	6.5	6.2	6.0	6.2	6.2				
OST	7.6	7.1	6.5	6.6	6.5	5.9	5.5				
OAD	7.4	7.3	7.4	7.1	7.0	6.4	6.0				
OYT	7.4	7.7	7.1	7.9	7.4	6.1	6.2				
OYH	7.4	7.3	6.6	6.8	6.4	5.8	5.4				
OMH	6.1	6.4	5.9	5.7	5.4	5.5	5.1				
ONH	—	7.1	6.8	7.0	7.2	6.4	6.5				
OSH	7.2	7.1	6.6	7.1	6.8	6.3	5.8				
OYM	7.5	7.3	7.5	6.5	6.7	5.9	5.5				
OAM	6.8	6.9	6.6	6.6	6.4	5.8	5.5				
OSY	—	6.9	6.4	6.7	6.4	6.2	5.8				
OS	8.9	7.5	7.2	7.3	—	6.0	—				
平均	7.20	7.22	6.97	6.90	6.71	6.08	5.89				
全平均	7.07	6.97	6.77	6.73	6.31	6.05	5.77				

※ 前時までの最高記録よりも本時の記録が良いため、インターバルを変えた児童のみにグループを移動した児童の赤のアンダーライン

m走の記録も29名が伸びている。ただし、これらの伸びにも個人差があり、伸び悩んだ児童は、他の面での成長を認めることが必要であった。

また、インターバルを変えた13名中12名に記録の伸びがみられた。

③ まとめ

本単元では、グループ活動を中心にして、児童自らが学習を組み立てるような指導法の工夫を行った。その結果、児童の自発性が芽生え、記録の向上と障害走への関心の高まりがみられた。

その反面、自発性だけを追求しすぎて、ただ単に児童まかせの学習になり、時間がかかりすぎたという反省もあった。

今後、さらに児童一人ひとりの自発性・自主性を育てる学習の具体的方策を模索していきたい。

V 研究のまとめと今後の課題

過去三年間の研究の深化を図り、今年度は、器械領域外の研究を中心に、ゆとりある学習過程を組み、児童の自発性・自主性を伸ばす学習を展開してきた。

1. 実践からの考察

低・中・高学年それぞれ現行の黒崎プランよりも1～2時間、単元の時間数を増やし、学習の時間的ゆとりをもたせた。

単に時間数を増やすだけではなく、学習内容の精選にも努め、一つの内容を十分に学習できるようにした。

その結果、実践例から見られるように、中・高学年では、グループでの教え合いが活発化し、課題を持って積極的に活動する姿が見られた。これは、時間的・内容的余裕があるため、自分達の課題の認識が深くなり、課題解決のための学習が十分になされた結果だと考えることができる。

2. まとめと今後の課題

研究仮説で述べた通り、本年度は、器械運動（遊び）領域外の研究を含め、ゆとりある学習課程を組み、児童の自発的・自主的活動を追求してきた。

その結果、ゆとりのある学習過程を組むという研究の方向は、間違いなかったと言える。

基礎的・基本的内容についてもかなり定着させることができたが、器械運動領域だけの研究に比べると、器械運動領域外では、基礎的・基本的内容の深化にやや問題が残った。

この問題点を踏まえながら、今後、「新黒崎プラン」の全体計画作りを推進していきたい。具体的には、表一⑦のような各時間ごとのプランにゆとりを持たせるように考慮し、修正を加えていくようにする。

表一⑦

学習内容と学習活動	指導上の留意点	用具
<p>はじめ</p> <p>1. 本単元の内容を説明する。</p> <p>① 審判の役割を説明し、旗の動きがリズムに動きをよびかえるようにしよう。</p> <p>・ 決められた動きで旗を動かす。リズムに合わせてリズムよく旗を動かす。</p> <p>・ 安全に注意し、動きが止まると同時に旗を止めるようにする。</p> <p>2. 準備運動をする。</p> <p>① 前後に学習した動きを正しく練習する。</p> <p>3. 体操をする。</p> <p>① 前腕に学習した動きを正しく練習する。</p>	<p>・ 手帳、足巻、その他の服装を十分に履き替えるようにさせる。</p> <p>・ 2拍子・3拍子・4拍子の音に合わせて、一斉に練習させる。</p> <p>・ アクセントをつけ、強弱、拍子、リズムを合わせる。</p> <p>・ 体育館の床のラインを利用し、互いに衝突しないように、大きな動きで、リズムよく旗を動かせるように練習させる。</p> <p>・ 正しいフォームでできるポイントを確認指導中確認させる。</p> <p>・ リズムに合わせて練習させる。</p> <p>・ リズムの強化・動きの場数を増やすことで、効果的な練習をさせる。</p>	<p>学習計画表</p> <p>グループ</p> <p>テープ</p> <p>ピアノ</p>
<p>10分</p> <p>4. 旗の練習をする。</p> <p>① 旗の練習をする。</p> <p>・ 旗の練習をする。</p> <p>② 旗の練習をする。</p> <p>・ 旗の練習をする。</p> <p>③ 旗の練習をする。</p> <p>・ 旗の練習をする。</p> <p>④ 旗の練習をする。</p> <p>・ 旗の練習をする。</p> <p>⑤ 旗の練習をする。</p> <p>・ 旗の練習をする。</p> <p>⑥ 旗の練習をする。</p> <p>・ 旗の練習をする。</p>	<p>・ 各自のあてを確認し、再グループで練習し、見合わせる。</p> <p>・ 上級のV字のフォームができない場合は、安全マットを使って練習させる。</p> <p>・ ポイントのどこがつかまっているかをしっかり把握させる。</p> <p>・ 練習グループに分かれて各自のあてで練習させる。</p> <p>・ つまみつけているポイントのどこかに見つけて練習させる。</p> <p>・ 目標のある子には、まず正しくリズムよく練習して手をのびないでそのままと練習させられる。</p> <p>・ 練習グループでよく行ったところを見つめあうようにさせる。</p>	<p>旗</p> <p>踏み切り</p> <p>マット</p> <p>安全マット</p> <p>ポイント板</p>
<p>25分</p> <p>5. 本単元の目的を説明する。</p> <p>6. 次単元の学習内容を説明する。</p> <p>7. 同様の学習内容を説明する。</p>	<p>・ グループごとに練習し、学習カードに記入させる。</p> <p>・ 次時のあてを確認させる。</p> <p>・ 協力して、安全に終わらせる。</p>	<p>学習カード</p>

表一⑧

分	10	20	30	40
1	<p>1 単元を見直し、計画を立てる。</p> <p>・ グループを話し、役割分担をする。</p> <p>・ 学習のねらいを知る。</p> <p><簡単な動き></p> <p>2 もとになる動きを覚えて試してみる。</p> <p>・ 体が動かないうちに、体を1回転してつかむ。</p> <p>※ 棒を、手で軽く押さえるように両手で立ててまわす。ターンをしてつかまわせる。</p>	<p>2 自分の力に合った課題を決める。</p> <p>※ 1つ1つの体を確かめさせ、課題が高すぎる場合は、できそうな課題に変えさせる。</p>		
2	<p>3 動きが正しくできるように練習する。</p> <p>・ 回る向きを変えて練習する。</p> <p>4 条件を揃えて動きを高める。</p> <p>・ 体が動かないうちに定めてとらえる。</p> <p>5 スタートの姿勢をかえて</p> <p>6 距離をのびして</p> <p>7 人数を増やして</p>	<p>3 自分の課題を中心とした練習をする。</p> <p>・ 「旗立て倒転」と「旗び込み倒転」の技を中心に行う。</p> <p>※ 上手にできている子供をみんなの前でさせて、動きの指導をおこなう。</p> <p>4 「旗立て倒転」と「旗び込み倒転」を入れて組み合わせを作り、練習する。</p> <p>(例)</p> <p>A 旗一倒転一旗立て倒転一倒転</p> <p>B 旗一旗び込み倒転一旗立て倒転</p> <p>C 旗一旗び込み倒転一倒転一倒転一倒転一倒転一旗立て倒転</p>		
3				
4				
5				
6	<p>5 練習の成果を確認する。</p> <p>・ 他のグループと見比べて反省する。</p>			

また、表一⑧のように単元全体の流れが分かるような形式を取り入れ、器械運動領域だけでなく、全運動領域の「新黒崎プラン」の完成を目指していくようにする。研究は、まだまだ不十分ではあるが、「新黒崎プラン」の完成で、児童のよりたくましい変容を求めていきたい。

生き生きと意欲的に取り組む生徒の育成



東京都三鷹市立第三中学校
校長 渡邊 猛



学級数 21
生徒数 819
体育主任 田口 康之

〒180 東京都三鷹市牟礼4-13-8 ☎0422-44-6181

はじめに

急激に変化するこれからの社会の中で、長い一生を送ることになる生徒にとって、物事に意欲的に取り組む態度は欠かすことはできない。グループ学習や自ら計画を立てての学習は、生き生きと取り組みそして最後までやり遂げる生徒を育てるものである。また、指導法を改善することで、積極的に学習に参加し、自らを高めようとする生徒を育てることもできる。さらに施設や用具を整えたり、工夫したりすることは一層意欲的な生徒を育てることになる。

生徒一人ひとりが楽しく生き生きと意欲的に学習するためには、生徒に成就感、自己存在感、成功感を持たせることが大切である。このことによって、自己実現も図られるものである。以上を仮説として私たちは次の3項目を中心に研究や工夫をしてみることにした。

- ① 学習形態の工夫 ② 学習指導の方法 ③ 施設や用具の活用

1 主題設定の理由

本校の生徒は、どちらかと言えば素直で学習態度も落ち着いて取り組んでいる。日常の学習や学校行事でも、たいへん真面目に取り組むが、自ら進んでやるという意欲や根気強く最後までやり抜くという態度には欠ける。

一方、体格面でみると胸囲は都の平均に近いが、身長・体重・座高はどの学年も都平均を下回っている。また、体力診断テストの結果をみると、握力・立位体前屈は都平均より低いが、その他の種目は都平均かそれ以上である。運動能力テストでは、すべての種目において都平均より優れているという結果であった。したがって、本校の生徒は体格面では都平均より劣っているが、体力や運動能力面では平均かやや優れているということになる。

体育の学習についてみると、運動嫌いという生徒は比較的少ない。そして、真面目によく活動している生徒が多い反面、自主的に積極的に取り組むことや、他人と協力して学習したり、また自分達で工夫して学習したりする態度はあまりみられない。これは、これまでの本校教育の成果であると同時に今後を考えたとき、その指導のあり方の見直しを図らなければならない。

生徒一人ひとりが『生き生きと意欲的に取り組む学習』は体育科全員の一致した願いである。能力や個性を伸ばすとともに、協力し合ったり、互いに工夫し合ったりして、より一層楽しい学習を展開していきたい。さらにまた、新しい教科体育で掲示された選択制の方法も考え合わせることによって学校における体育学習が一段と生涯体育の基盤となっていくことを願ってこの主題を設定した。

2. 研究の内容

(1) 学習形態の工夫

① グループ学習による意欲の向上と意義

小グループによる学習は、生徒相互の競争や協力を生みやすい。グループとしての目的、グループをより良くするための個人の目的を無意識のうちに立てていることが多い。したがって、グループ学習は生徒が好み、学習意欲を高めることになる。そのことが、やり遂げた時の成就感をより強め、さらに意欲を高めることにもなる。教師の効果的な個別指導の機会を多くもする。

ア、グループの編成

グループは種目によって異なるが、同じ程度の技術を持った者を集めた等質グループと技術の差がある者を集めた異質グループとがある。

等質グループ編成する時は、主に練習の段階でその効果をより多く発揮すると思われる。同じ程度の技術を持った者同士が互いに励まし合い、助け合って楽しさと満足感を得ることができからである。

また、異質グループはゲームを行う時に適している。各チームの技能をはじめ、持っている力を均等化することで、チームの特徴を生かした練習方法を工夫し、楽しさや成功感を得ることができた。

イ、グループ学習の展開

本校では、次のような運動でグループ学習を展開した。

- 陸上競技では、等質グループ編成により走り高跳び、障害走、長距離走等を実施した。また異質グループ編成ではリレーを中心に実施した。
- 球技については、基本技能の練習段階では等質グループ編成で実施した。ゲームになるところで異質グループに再編成して実施した。

ウ、本校のグループ学習とその反省

- 個人の持っている問題点を見つけ、互いに協力して直し合うことができる。
- 常に課題を持ち、能力に応じた学習内容を工夫することができる。
- めあてを実現させるために、積極的な行動が生まれ成功感や成就感が得られる。
- 課題を持って意欲的に取り組むため、楽しさや充実感が得られる。
- 個別指導の機会が多く持てる。

など効果的な方法である。

しかし、その反面

- 課題を考える時間が増え、運動量が減ることがある。
- 生徒の技能だけでは、能力に応じた学習内容を考え出すのに限界がある。

などの問題点が考えられる。

② 一斉学習による意欲化

一斉学習は、その単元が持っている特性と全体的な雰囲気を生徒が理解し易く、また共通する基本動作の反復や定着化に役立つものである。この点で学習の基本的な形態として決して軽視してはならない。

しかし、その反面

- 教師指導型になりやすく、生徒自らが工夫を怠ることがある。
- 授業が細切れになり、運動量が減ることがある。
- 生徒個人の持っている問題点を発見しにくい。
- 生徒個人の持っている能力に差があるため、成就感を得られない者が出やすい。

などの問題点があるために、生徒一人ひとりに意欲的な活動を望むことは難しい。

③ 選択制を取り入れた工夫

ここで言う選択制とは、授業の中での選択制としてとらえたものである。この形態は、生徒個人やグループが持っている能力に応じた練習方法から、最終的なめあての実現を目指し、段階を追って必要な課題を自ら選び、組み立てて実践していく方法である。グループをより良くするために生徒相互に工夫や協力が生まれ、その結果意欲を高めることにもなる。

- 常にめあてを持ち、能力に応じた学習内容を自ら考え工夫することから、その実現を目指して積極的なプレーが生まれ、成功感や成就感が得られる。
- 自ら次への課題を持って意欲的に取り組むため、楽しさや充実感が得られる。
- 生徒一人ひとりに対して適切な手立てを与えることができ、個別学習を展開するのにも効果的である。

しかし、そのことから、指導者は生徒の求める技能に追いつくために、あらゆる指導法と基礎知識を身につけておく必要がある。また、施設用具の充実と工夫を怠ってはならない。

(2) 学習指導方法の工夫

生徒の意欲を高めるため、指導の方法でも次のように工夫した。

① ゲーム化による指導（球技）

どのような運動でも、基本の練習は繰り返しが多く単調で生徒に嫌われる。そこで本校では、これをゲーム化することで、生徒が楽しく喜んで取り組むものにした。生徒に自然な競争心を生み、より高い技能習得への意欲を引き出すことになるからでもある。

ゲーム化は、次の4点から進めた。

- ア. その運動を十分理解していない者でもできること。
- イ. 基本技能が自然のうちにマスターできること。
- ウ. 準備が楽で、楽しくおもしろくできること。
- エ. 本校の狭い校庭でもできるものであること。

本校では、これを三中ゲームと呼ぶことにした。例えば、バレーボールでは次のように学習を進めた。これは、テレビ観戦の機会が多いこともあり、基本的ルールや技能等は知っている者も多い。そのため、最初は2対2、3対3の形で、コートの大さは3～4m四方、ネットの高さは胸あるいは頭にしてゲームを進めた。相手からきたボールを相手のコートに返す事だけを目指として、細かなルールは一切無視して進めた。生徒は、ボールを相手コートに返すだけということから、しだいにコートの奥へ返すようにしたり、強く返したり工夫するようになった。このゲームに慣れ技能が上達してくると、ネットの高さを変え、コードを広げ、サーブ等も取り入れていった。また、6人以上にして、何回かわってもよいから相手コートに返すゲームも行った。例

えば、部分練習であるサーブ練習でも、コートの各所に円を描き、その中に落とせば何点といったようにしてゲーム化した。

このようなゲーム化により、生徒はバレーボールの特性を理解し、基本的な技能の習得等に意欲を持つようになった。さらに、仲間同士の協力のあり方や生徒が自ら考える風潮も高まった。自分自身の課題を見つけたりチームの課題を発見して、その解決に努力するようになった。

② 記録会や発表会の活用

人は自分にあった目標を持つと、それを達成したいと思うようになるものである。そこで、陸上競技や水泳、器械運動などでは記録を取り、自分の運動能力を客観的に知って、自己の記録を向上させるねらいを明確にするようにした。

ア. 障害走（本校はグラウンドの関係で50mHを行っている。）

まず、低いハードル等跳べる高さのものを用意して、歩数を考えず、記録を取ってみる。楽しくハードルを跳び越すことを味わわせながら、インターバルやハードリングの練習を行う。毎時間、生徒たちに一回目のタイムを参考に目標タイムを設定して、記録を取るチャンスを与える。最後の授業で記録会を開き、各自が努力することによりどれだけタイムが縮まったかを確認し、評価し合う。

このような形で授業を進めると、回を重ねるたび、生徒が意欲的になった。「どれくらい上がった」「俺、下がっちゃったよ」などといった生徒の会話が、毎日の授業で聞かれた。

③ 生徒による練習計画の立案

自分からやり始めたことは、誰でもやり遂げる意欲を持つものである。それが、自分のペースに合っているときはなおさらである。こう考えて、本校ではいろいろな場で、生徒自身に練習計画を立てさせて学習させてみた。

ア. バスケットボールでの実践

自分がいかにすれば伸びるか、どういう練習をすればうまくなるかといった問題点を投げかけ、1時間の中の10～20分程度の練習計画を立案させてみた。

そこで見られたのは生徒が

- a. 自分を厳しく見つめた。
- b. 細かいところまで課題を設定した。
- c. 納得いくまで時間を惜しんで努力した。

だが、次のような問題点もあった。

- a. 施設の面から自分の考えたものができず、個別練習ができなかった。
- b. 皆がいろいろな事を行うため、身体が触れ合うなど安全面に問題があった。

「生徒の動き」が非常に活発となるので、これをグループ学習と結びつけ、チームを作って実践させてみた。

各チームは、バスケットリングとボール数個、ゼッケンなど練習計画で必要と考えられるもの全てを用意した。各チームは、キャプテンを中心にして運動能力の劣る生徒や、経験の不足している生徒がともに教え合い、協力する体制を作っていた。本校では、ゲームの中でその練習成果を確認させ、グループノートを活用して次回の動機づけとした。このような形で授業

を進めてみると、

- a. 教師がやらせた学習の時よりも、生き生きと意欲的に生徒が動くことが多かった。
- b. ぼんやりしている生徒などがいなくなり、少しの時間でも有効に使われた。

ただ、次のような問題点がはっきりしてきた。

- a. よいリーダーのいないチームは、練習の成果がはっきり出ないことが多かった。
- b. 一人ひとりの運動能力に差がありすぎて、チームの練習についていけない生徒もいた。

このような点を、いかに教師が把握し助言していくかなどが、これからの研究課題である。また、この方法はある程度基礎ができていて、その種目に対する理解度の高い者でないとも有効ではないようである。したがって、1・2年生より、3年生に適していると考えられる。

(3) 施設・用具の工夫

① 陸上競技

ア. 障害走

障害走でいつも問題となるのは、高さに対する恐怖心である。これをなくす工夫があれば練習量も増え、生徒も障害走が好きになり、意欲的に取り組むだろうと考え、次のような工夫をした。

- コーナーポストと区画棒を使用したハードルの設置

全てがプラスチックでできており、高さも60cmで多くの生徒が導入の段階で楽しく跳んでいた。また、正規のハードルで恐怖心が生じた時にはこのハードルにもどり練習していた。

- ビニール管ハードル

コーナーポストよりも正規のハードルに似せ作製したもので中央のバーの部分には恐怖心を取り除くため、ゴムを使用して安全な形にしてある。これは技量の差に関係なく、それぞれの生徒が意欲的に工夫して活用していた。

イ. 走り高跳び

- 安全マットの確保とタイヤ利用

多くの者が運動能力にあった高さで練習したいということが既に意識調査でわかったので安全マットをより多く購入するようにした。その結果、安全マットは10枚を数え、生徒が意欲的に利用している。さらにコーナーポストの利用やゴムの利用で高さに対する恐怖心を取り除くように努めた。

安全マットを置いただけでは、着地の際のショックやマットがずれてしまう不安があった。このような些細なことの積み重ねが意欲を失わせることにもある。このようなことを無くすために安全マットの下に6～8個のタイヤを置くことにした。これにより安全マットへの着地がより一層安全になり、マットもずれないために意欲的に多くの回数をこなしていた。

② サッカー

狭い校庭を使用して生徒自身が意欲的に取り組むためには、ミニゲームが有効であると考え実践した。生徒は多くのミニゲームをこなし、グループの中で進んで作戦や課題を話し合っていたコートを幾つもつくったので、休むグループが無く活気に満ちていた。

ア. 種々のゴールを工夫したミニゲーム

ハードルやコーナーポスト、走高跳びのスタンドを利用したミニゲーム
イ. サロンフットボールを使用したミニゲーム

室内でも使用できるようにつくられており、ボールも小さく高く跳ねないので処理し易く、
楽しく意欲的に運動できる。

ウ. バレーボールのネットを利用したミニゲーム(バレーサッカー)

楽しくキック、リフティング等の個人技能を高められた。

3. 研究の成果と今後の課題

本校は学習形態や指導法の工夫・施設・用具の使用法を考えることで成就感を味わわせ、積極的に
保健体育に取り組む生徒を育てようとした。その結果、次のようなことを明らかにすることができた

(1) 学習計画を自ら工夫し、仲間とともに実践する。そのことで課題をもつことができる。

(2) 課題をもつことにより、授業に意欲的に取り組める。

(3) 課題の達成により自己実現が図られる。それが次の授業への積極的な態度をつくる。

(4) 運動に対して関心が高まることにより、生涯体育・スポーツの基礎を培うことができる。

今後の課題としては、特に以下のことについて、さらに研究を深めていきたいと考えている。

(1) 学習形態の研究では、グループ学習中心となったが、今後さらに研究を進めることと他の学習形
態についても一層の研究の必要がある。

(2) 学習指導要領の改訂とともに、選択制の学習方法の研究が必要である。

(3) 指導者の運動への幅広い知識とあらゆる指導法を高める必要がある。

「生徒が意欲的・主体的に活動するバレーボールの指導」

— 体育学習メニューの活用をとおして —



愛知県東海市立平洲中学校
校長 伊 井 玖



教諭 須 原 修 一

〒476 愛知県東海市富貴ノ台五丁目181 ☎052-601-2740

1. はじめに

バレーボールは年齢・性別を問わず、ボール一つあればだれにでもできる親しみやすいスポーツで
ある。そのため年々愛好者が増え、現在では、学校や地域・職場で多くの人々に親しまれている。

本校の運動に関する意識調査においても、球技が好きと答えた生徒は80%以上を示している。そ
のうちバレーボールが最も好きと答えた生徒はサッカーに続いて第2位となっている。これは、器械
運動や陸上競技など結果がはっきりとあらわれる競技と異なり、なんらかの形で個々に活躍できる場
があるからと考えられる。反面、「はいたりやすいが、進歩しにくい」という特性もあり、特に競技と

して取り扱うとパス・トス・スパイクなどの技能を習熟するためには多くの時間を必要とするスポーツである。

本校では、生徒の心身の調和的な発達と、21世紀の将来を見通した学習を進めなければならないと考えた。

従来、教師によって与えられた課題を、与えられた方法で解決する授業が行われていた。

そのような授業から脱却し、生徒が主体的に参加し、意欲を持って活動できる授業が大切である。

自分の課題を的確に把握し、課題解決の方策を積極的に考え、実践する「主体性」を育て、将来の運動の必要性を考えると、運動のプログラムを自分で作成し、「意欲的」に実践できる生徒を育成しなくてはならないと考え、授業を実践している。

2. 実践内容

(1) 対象学年 第2学年男子(100名)

(2) 単元の目標

ア. 個人技能や集団技能を高め、三段攻撃の型を生かした簡単なゲームができる。

イ. グループで練習計画を立て、グループや自己の課題を持って、計画的に練習ができる。

ウ. 係の分担をするなかで、互いに責任をもち、協力し合って運動ができる。

エ. 場所や器具の安全に留意して運動ができる。

(3) 単元の計画(14時間完了)

① 基本的な考え方

単元の計画を立てるには、他学年にわたる到達目標が必要であり、本校では運動の技能分析をもとに目標を設定した。到達目標を達成するために、従来は教師が最も効率的な単元の学習計画を作成している。この方法は効率的であるが、生徒は単元の見通しを持っていないことが多い。

そこで、生徒が単元の見通しを持って積極的に授業に参加できるように、非能率的ではあるが、生徒が自ら単元計画を立案できるように指導した。

② 基本的な展開

単元の前半は、基本技能を身につける。後半では課題に基づいて「体育学習メニュー」を参考に学習計画を立て、課題解決をするグループ学習が中心となる。

資料1〈単元計画〉

1	・オリエンテーション	・スキルテスト	・グルーピングと役割分担
2	・補助運動・補強運動づくり		
3	・基本的な個人技能を高める。		
4	パス	トス	サブ
5	スパイク		
6	・集団技能を高める。三段攻撃の練習。		
7	〈グループの課題解決をめざした練習計画〉		
8	・チャンスポールからの攻撃		
9	・サブレシーブからの攻撃		
10	・スパイクレシーブからの攻撃		
11	(ゲームに関するルールの学習)		
12	・三段攻撃を生かした簡単なゲーム。		
13			
14	・反省 評価		

・ゲームⅠ
2対2、3対3

↓

・ゲームⅡ
グループ対抗

↓

・ゲームⅢ
リーグ戦

↓

③ 単元計画の実践例

計画作成にあたっては、グループリーダー会を持ち、あらかじめ説明を聞いてから、リーダーを中心にグループ毎に作成するようにした。

資料2〈生徒が作成した単元計画〉

バレーボール			班名
			3班
氏名	係り	氏名	係り
池田 智廣	班長	二反田 輝幸	記録
小野 和紀	記録	深谷 真弘	ホール
植木 茂治	得点	金木 宗謙	審判
☆ 学年別到達目標			
1年	パス(オーバー、アンダー) サーブ(アンダー) レシーブ	簡単なバスゲーム	
2年	トス マイク サーブ(オーバー)	三段攻撃を生かした簡単なゲーム	
3年	マイク フロック	三段攻撃の防御 フォーメーション	
☆ 単元の練習計画			
1限	オリエンテーション スキルテスト グループづくり	8限	サブレシーブからの攻撃
2限	補助・補強運動づくり	9限	スパイクレシーブからの攻撃
3限	基本的個人技能の練習 パス・レシーブ	10限	ゲームに関する ルールの学習
4限	〃 サーブ・レシーブ	11限	三段攻撃を生かした 簡単なゲーム 4リーグ戦
5限	〃 トス・スパイク	12限	リーグ戦
6限	集団技能の練習 3対3 チャンスボールからの攻撃	13限	リーグ戦
7限	同上	14限	反省・評価

(4) 授業計画

① 基本的な考え方

個人やグループにはそれぞれ能力差があり、授業でも当然進度の違いがあるはずである。授業計画を立てるにも実態にあった計画を立てることが理想であるが、教師が毎時間個々の実態にあった計画を立てるのは、不可能に近い。また、教師が立案していたのでは生徒の主体性や意欲も育たない。

そこで、生徒が個々の能力やグループの実態を把握し、課題を設定する。そして、課題解決の学習計画を立案し、実践をする。これは、自主計画の学習であり、課題にそくした内容は、生徒が意欲を持って主体的に活動できるものとする。

② 基本的な展開

準備運動は、単元の前半に主運動に適した補助・補強運動を作成する。主運動の内容が変化するとつれて適宜手直しをする。

主運動については、前時の授業を反省し、課題を把握し、本時の目標を作成する。そして、目標にあった運動の展開を考える。

資料3 〈学習過程〉

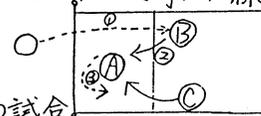
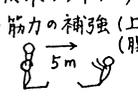
段階	学 習 過 程	時間	学 習
ウ ォ ー ミ ン グ ア ッ プ	<div style="border: 1px solid black; padding: 2px; margin-bottom: 5px;">集合・整列</div> <div style="border: 1px solid black; padding: 2px; margin-bottom: 5px;">【あいさつ、健康観察、点検】 【ねらいと練習方法の確認】</div> <div style="border: 1px solid black; padding: 2px; margin-bottom: 5px;">準備運動 ランニング ストレッチ体操 補助・補強運動</div>	15	<ul style="list-style-type: none"> ○グループ単位で集合する。 ○グループであらかじめ健康グループリーダーが報告する。 ○本時の学習内容をリーダー
め ざ す	<div style="border: 1px solid black; padding: 2px; margin-bottom: 5px;">グループでの確認 ・個人・グループ目標 ・練習内容</div> <div style="border: 1px solid black; padding: 2px; margin-bottom: 5px;">グループ練習</div> <div style="border: 1px solid black; padding: 2px; margin-bottom: 5px;">・教え合い ・反復練習 ・協力 【指導・助言】</div>	30	<ul style="list-style-type: none"> ○グループリーダーを中心に話し合う。 ○前時までの学習を反省し、た練習をする。 <ul style="list-style-type: none"> ・1班 ・2班 ・3班（別紙活動計画） ・4班 ・5班 ・6班
ふ か め る	<div style="border: 1px solid black; padding: 2px; margin-bottom: 5px;">ゲーム</div> <div style="border: 1px solid black; padding: 2px; margin-bottom: 5px;">・協力</div>	45	<ul style="list-style-type: none"> ○グループの練習成果を確認する。 ○交代で審判をしたり、他
ま と め る	<div style="border: 1px solid black; padding: 2px; margin-bottom: 5px;">反省・評価</div> <div style="border: 1px solid black; padding: 2px; margin-bottom: 5px;">次時の学習計画</div> <div style="border: 1px solid black; padding: 2px; margin-bottom: 5px;">整理運動</div> <div style="border: 1px solid black; padding: 2px; margin-bottom: 5px;">後片づけ</div>	50	<ul style="list-style-type: none"> ○本時の学習内容を反省してとめる。 ○自己評価と相互評価をする ○次時の課題をつかんで練習 ○グループごとに整理運動を ○分担して全員で後片づけを

③ 学習計画の実践例

授業計画作成にあたっては、準備運動（補助・補強運動）に対して、グループの実態把握をして、自分たちの劣っている要素を補える運動を多く取り入れて作成する。

また、主運動に対しては、「体育学習メニュー」を利用して、グループに必要な運動と目標にあった運動を組合せて取り入れる。さらに、運動の特性を生かした内容をいろいろな器具や施設を使って計画する。

資料4〈学習計画〉

9月22日 木曜日 3時限 場所 体育館	健康観察
<ul style="list-style-type: none"> ・本時(8/14)のねらい <p>三段攻撃の練習(レシーブ中心)</p>	全員異常なし
活動内容	留意事項
<ul style="list-style-type: none"> ・整列 あいさつ 健康観察 準備運動 <p>10 補助補強運動</p> <p>①キャッチボール, 打ちつけパス(対人)</p> <p>20 ②集中レシーブ 声を出す!</p>  <p>30 ③三段攻撃の練習</p>  <p>40 試合</p> <ul style="list-style-type: none"> ・反省→次時の課題 ・後かたづけ <p>対4班 6:10 負け</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・バスケットのサークル使用, フットワーク ・筋力の補強(上腕)(腹筋)  <p>5m</p> <p>ボールの正面に入, レシーブをする。低くかまえる。</p> <p>レシーバーはボールがネットを越えないように注意する。レシーブしたら次のプレーに備える。</p>
<ul style="list-style-type: none"> ・反省 <p>レシーブがまだ正確にできていないと思う。</p>	
<ul style="list-style-type: none"> ・次時の課題 <p>レシーブをもう一度やりなおす。</p>	
<ul style="list-style-type: none"> ・先生から <p>ゲームに勝つためには守りからといいます。ボールがつかがるようになればきっといい試合ができるようになると思います。</p>	

(5) 体育学習メニュー

学習計画を、生徒がより容易に立案する手立てとして、「体育学習メニュー」を次の点に留意して作成した。

ア. 準備運動は、筋力、敏捷性などのからだづくりを目的としたものと、主運動に関する動きづくりを合わせて考えることができるようにする。

イ. 基本的個人技能に関しては、技能の名称と種類、要領、練習方法の分野に分けて作成し、その中からグループで選択するようにする。

資料5は、この基本技能の一部であるサーブについての学習資料である。

ウ. 集団技能については、簡単なゲームから徐々に正規に近いルールでゲームができるようにし、いろいろな練習方法の中からグループの実態に合った練習方法を選択できるようにする。

*「体育学習メニュー」は、陸上競技(障害走・走り幅跳び)、器械運動(マット運動・跳び箱運動)、球技(バレーボール・バスケットボール)について作成した。

アンダーハンド		<p>① 打つ方向に向いて構える。(前足のつま先を打つ方向に向ける)</p> <p>② 重心を後足にかけ、右腕を曲げずに後へ引く。</p> <p>③~⑥ 右腕を体側を通して前に振り出し、ひざの伸びを利用して押し出すようして打つ。重心を前足に移動する。</p> <p>※ ボールは斜め下半分を打つ。(練習方法の図参照)</p>
オーバーハンド		<p>① ねらう方向と直角になるように構える。</p> <p>②~③ ボールを左手の平のせ、体の前上方に低めにトスする。トスと同時に重心を後足にかけ、右腕を後に引く。</p> <p>④~⑦ 重心を前足の方へ移動させながら腕を振り出し、腰、ひじを伸ばして打つ。打った瞬間両肩がネットに正対する。</p>
フロッターサーブ		<p>① ボールを顔の前で両手で持ち、打ちたい方向に向いて構える。</p> <p>② 左手にボールをのせて、トスを上げる準備をすると同時に、右腕のひじを下げないように曲げて後方に引く。</p> <p>③~⑦ トスと同時に右腕を振り出し、ボールの当たる瞬間には腕を伸ばす。ボールを押し出すように打ち、手首のスナップを利かさない。</p>
サーブ		<p>A、ボールを持たずに構え、左手を右手で打つ。</p> <p>B、構えてトスを上げる練習をする。</p> <p>C、壁打ち ・ バウンドしたボールを連続して打つ。 ・ サーブの構えから打つ。</p> <p>D、短い距離の対人で行う。→徐々に距離を離す。</p> <p>E、ネットをはさんで行う。→徐々に距離を離す。</p>
練習隊形		

7. チームや自分の課題はよくつかめましたか

はい	49	あまり	51
----	----	-----	----

8. 計画には自分の意見が取り入れられましたか

はい	74	いいえ	26
----	----	-----	----

9. 班の話し合いは活発にできましたか

はい	64	まあまあ	36
----	----	------	----

10. 体育学習メニューは計画を立てたり練習に役立ちましたか

はい	64	まあまあ	36
----	----	------	----

相互評価については、交替で審判を行いながらゲームを観察し、記録係がゲームの様子を見ながら記録できるようにする。さらに、授業時間内に評価しやすいように項目を精選して作成した。

資料8〈授業後の感想文〉

2年 1組 名前 米沢 猛

自分達で計画したりしてやるのでも楽しかった。このことで、試合中に自分達の力、練習が出来たりするとみんなもリキが、たりして、前よりも楽しい試合になった。もし自分達で練習した事が出来なかつたら、たぶん悪いとが言い合、たりして、悪か、た所が直す事が出来た。サーブなども、最初は5本に1本の割合でしか入らなかつたが、みんなに悪い所を言われたりして、それを直そうと努力して、5本全部入るようになり、良いサーブが打てるようになった。これは、自分達で計画を立てたからだと思う。

2年 2組 名前 阿部 圭吾

バレーボールは、試合で、ファインプレーがたら気分は最高になる。ゲームでできなかったことを練習で直して試合をする。それが楽しい。今まで出来なかつたトス、スパイクが出来た時、うれしくてたまらなくなる。チームワークで敵を倒すとチームの雰囲気はよくなり一段と強くなる。

負けてもくじけずに、弱い所を直す。それが一番苦しかった。そして試合に勝、た時、その苦勞もどこかへ吹き飛ばす。そこが大好き。それにたどりつくのが、本当のバレーボールの楽しさだとこの授業でわかった。

4. 研究の結果と考察

生徒一人ひとりが、自分の能力やグループの実態を的確に把握することにより、学習の成果を確認し、さらに次の課題を設定して、「意欲」を持って活動する生徒の育成をめざして授業を実践してきた。

そして、次のような結果を得ることができた。

(1) 学年別の到達目標をもとに、単元計画をグループ作成することによって、単元の見直しをはっきり持つことができた。授業の後半で実施するゲームに合わせて計画を作成することができ、練習方法を工夫したり、努力するなど、意欲的に取り組むことができた。

(2) 前時の学習の反省をもとに、自分たちで学習計画を立てることができるので、グループや個々の実態にあった目標の設定ができ、能力にあった学習計画で活動ができた。

単元終了後のアンケート(資料7)にその結果がよく現われている。

(3) 運動の練習計画を作成することは、当初は相当な時間がかかり内容面でも今一步のものが多く生徒にとっては大きな負担であった。

しかし、学習が進むにつれて、短時間で立案できるようになり、内容面でも教師には思いもつかないような工夫も生まれてきた。

(4) グループノートの活用は、自主計画の大きな手助けになったが、特に評価カードについては、具体的な個々の目標を設定することによって、グループや個人のめあてがはっきりした。また、到達度が確認でき、次の課題の把握ができた。

学習の成果を評価していく中で、成就感や満足感を持ち、次の課題へ意欲を持って挑戦する生徒が多く見られた。

(5) 体育学習メニューについては、生徒が学習計画を立てるうえで、不可欠なものであったと考えられる。自主計画学習の形態がとれたのも、このメニューによるところが大きく、アンケートの結果からも明らかである。学習が進んだ後半では、学習メニューにさらに工夫を加え、一步も二歩も進んだ計画が立てられたことは、大きな成果であった。

(6) 授業のなかに、毎時間小ゲームを取り入れたことにより、グループや個々の到達度が確認でき、次時の課題を設定することができた。また、ゲームの勝敗が大きな目標ともなって、意欲的な練習態度が見られた。

(7) グループ学習を中心に進めてきたが、計画を立てたり、評価をするときに話し合い活動が活発に行われるようになった。

肥満傾向の生徒や運動能力の低い生徒も疎外されることなく、グループ全体の能力アップのために、教え合ったり、協力し合う場面が多く見られた。



5. まとめ

生活に目標と意欲を持ち、自ら学ぶ喜びを感じとれる生徒の育成をめざして研究に取り組んできた。

このような運動の計画を自分で立て、実践する学習を経験したことは、将来運動の必要性が生じたときに、必ず役に立ち、率先して運動に取り組むことができることと考える。

これらの活動によって、生徒の毎日の生活は着実に変容を見せた。また、他の領域でも生き生きとした活動が随所で見られるようになり、成果の現れとして確信している。

今後、さらに研究を重ね、学校行事や部活動にも意欲と自主性にとんだ平洲中学校生を育てなくてはならない。

「体育授業での種目選択制について」の研究

— アンケートによる実態調査を通して —



東京都立小平高等学校

校長 山口 千鶴子



教諭 海津 忠幸

I. はじめに

平成元年3月に新しい学習実施要領が公示され、平成6年度から実施される。

体育においては、生涯スポーツの観点をより重視し、その基礎・基本を大切にして、「自ら進んで運動に親しむ能力と態度を養う」「自ら進んで心身を鍛える能力と態度を養う」「発達段階に応じて自主的に健康な生活を実践することができる能力と態度を養う」ことが課題となる。

高等学校の体育授業での特徴は、運動領域の変更と選択履修制について実施する場合、現状での問題点を抽出し、その解決方法やより良い選択制授業のあり方について研究することにした。

今年度は、アンケート調査により、現在、種目選択制の授業を実施している学校の実態を把握し、種目選択制の教育効果や現状での問題点を分析するとともに、種目選択制に関する教師の意見を集計し考察した。

II. 研究方法

(1) アンケートによる実態調査

調査対象 都立高校全日制課程 206校

140校回答(種目選択実施校 50校 その他 90校)

調査時期 平成元年9月

(2) 研究期間

平成元年4月～平成2年3月

III. 研究内容

(1) 種目選択実施校50校の実態調査の結果

1. 選択の種目を設定する場合、どのような方法で行っているかについて。

- 選択の種目を設定する場合、教科会で決めることが68%と一番多く、次いで、教師と生徒で決めるが12%であった。

2. 生徒に種目を選択させている学年と単位数・種目について。

- 1、2年の選択は、男子のみが殆どである。

(1年 100%、2年 83%)

- 1、2年の種目は、柔道・剣道の組み合わせが殆どである。(1年 90%、2年 83%)

- 1年の単位数は1単位、2単位とほぼ互角である。(1単位 60%、2単位 40%)

- 2年の単位数は1単位が殆どである。(83%)

- 3年は男女ともに選択していることが多い。(63%)

- 3年の単位数は3単位が多い。(58%)
 - 3年の種目は各校の独自性が強い。
 - 3年で多く取り入れている種目はテニス、バドミントン、卓球等ラケットを使用する種目である。(テニス 94%、バドミントン 80%、卓球 77%)
3. 生徒に種目を選択させている授業の展開方法について。
- ア. 2クラスを2種目に展開し2名の教師で指導 6
 - イ. 2クラスを3種目に展開し2名の教師で指導 4
 - ウ. 2クラスを3種目に展開し3名の教師で指導
 - エ. 2クラスを4種目に展開し2名の教師で指導
 - オ. 3クラスを5種目に展開し3名の教師で指導 3
- 何クラスを何種目に展開し何名の教師で指導するかは様々であったが、上位3例は上記の結果となった。
 - 展開しているクラス数では、2クラスが最も多く31例、次いで3クラスが12例、1クラスが7例、4クラスが5例の順であった。
 - 同時展開する種目数とそれを指導する教師数との比較では、教師数より種目数が多い場合が31例、同じ場合が27例であった。このことから、教師が同時に複数種目を指導しているケースが多いことがわかった。
4. 教師数より種目数の多い場合、実施していく上での留意事項について。
- ア. 種目の内容や施設等の関連で、各種目について人数を決め、調整している 17
 - イ. 計画表や記録表を生徒に持たせ、事前指導を充実させている 9
 - ウ. 生徒を把握するため、教師の位置について配慮している 7
- 種目の人数の決め方や調整に関する留意点が最も多く、次いで計画表や記録表を用いた事前指導の工夫や指導監督する教師の位置に関する留意点が多かった。
5. 選択の種目を設定する上で特に配慮している事について。
- ア. 学校環境および施設を考慮して種目を設定する 45
 - イ. 生徒の興味・関心を考慮して種目を設定する 28
 - ウ. 運動領域が偏らないようにして種目を設定する 14
 - エ. 一人の教師が複数種目を指導する 24
 - オ. 一人の教師が1種目のみを指導する 15
 - カ. 選択種目は男女共学にさせる 18
 - キ. 選択種目は男女別に設定する 14
- 種目を設定する場合、まず学校環境や施設を考慮し、次に生徒の興味・関心のある種目、そして運動領域が偏らないように配慮されている。
 - 一人の教師で複数の種目を指導するが約半数あり、一人の教師が1種目のみを指導するより多い。これは、現在の体育教師の数を考えると仕方がないことと考えられる。
 - 選択種目は、男女共学が男女別より若干多い。これは、施設や種目の設定に配慮があるものと考えられる。

- 選択種目を実施するには、リーダーの存在が重要であると考えられる。
- 6. 施設や設備等で創意・工夫していることについて。
 - 柔・剣道場は格枝の他に、バドミントン、卓球、ダンス、器械運動、筋トレ等多くの種目に使用されている。
 - バドミントンでは、多くの学校で簡易コートを作って使用されている。
 - ビデオソフトの充実や指導方法や内容について工夫している学校がある。
 - 柔・剣道場およびトレーニング室の区別をしないで、ワンフロアーにしている学校がある。
- 7. 運動種目を選択させるためのオリエンテーションの配当時間と内容について
 - オリエンテーションの配当時間は2時間が最も多く40%、次いで1時間の35%である。
 - 内容では、種目選択の説明と希望調査や人数の調整を実施していることがわかった。
- 8. 選択種目の希望調査をした後の人数調整について。
 - ア. 生徒の話し合いで調整する …………… 27校
 - イ. 第2希望・第3希望で調整する …………… 16校
 - ウ. 教師が生徒の実態を考慮して決定する …………… 6校
 - 生徒の話し合いで調整するが45%、第2希望第3希望で調整するが27%と多く、生徒の希望通りにできなくても、人数調整を行って実施している。
- 9. 運動種目を選択させている授業の形態について。
 - グループ学習が54%、一斉授業が20%、学年や種目によって一斉授業とグループ学習を行うが22%である。
 - 一斉授業については、格枝選択の場合が多い。
- 10. グループ学習の形態について。
 - 教師の立てた指導目標に従って生徒が作成した学習計画に基づいて行うが38%、生徒の立てた学習目標や学習計画に従って行うが32%、教師の立てた指導目標や指導計画に従って行うが14%である。
 - グループ学習では、生徒が学習計画を作成し活動する学校が70%を示している。
- 11. グループ編成にあたっての配慮について。
 - 各学校により様々な配慮がなされているが、多かったのは、「部活動等での経験者が各グループのリーダーになるように編成している」や「人数、男女、能力の均等化」である。
 - 「能力別」「生涯体育につながるよう気の合った者で編成し、楽しい授業になるようにしている」という学校もあり、教師の姿勢によってグループ学習の内容が大きく変わる面も無視できない。
- 12. グループノートや個人カード等の使用について。
 - グループノートや個人カード等を使用していない学校は19%しかなく、なんらかの方法で使用している学校が多い。
 - 学年によって見てみると、3年が殆どである。
- 13. 評価の創意・工夫や問題点について。

[創意・工夫]

- 到達目標を事前に決め、自己評価や相互評価を取り入れながら、個人カードも評価の一部としている。
- 技術・技能の評価より、協力性・努力度・生徒の指導性等に主点を置き、出席状況や授業態度等を特に考慮して評価する学校が多い。

[問題点]

- 「運動部員の点数が良くなる」「教科内の評価基準が統一されていないので、評価が出しづらい」「種目間の評定の調整が難しい」等があげられている。

14. 運動種目選択制の良い点や問題点について。

[良い点]

- ア. 楽しそうに自主的に活動している …………… 11
- イ. 意欲的に参加している …………… 11
- ウ. 好きな科目を積極的に選択して参加している …… 4
- エ. 興味・関心を伸長することができる …………… 4
- オ. 人数が少なく授業がしやすい …………… 4

- 生徒が自分自身で選択をしたために、楽しそうに自主的に活動している。人数が少なく、同じ種目が連続してできるので興味・関心を伸長することができ、技能の伸びが良いようである。

[問題点]

- ア. 施設・設備が不十分で十分な種目ができない …… 9
- イ. 評価が難しい …………… 7
- ウ. リーダーがいないグループはゲームばかりになる… 5
- エ. 放任・遊びになってしまう …………… 4

- 問題点としては、施設・設備が不十分で十分な種目ができないことや評価が難しいことである。
リーダーのいないグループはゲーム中心になり、放任・遊びになってしまう等である。

15. 生徒に運動種目を選択させることについての教師の意見について。

[良い点]

- ア. 各自の希望を生かし運動意欲を高める。
- イ. 自主的・自発的行動がみられる。
- ウ. グループ学習でリーダーの育成や係活動が充実した。
- エ. 多くの種目を経験させることができる。
- オ. 個性に応じてできる。
- カ. 目標や目的意識が運動量となってくる。
- キ. 生涯体育・スポーツとして必要。
- ク. 男女混合で和やかなムードとなっている。
- ケ. 男女混成チームでの練習や試合ができた。

- 選択制を実施していて良い点は、生徒の希望を生かすことで、自主的・自発的行動が見られ、運動への意欲を高めることができること等があげられる。

エ. 色々な種目を経験させることで、人間の機能が発達するのではないか …… 9

オ. 指導が行き届かないと、ただの遊び・レクリエーション体育となる …… 9

○ 種目選択制について、賛成的な意見が66%で反対的な意見が27%である。反対的な意見の学校では、実施していない主な理由の考察と同様であるが、それでも、約2/3の学校では、生徒のため（意欲向上・内容充実・自己の発現・生涯スポーツ等）になることと考え、現在すぐには無理でも実施可能な状態を築いて行きたいと考えている。

Ⅳ. まとめ

本研究は、平成6年度から実施される新しい学習指導要領の特徴である「体育授業での種目選択制に関する教師の意見を集計し考察したものである。

以下の項目が本研究のまとめである。

[種目選択制実施校]

- ① 種目選択制は3年生の男女で多く実施され、一人の教師が複数種目を指導している。
- ② 選択種目を設定する場合、学校環境や施設を考慮している。
- ③ 種目選択制の授業形態はグループ学習が多い。又、グループ編成では部活動の経験者がリーダーになるように配慮している。
- ④ 評価については技術・技能より、協力性・努力度に重点をおいている。
- ⑤ 種目選択制の良い点は、「生徒の希望を生かすことにより、自主的・自発的行動がみられ、運動への意欲が高まる」である。
- ⑥ 種目選択制の問題点は、「施設や教師数に余裕がなく、生徒の多種・多様な希望を満たすのは困難である」である。

[種目選択制を実施していない学校]

- ① 実施していない主な理由は、「時間割り編成上の問題や十分な施設・設備がない」である。
- ② 実施していない学校で、約2/3の学校がいずれ実施したいと考えている。

(功労者の提言)

心と体の健康づくりに思う



東京都台東区立黒門小学校校長

村上 和雄

自宅 〒189 東村山市青葉町3-7-18

0423-94-2352

1. 子供を太陽のもとに。～都会っ子は室内にとじこもり勝ちだ。外に出ることを喜ぶ施設・環境を作りあげることから体力づくりが始まる。
2. 運動嫌いをつくらない。～たくましい子の育成に力を注ぐあまり、運動の強制はしないことだ。一年や二年で性急な増進は望まないで、運動を好きにしてあげる姿勢ほど大切なことはない。
3. 生涯にわたって健康を意識する子に。～運動を好きになれば、スポーツに親しむ、それと同時に健康を意識する。食事に睡眠に休養に意を注ぐようになる。そこから防衛面でも意識づくりができ上る。
4. 地域と親も一緒に啓発する。～子供の意識の変革と同時に、学校の施策を地域や親へも周知し、協力を得る。行事への参加、親子ともども触れ合いの運動、そこに明るい家庭生活の原点が見つかる。このことで、心と体の健康づくりの基礎ができあがる。



子どもたちの体育に思う

横浜市立子安小学校校長

小川 雅以

自宅 〒246 横浜市瀬谷区宮沢町1074-2

045-303-4564

第28回全国学校体育研究大会に於いて、全国保健体育功労者として表彰の光栄に浴したことに對して諸関係機関等に衷心より感謝御礼申し上げます。

さて、新しい学習指導要領では「生涯体育・スポーツ」がこれまで以上に強調されているのが一つのポイントでしょう。そのために、小学校段階では各種の運動の楽しさ・喜びを味わわせることが重視され、運動の基礎的・基本的な能力を養うことをねらっています。運動の楽しさ・喜びについては、現在種々の場に於いて論議されていますが、体を鍛えることや、運動の技能を高めることは身体活動の実践によって期待できるものであり、そのためには、まず、児童一人ひとりを運動が好きにすることである。運動の得手、不得手にかかわらず、すべての児童が運動の楽しさ喜びを求められる学習指導を優先させるべきでしょう。また、自ら学ぶ意欲と個性を生かす教育などの関連を重視し、個々の児童がその能力に応じた課題をもたせ、自発的・自主的にその課題解決していくことができる学習指導が求められ、実践していかなければならないでしょう。我々自らも各種の運動が好きになり、その上にたつて、さらに研鑽を深めていかなければならないと思う。



現代に生きる心を育てよ

新潟市東山の下小学校校長

貝谷 東吾

〒950-21 新潟市浦山2-4-24

025-266-6897

21世紀を目前にして、人類の生き姿は、機械化・情報化・国際化の急激な進展の中で、大きく揺れ動いている。最少のエネルギーで、最大の効率をあげようとする動きは、人間の願いに違いない。

豊かな物資に恵まれ、勞せずして欲望が満たされつゝある。開発途上国では、こうした日本の国を羨む動きが活発である。はたして未来に生きる青少年に遊戢な体験だけでいいのだろうか。

汗を流して働くことを忘れ、自分の意のままに生きて、忍耐や感謝を忘れ、金銭にとらわれて奉仕を忘れ、自己主張に走って、相手を思いやる心を忘れていく。

臨教審の答申を待つまでもなく、日本の教育は、現代に生きる豊かな心の育成に全力を傾けなければならない。日本学体連もまた目的の一つである。

学体連理事、全国大会会場などの体験から提言。

1. 補助金はプラスアルファー、自立の心をもて。
2. させられる大会でなく、求める研究が本物。
3. 体育は、体の教育ではなく、全人教育である。
4. 文部省は、地方を信頼し、規制を弾力的に。
5. 幼小中高養の連携強化の絶好の機会である。
6. 地方大学の個室的研究を現場に活用する好機に。



新学習指導要領

名古屋市立児玉小学校校長

右高 久司

〒487 春日井市押沢台5-11-11

0568-91-2580

「書を以て御する者は、馬の情を尽くさず」（戦国策趙策上より）ということばがあります。これは、馬を御するには、馬のくせや気持ちを十分知らなければならない。机上の空論だけで實際を知らなければ、何の役にも立たないと解されています。

教育という営みは、理想とか理論だけで、子供に接していても、その本質を変容させることは難しく、また、物質的な豊かさのみにより子供の精神を豊かにさせることも困難であります。

さて、全面実施が間近に迫った新学習指導要領では、子供たちが生涯にわたり運動を楽しみ、運動に親しむことのできる能力や態度を育てることの重要性が打ち出されています。そこで、冒頭のことばに学び、全教師が一体となって職場の現状を厳しく受け止め、一人一人の子供の能力を見つめた実践に取り組み、その成果を積み上げていくことが肝要であると考えます。また、家庭教育の充実や地域社会との連携を一層大切にされ、これからの体育科教育がスムーズに移行実践されることを心より期待するものであります。

学体連の皆様に対し、今日まで寄せられましたご厚情に感謝を申し上げます。



こう提言する

千葉市立星久喜中学校校長

小池 政 嘉

〒280 千葉市葛城3-9-14

0472-27-3835

日本学校体育研究連合会より学校体育功労者として表彰して戴いたことに感謝の念を抱いております。千葉県は平成元年度全国学校体育研究大会の開催県となり、私は組織の一員として運営に参加することが出来ました。最大の喜びは全国各地より来県された先生方に14会場に及ぶ分科会提案と授業公開校に御案内することが出来たことです。

◎授業公開を実現させたもの

1. 学校経営の充実

日常的に安定した学校経営の推進と理解に基づく意欲の高い教師集団によって可能となりました。また、これ等を支える力は組織に関係する機関の支援であります。実行委員会を組織し協議を重ねるなかでメンバーが所属の壁をこえて心の連携がなされた事は県内組織として体育振興に欠かせない基盤となると思います。

2. 予算措置

幸いにも監督機関の理解と支援、そして大小の差はあっても、企業各位の賛助を戴き円滑な活動が出来ましたことを付記いたします。

編 集 後 記

伊 藤 忠 一

特色のある研究誌にしようと、編集打ち合わせの段階では、いろいろ案を出し合って話し合うのですが、現場の動向を十分に把握できず、毎年、同じような企画になってしまいます。今年は、新しい学習指導要領への移行措置が開始される年度ですから、その先行研究をしている学校を常務理事の先生方に推薦していただき、発表をお願いしました。編集の都合から原稿枚数を制限しておりますので、調査、測定の結果、評価基準などを本文と合わせながら、まとめるのに苦心があったようです。

各都道府県の学校体育研究会でも、研究集録を編集、発行しておりますので、学体連の事業として、編集する本誌は、何を指すかを次年度の課題にしなければと思っております。

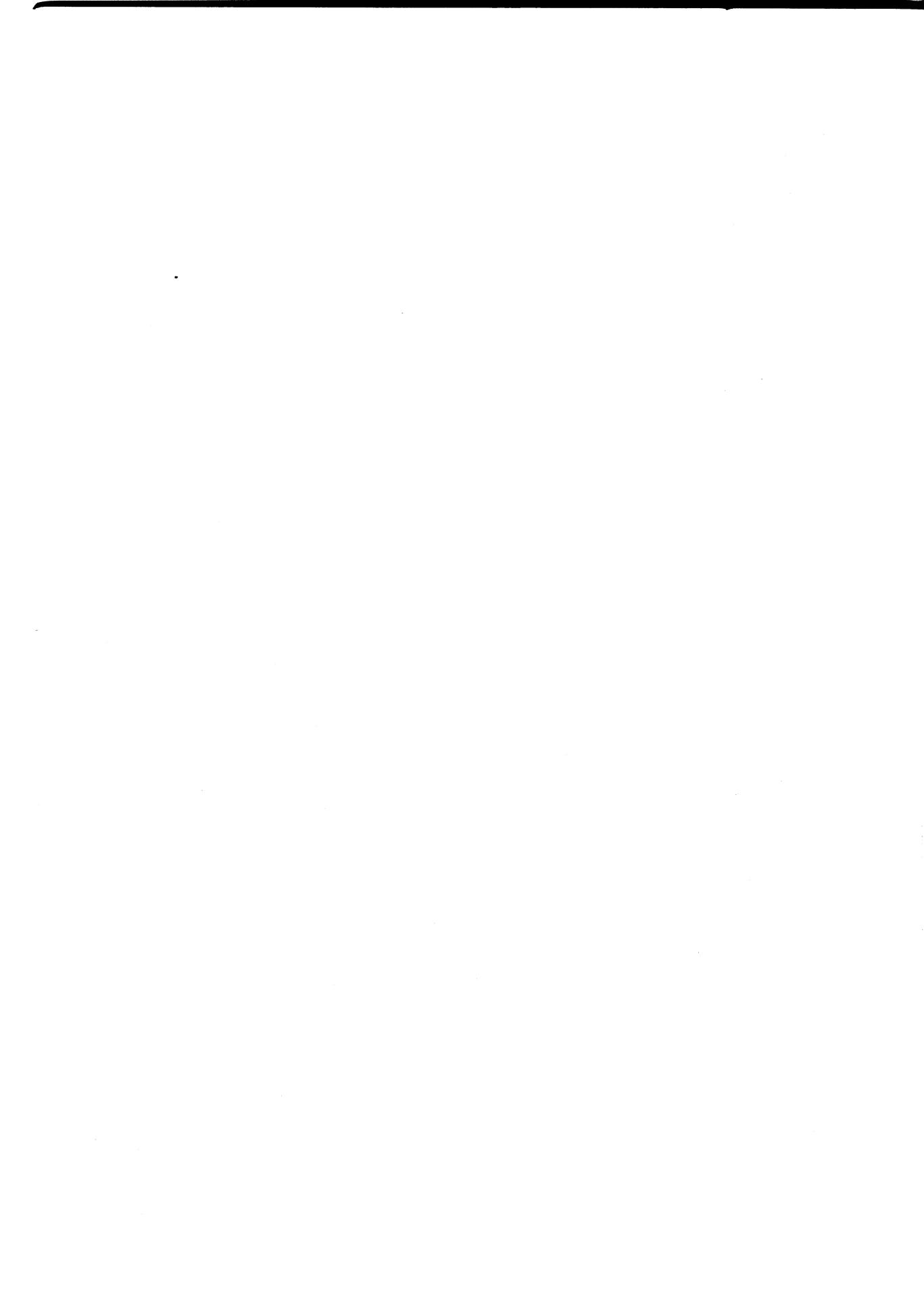
編集担当理事の長田一臣先生には、先生独自の角度から、現在の学校体育が抱えている問題点について論じていただきました。

前に、校則や生徒指導と体育との関係についても論説をお願いしたことがあります。神戸の高校で起きた事件を考える時の指針になると思います。

常務理事の伊藤順蔵先生には、大学の必修体育をめぐって、論議された内容をまとめていただきましたので、学校体育について考える時の参考にしていただければと思います。

体育功労賞を授与された先生方に長年の研究実践を通して得た体育観、人生観を執筆していただきました。いつも思うのですが、寸言にこめられた無限の教えは有難いと思います。

発行が大幅に遅れたことをお詫びし、御多忙の中、御執筆くださいました先生方に厚くお礼申し上げます。



財団法人 日本学校体育研究連合会

発行日 平成2年(1990年)3月31日
発行者 大石 三四郎
発行所 財団法人 日本学校体育研究連合会
〒151 東京都渋谷区代々木神園町3番1号
国立オリンピック記念
青少年総合センター内
☎ 03-465-3954・7464
