

第1分科会

研究主題

**運動の心地よさを味わわせ
挑戦する意欲を育てる運動的な遊び**
— 一体を動かす喜びと体験を豊かにする環境の構成 —
島根大学教育学部附属幼稚園

日 程

9:00	9:20	9:30	9:50	10:00	11:45	13:00	14:15	14:50	15:00		
受付	開会行事	総論発表	移動・休憩	5歳児年長 ほし組・つき組	保育	昼食・休憩	授業協議	研究協議	研究発表	指導講評	閉会行事

公開授業案内

学 年	活 動 名	会 場
5歳児年長 ほし組・つき組	「チャレンジハートをつくろうよ」	幼稚園内

第5分科会

研究主題

**運動の心地よさを味わわせ
追求と習得の力を伸ばす体育学習**

— 「やってみたい」が連続するために —

島根大学教育学部附属小学校

日 程

9:00	9:20	9:30	9:45	10:00	10:45	11:00	11:45	13:00	14:25	14:45	15:00	
受付	開会行事	総論発表	移動・休憩	(1年) 公開授業①	移動・休憩	(6年) 公開授業②	昼食・休憩	授業協議	研究協議	研究発表	指導講評	閉会行事

公開授業案内

	学 年 ・ 単 元 名	会 場
公開授業①	1学年・走って跳んで	体育館
公開授業②	6学年・走り高跳び	体育館

第8分科会

研究主題

運動の心地よさを味わわせ 追求と習得の力を伸ばす体育学習

—課題解決力を伸ばす保健体育学習—

島根大学教育学部附属中学校

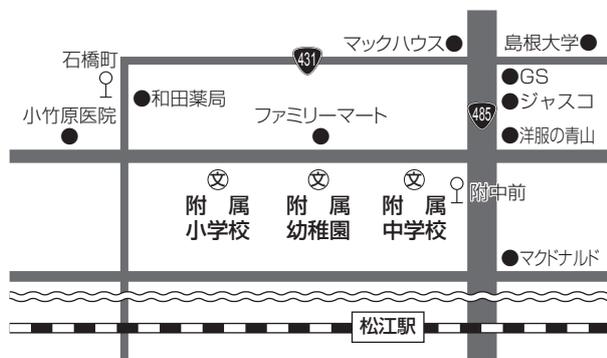
日 程

9:00	9:20	9:30	9:45	10:00	10:50	11:00	11:50	13:00	14:20	14:50	15:00	
受付	開会行事	総論発表	移動・休憩	(3年) 公開授業①	移動・休憩	(1年) 公開授業②	昼食・休憩	授業協議	研究協議	研究発表	指導講評	閉会行事

公開授業案内

	学年・単元名	会場
公開授業①	3学年・「保健・医療機関や医薬品の有効利用」	体育館
公開授業②	1学年・マット運動	体育館

学校所在地図



交通機関

バス：松江市営バス 松江駅発
北循環内回り 附属中前下車 徒歩2分
大学・川津行 石橋町下車 徒歩5分

タクシー：JR松江駅からおよそ10分（1200円程度）

学校園概要

学校・園名称	島根大学教育学部附属幼稚園・小学校・中学校		
校 園 長 氏 名	宮本 弘和		
学 級 数	<幼> 4 学級	<小> 1 7 学級	<中> 1 3 学級
園児・児童・生徒数	<幼> 7 7 名	<小> 4 4 4 名	<中> 4 3 8 名
所 在 地	<幼> 〒690-0882 島根県松江市大輪町416- 4 <小> 〒690-0882 島根県松江市大輪町416- 4 <中> 〒690-0824 島根県松江市菅田町167- 1		
電 話	<幼> 0852-29-1120	<小> 0852-29-1200	<中> 0852-29-1300
F A X	<幼> 0852-29-1124	<小> 0852-29-1206	<中> 0852-29-1317
URL・E-Mail	<幼> http://www.fuyo.shimane-u.ac.jp/ sora@edu.shimane-u.ac.jp <小> http://www.chidori.shimane-u.ac.jp/ yaegumo@edu.shimane-u.ac.jp <中> http://www.fuchu.shimane-u.ac.jp/ shimafu@edu.shimane-u.ac.jp		

【学校園紹介】

1 沿革

<幼稚園>

- 1885（明18）附属幼稚保育場として松江市殿町に開園する。
- 1955（昭30）島根大学教育学部附属幼稚園となる。
- 1963（昭38）園舎を松江市大輪町に新築移転する。
- 2008（平20）幼小中一貫教育体制を開始する。

<小学校>

- 1875（明8）教員伝習校附属小学校として開校する。
- 1900（明33）校舎を松江市殿町に新築移転する。
- 1951（昭26）島根大学教育学部附属小学校と改称する。
- 1963（昭38）松江市大輪町新築移転する。
- 2006（平18）本校舎改築工事が完了し、竣工記念式典を挙げる。
- 2008（平20）幼小中一貫教育体制を開始する。

<中学校>

- 1947（昭22）島根師範学校男子部附属中学校として開校する。
- 1951（昭26）島根大学教育学部附属中学校と改称する。
- 1971（昭46）校舎を松江市菅田町に新築移転する。
- 2004（平16）校舎改修工事が完了し、校舎改修竣工式を挙げる。
- 2008（平20）幼小中一貫教育体制を開始する。



2 学校園教育目標（一貫教育で育てたい子どもの姿）

- 新しい時代を切り開き、社会に貢献しようとする子ども
確かな知識を基盤とした優れた判断力・行動力を持ち、協働して豊かな社会の実現に果敢に挑戦しようとする。
- 豊かな感性を育み、創造的に探究し続ける子ども
人や事象の持つさまざまな価値や本質をイメージ豊かにとらえ、知的好奇心を持って学び、探究し続けていこうとする。
- 人とのかかわりを大切に、共に伸びていく子ども
自他のよさと可能性を尊重し、支え合い励まし合いながら、よりより人間関係と自己の伸長を図っていこうとする。

3 学校園の教育方針

<幼稚園4歳児から小学校の第2学年にかけて>

- 集団生活への適応や学習習慣の基礎を身に付けるための環境づくりの推進
- 言語、数、運動などの健やかな生地用を図るための体験活動の充実と子どもの体験を広げる放課後保育プログラムの開発・推進

<小学校の第3学年から小学校の第5学年にかけて>

- 小学校の第2学年までの教育体験との系統性を重視したカリキュラムづくりと基礎・基本の確実な習得を図るための学習指導の充実
- 環境や他者とのかかわりを大切にした集団活動を通して、児童一人ひとりと集団の伸長を図る取り組みの推進

<小学校の第6学年から中学校の第3学年にかけて>

- 小学校第6学年の教科担任制や異学年の交流活動など、接続教育の充実と自尊感情を育む教育の推進
- 自己の課題意識に応じた探求学習や発展的な学習の充実と身に付けた学習内容を活用する力を育む教育の推進

研究主題

運動の心地よさを味わわせ挑戦する意欲を育てる運動的な遊び

— 体を動かす喜びと体験を豊かにする環境の構成 — (幼稚園)

運動の心地よさを味わわせ追求と習得の力を伸ばす体育学習

— 「やってみたい」が連続するために — (小学校)

— 課題解決力を伸ばす保健体育学習 — (中学校)

島根大学教育学部附属学校園

1. 主題設定の背景

(1) 本学校園の実態から

体育における全国的な課題としては、運動経験の二極化による「運動体験機会の不足」「危険察知能力の欠如」「耐性の欠如」「体力の不足」があるにとらえている。本学校園の園児・児童・生徒においても、同じような課題を有しているといっている。

また本学校園の大きな環境の特色としては、校区が広いことである。このことで「時間的制約」「空間的制約」「かかわりの制約」をうける。「時間的制約」とは、文字通り登校時間がかかることや、習い事により、運動に従事する時間がとりにくいことである。また、「空間的制約」とは、外遊びの場所を確保することの困難さや集まる場所が限られていることである。最後に「かかわりの制約」とは、同じ地域に友達が少なく、縦のつながりはもちろん、横のつながりも希薄になってきていることである。この「時間的制約」と「空間的制約」において、運動経験の二極化に益々拍車がかかり、「かかわりの制約」においては、多くの運動感覚を身に付ける機会が保障されにくくなっている。

しかしながら、本学校園の子どもたちは、興味関心が旺盛であり、目指す事がはっきりしている場合、それに向かっていく傾向にある。このような子どもたちのよさを活かしつつ、課題を解決するためには、昔なら日常にあった運動経験の場を学校生活の場にもってくる必要がある。そこで「運動の心地よさ」を味わわせることで、本来子どもたちがもっている「追求」の力を引き出し、運動技能の基礎基本や健康に関する知識理解の定着を図ることを目的とした、学校園生活全体の「運動の場」を構築したいと考えた。

(2) 発達段階別につけたい力から

本学校園は、11年間の一貫教育を行っている。11年という幅広い教育的視野をもったときに、発達段階を無視するわけにはいかない。特に体育では、運動の順序性がはっきりしており、系統性を重視するために、子どもたちの実態を考慮しながら進めていく必要がある。そこで、幼稚園期と小学校期と中学校期にそれぞれサブテーマを設け、大切にしたいことを期ごとにまとめることとした。

幼稚園では、自ら心を動かしたことに取り組む姿を大切にする。その中で、友達とのかかわり、追求する力を育むための「環境の構成」をキーワードにして、そこで培われた体を動かす喜びや満足感を小学校への学びへとつなげていく。次に小学校では、できそうな気配をもたせることを大切に、「やってみたい」をキーワードに学びが連続するためには何が大切であるのかを探っていく。主体的な行動を大切にしたい取り組みで、中学校の学習へとつなげていきたい。最後に中学校では「課題解決力」をキーワードに自分の課題をつかみ、そして明確にする。そして、その解決方法を考えて実践し、技能と知識の定着を目指す。

このように、長いスパンを考えた時に、体育科の目標にある「健全で楽しく明るい生活を営む態度」を育むためには、運動の心地よさに気づき、自ら考え、動くことができることが大切であるという考えのもと、それぞれの学校園が具体的な手段を講じつつ、理想とする子どもの姿を追い求めることとした。

2. 研究テーマについて

運動やスポーツは、「爽快感」「耐性」「健康」「仲間との協力」など多くの恵みを与えてくれている。しかしながら実際は、その魅力を伝えきれていないために運動経験の二極化現象が起き、体力低下や生活習慣病の低年齢化など様々な課題を有し、健全な発達を歩むことが難しくなっている。

運動やスポーツは、ある特定の時期に行えばそれでよいというわけではなく、その時々にあったやり方で続けることが大切となる。特に生涯を通じて運動のよさを感じることができる基盤を築く幼児期・児童期・生徒期は、極めて重要な時期であることを指導者は認識し、責任をもって体育学習を指導する立場であることを自覚しなければならない。

島根県における体力面や健康面の実態も、同じような課題を抱えている。そこで、島根県は「生きる力」を柱とした体育学習を展開するために、次のような研究主題を設定した。

「確かな知識と技能を身につけ、学ぶ喜びが味わえる体育学習」

生きる力を「体力・豊かな心・学力」ととらえ、この主題から「体力の向上と生涯スポーツの実現を目指し、ミニマム（最低限身に付けさせたい力）を明確にした体育学習・活動を展開していく」ことが大切になると判断した。また附属学校園では、「豊かな社会生活を創造する幼小中一貫教育の追究」という研究主題のもと、研究を続けてきている。特に体育科・体育活動においては下記のような子どもたちの姿を目指していけば、主題にせまることができると考えた。

- 挑戦する意欲をもつことができる（意欲・耐性）
- 体を動かしたくなる、動く気持ちいいと思える（情緒）
- 動ける身体をもつことができる（技能・体力）
- 運動を習慣化できる（活用）
- 技術構造を追求することができ、考えることができる（思考・知識）
- 仲間とかかわることができる（協力）

上記のような姿の実現に向けて、保育及び体育科・保健体育科において次のような研究テーマを設定した。

「運動の心地よさを味わわせ 追求と習得の力をのばす体育学習」

何よりも動ける身体の基盤の上に「運動の心地よさ」を味わわせることができれば、運動へ向かう気持ちは高まり、自然と動き出したり、できるために思考を巡らせたりしながら、さらなる動ける身体をもつことができるであろうという考えである。そして、その気持ちや感覚は残り、生涯を通じて運動に親しみ、その結果として体力の向上や人とのかかわりが深まるはずである。

「運動の心地よさ」とは

- 運動ができた
- この運動はできる感じがする（もう少しでできそうだ）
- 挑戦したい
- 運動するのが苦ではない
- 相手に勝ちたい
- 爽快感
- なんとなくやり方が分かった
- 友達から認められた
- 先生から認められた
- 一緒にするのが楽しい
- 学習の見通しがある

また、集団としての学びの中から運動の楽しさを感じ取ってほしいという願いもある。個についての運動の楽しさだけでなく、規律や全体のめあてがある中で、自分のめあてをしっかりとち、仲間とかかわり合いながら運動に取り組むことで、より心地よさを実感できるはずである。

続いて、「追求と習得」について述べたい。まず追求であるが、体育には理想とする動きが存在し、それに向かって進んでいくことが学習の形である。この追求は、「わかる」と「できる」の間の溝を埋める思考判断や反復した運動を位置づける（動くのって気持ちいいな・こつは何かな・もう少しでできそうだからやってみよう・なんとなく友だちの考えでヒントになったから試してみよう等）。次に習得であるが、動ける身体（運動技能と体力）が第一義である。さらに、ルール・マナーなどの社会的規範やコミュニケーション能力と保健学習における知識面も習得に位置づける。これら追求し習得したものを基に、体育科の目標や附属学校園の研究テーマにあるように「楽しく明るい生活を営む態度」「豊かな社会生活の創造」といった生涯体育や運動の習慣化へと向かってほしい。今までは、日常生活の中で自然と身に付いていた運動感覚であるが、現在ある程度教育活動の中に運動感覚作りの場を位置づけていかなければ保障できない現状を鑑み、体育の授業や活動で身に付けたものを生かして明日を暮らして行ってほしいと願う。

3. 研究の具体内容及び手段

(1) 幼稚園～体を動かす体験を豊かにする環境の構成～

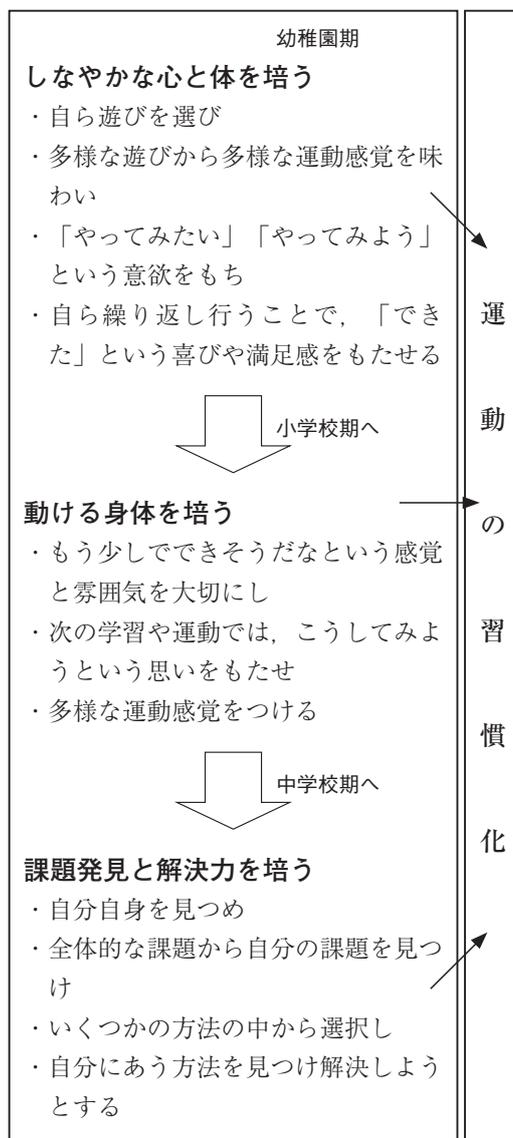
- ①体を動かしたくなる環境の見直し
- ②めあてのもてる生活の工夫
- ③心が通い合い触発し合う友だち関係づくり

(2) 小学校～「やってみたい」が連続するために～

- ①動ける身体をもたせることで「やってみたい」が連続する
- ②運動の特性にふれせさせることで「やってみたい」が連続する
- ③子ども一人ひとりをとらえた上で授業の枠組みをつくることで「やってみたい」が連続する

(3) 中学校～課題解決力を伸ばす保健体育学習～

- ①正しい状態を知っている。常識を身につけている。
- ②自分の姿を客観的に見ることができる。
- ③与えられた練習方法などを実践できる。
- ④与えられたいくつかの練習方法の中から適切なものを選ぶことができる。
- ⑤過去の経験をもとにして課題を見つけ、解決方法を考えることができる。



運動の心地よさを味わわせ挑戦する 意欲を育てる運動的な遊び — 体を動かす喜びと体験を豊かにする環境の構成 —

島根大学教育学部附属幼稚園

1 研究の基盤

(1) 本園の実態

① 子どもたちをとりまく環境

本園は校区が広く、子どもたちは都市部・田園地とさまざまな特色をもった地域から通園している。遊びについて共通して言えることは、家の中や庭先・家の周辺の空き地や駐車場で遊んでいる子どもが多いということである。また、外出には車を利用することが多く、休日の過ごし方はショッピングセンターに出かけたり、自分や兄・姉の習い事について行くことで時間を費やしたりしている傾向にあり、自然に触れ十分に体を使って遊ぶ経験や、近隣の友だちと一緒に遊ぶ生活経験に乏しいことが挙げられる。

② 子どもたちの傾向

明るく活発で人なつこい。好奇心や探究心が旺盛で、多くの子どもたちは自分の気持ちを素直に表現したり、やりたいことをすぐに行動に移したりする。また、子どもらしい発想で興味・関心をもったことには自らのやり方で積極的に向かっていくが、苦手なことやできないと思ったことはすぐ諦め、取り組もうとしない傾向がある。

遊びの中で、物事を知識で捉える姿がよく見られ、自分自身の様々な直接体験の中で物事を捉えたり考えたり、いろいろな感情を経験したりすることが希薄な傾向にある。

(2) 主題設定の理由

上記のような実態から、子どもたちに、自然環境の中で体を動かす楽しさを十分に経験させ、直接的体験の中で自ら挑戦し、自分の願いを実現していく喜びや感動、葛藤、我慢などの様々な感情を体験させていくことが重要である。

子どもたちがもっている、「自ら遊ぼうとする意欲」を大切に、自ら課題を見つけ主体的に取り組み、粘り強く追求していくしなやかな心と、生きる力としての健康や体力の基礎を育みたいと願い、本主題を設定した。

幼児期は、基礎的な運動能力の獲得のために最も重要な時期である。心と体が密接に関連している幼児期においては、自らの興味・関心に基づき主体的に遊び込んでいく中で、多様な動きの獲得が期待できる。そこで、「運動の心地よさを味わわせ挑戦する意欲を育てる運動的な遊び」を、次のように捉えている。

【運動的な遊び】

○自らの興味や関心に基づく主体的な遊びであるとともに、走る、跳ぶ等の幼児期に身につけることが望ましい基礎的な動き（『体育科学センター：子どもの頃に身につけておくべき基本動作』）で自然に体験したり、獲得したりできる遊び。

【運動の心地よさ】

○心が開放され、自分から体を動かして遊びたくなる。
○体を動かして遊ぶことで心が弾み、「おもしろかった」「できるようになった」という満足感や達成感。

【挑戦する意欲】

○自分の気に入った動きや遊びを繰り返しようとしたり、ちょっと難しいことに挑んでいこうとしたりする。

○自らが得た力を使って遊びに取り組もうとしたり、試行錯誤しながら自分の願いや意図を実現したりしようとする。

幸い本園は、自然環境に恵まれており、街中に有りながら、広い空間と高い築山、多くの木々に囲まれた園庭は、子どもが意欲的に遊ぶことができる環境である。一日の中でも天候によって様々な変化を見せる環境であり、身近に四季を感じるができる環境でもある。

このような今ある環境を活かし、子どもが思いっきり体を動かして遊びたくなるような環境（心的・物的）にしていくことで、体を動かす楽しさや喜びを感じさせていきたい。自ら体を動かすことを喜び、運動欲求を満たすことは心の安定につながると考える。また、身体機能が著しく発達するこの時期に、友だちとさまざまな感情を体験しながら多様な動きを経験していくことは、子どもの運動遊びへの意欲を育てると共に自己有用感を育て、一人一人の心と体の調和的発達を促し、意欲的な態度を培うであろう。このような理由から、サブテーマを「体を動かす喜びと体験を豊かにする環境の構成」とした。

2 研究目標

子ども一人一人が、運動の心地よさを味わい、挑戦する意欲をもって遊びに取り組むための環境の構成のあり方を、保育実践を通して明らかにする。

3 研究内容と方法

①「子どもの頃に身につけることが望ましい基礎的な動き」で自然に体験できる環境の見直し



・興味や関心の広がりに応じた遊びの場を子どもと構成していく。

方法

○遊びの発展や変化の要因を探り、子どもの願いを実現させるためにふさわしい環境の構成を探る。

②イメージやめあての持てる生活の工夫



・学年で共有するキーワード（意欲につながる「合言葉」）を意識した生活を創っていく。

方法

○子どもの実態から考えたキーワードが一人一人の子どもの気持ちやめあてにどのようにつながっているのかを探る。また、振り返りの場を意図的にもち、次の遊びや気持ちにどうつなげていくのかを探る。

③心が通い合い触発し合う友だち関係づくり



・めあてを共有し、認め、励ますことの出来る友だち関係を築いていく。

方法

○友だちとの関わり合いが、遊びの深まりや広がりにもどのように影響しているのかを探るとともに、個々の心の育ちが挑戦意欲にどうつながっているのかを探る。

教師との信頼関係に基づく子どもの安心感・安定感が基盤(情緒の安定)

4 研究の実際

【実践事例1】「先生見て！ぼく、ピカピカハートだからいっぱいチャレンジするんだよ」

～遊ぶことができなかったA児が喜んで体を動かして遊ぶようになっていった事例～ <4歳児年少>

○A児を抽出した理由

- ・ A児は初めての集団生活であったためか園生活の姿に緊張感が感じられた。表情が固く身のこなしもぎこちなく、自分から遊ぶことができなかった。このようなA児に、喜んで登園し自分らしさを発揮した生活を送れるようになってほしいと願い、いろいろな面から支えていくことにした。特に運動的な面からは、<自分らしさを発揮して遊ぶなかで、体を動かす喜びや楽しさを感じてほしい>、<友だちと一緒に遊ぶ中でさまざまな感情を体験しながら、自分なりに運動的な遊びに挑戦してほしい>という願いを持ち、3つの視点（3の研究内容と方法）から支えていくことにした。

A児の姿・・・ 教師（T）の援助・・・〔 〕 気づき・・・

4月

「でも本当は ぼくおうちにかえりたいの」

4月30日

B児にブランコを押している教師の傍で、A児もじっとB児を見ている。

T 「ブランコしない？」

A児「・・・」黙っている。

T 「一緒に乗ろうか」

A児「・・・うん」

T 「Aちゃんおもしろいねー」

A児「・・・うん。・・・でも本当はおうちにかえりたいの」

就寝前に始めて幼稚園でのことを話してくれました。遊びや友だちとの事など戸惑っている様なので何とか乗り越えてほしいと思います。

◎A児の母からの連絡帳より4/30

・ 楽しそうにブランコ乗りをしているB児の姿をじっと見ているA児の姿から教師は、①A児もやりたいと思っているだろうと感じたことと、②A児に、体を動かして遊ぶと楽しいことやいろいろな動きを経験してほしいという願いからA児をすぐさま遊びに誘う。

- ・ A児が初めて興味を示した遊びであったので教師は早速誘ったが、A児のつぶやきから、ブランコに乗ることはA児の願いではなく教師の願いを優先したかわりであった。子どもの内面を適切に読み取っていくことの難しさに改めて気づいた。A児の発達のペースを大切に、自ら一歩を踏み出すまで温かく見守りながら、A児が自己発揮できるための「心のよりどころ」としての教師の役割を果たすことでA児との信頼関係を築き、安心して生活ができる支援をすることが大切であると感じた。

5月下旬

「みんながいない時に先生とジャンプ台にいこうよ」

5月に入り、クラスの友達が遊戯室に設置してあるジャンプ台から面白そうに跳び下りる様子に関心を示す。この頃から毎日のように担任を引っ張って行き、自分はないが友だちの遊びの様子を表情を和らげて見るようになった。特に、TVのヒーロー（ゴーオンジャー）になって格好よく跳ぶB児の様子をよく見ている。

A児「お弁当のあとみんながいない時に、先生とジャンプ台にいこうよ」

T 「いいよ。一緒に行こうね。」

食事の後 A児 「ぼく、やってみたいからちゃんと手をつないでね」

T 「いいよ」A児は教師と手をつなぎおそろおそろジャンプ台に登り、跳び下りた。

A児「ぼく、跳べた。先生！」その後いい表情でゴーオンジャーになり繰り返し挑戦した。

T 「Aちゃん跳べたね。すごい！Bちゃんと一緒にのゴーオンジャー格好いいよ！」

・ 「ジャンプ台に行こう」との誘いはA児との信頼関係が築ける一歩と捉え、A児の願いを実現させるため、誰もいない遊戯室で安心してジャンプに挑戦できる時間を確保した。
・ ヒーローになって跳んでいるB児に触発されたことが、A児の遊びへの原動力になったと思われるので「Bちゃんと一緒にのゴーオンジャーだね」と声をかけ自信をもたせた。さらにその後は、憧れのB児と関わられるように支えていった。

- ・ A児がB児の姿に触発され、自ら一步を踏み出そうとしている瞬間を教師が察知し、跳んでみたいという願いが実現できるよう、タイムリーに支えていった。このことがA児の変容の第一歩となり、教師との信頼関係につながっていったと思われる。また、ジャンプ時にA児のイメージ（ゴーオンジャー）を大切にしたい心に響く声かけをしたことが自信となり、A児の繰り返し挑戦する「もっとやってみよう」の姿につながったと考える。さらに、B児との関係を支えていったことで一緒に遊ぶようになり、B児の真似をして体を動かして遊ぶ姿が増えた。B児の存在が、A児の運動遊びの経験を拡げる要因となった。これらのことから、子どもが心に秘めている思いや「やりたくなった遊び」を大切にしたり、友だちに関心を示すまで待ったりする教師の姿勢が、体を動かす遊びに向かう基盤となることを感じた。

6月中旬～7月中旬

「ただの追いかけてっこしてるだけだから、先生は来ないでいいよ！」

A児はB児との追いかけてっこでいきいきとした表情で保育室やテラス園庭を走り回る。追いかけてっこに次第に数人の友だちも加わり、汗をかきながらも笑顔で歓声をあげて全速力で走り回る。

T 「楽しそうだね」

A児「おもしろいよ」

T 「ゴーオンジャーみたいで格好いいね」

A児「ちがうよ。ゴーオンジャーじゃないよ」

T 「あっ、わかった！仮面ライダーでしょー」

A児「ただの追いかけてっこしてるだけだから、先生は来ないでいいよ」

夏休み前まで、毎日のようにB児達とただ走り回る姿が見られる。



- ・ 追いかけてっこしている姿が1ヶ月以上も続いた。毎日同じように走り回っている姿を見て、A児の好きなヒーローごっこを友だち同士でイメージをもって遊んだほうがよりおもしろくなるであろうと考え、教師からきっかけ作りの言葉をかけた。しかし、まったく取り合わない事から、追いかけるという行為自体が子どもにとっては意味があるのだと教師の捉え方を変え、十分にさせることにした。

10月～12月

「ゴーオンジャーは体を鍛えるんだよね～Bちゃん！Cちゃん！」

10月6日

C児「Aちゃんおいで！ゴーオンジャーだから変身の武器を作るぞ！」

B児「おー！オレが武器を作ってやる。」

A児「ほくにも作って！ゴーオンレッドになる！」

T 「Aちゃんたちすごく格好いい！とっても強そう。ピカピカハートだ。」

その後T児やC児達と一緒に、12月までゴーオンジャーになりきって、イメージを共有して遊んだ。運動会頃より、子どもたちから「ピカピカハートで頑張ろう」という言葉が出てきて、クラスの合言葉として定着し始める。

11月4日

遊戯室の壁を悪者に見立てて、キックやパンチをして「参ったか」等とまるでそこに悪者があるかのように喜々として遊ぶ。・・・写真（右下）

12月15日

C児「もっと、強くならないとガイアークをやっつけられんわー」

B児「いろんなことができないと強くなれん」この言葉にA児うなずく。梯子を一緒に組み立てる。ゴーオンジャーの曲を聴き友だちと梯子を渡る。

A児「ゴーオンジャーは体を鍛えるんだよね～Bちゃん、Cちゃん」

ニコニコして梯子渡りにチャレンジし始める。

T 「すごいね。鍛えたらもっとピカピカハートになるね！怖くない？」

A児「ぜ～んぜん 慎重に挑戦しているが元気よく答える。写真（右上）」

- ・ B児、C児のイメージをA児が自分も同じようにもつことで仲間としての意識を強めていっている。この関係が深まりさらに、イメージを共有して遊ぶことでいろいろな動きを獲得してほしいと願い、子どもと相談しながら梯子を保育室に出した。
- ・ A児にとって強いヒーローになりたいイメージと仲良しの友だちと一緒に遊ぶと楽しいという思いが、体を動かす遊びの原動力になっていると感じた。大好きなヒーローのイメージで遊べるように、積極的に言葉かけや動ける場作りをして支えた。



・2学期に入ると自ら体を動かす遊びに向かっていく姿や、友だちとイメージを共有して遊ぶ姿が見られるようになった。これは、1学期後半から1ヶ月余り続いた「ただの追いかけっこ」をA児に必要な体験として心ゆくまで「場と時間」の保障をしていったことが要因であると考え。自分の力を十分に出す追いかけっこの遊びを通して体を動かす心地よさを実感できたことは、A児の心を開放的にし、12月には渡り方はぎこちないが楽しそうな表情で友だちと同じ動きを楽しもうとする前向きな気持ちにつながっていったと考える。7月の追いかけっこ・10月のヒーローごっこはA児の成長の節目であると同時に、「体を動かす心地よさを感じる」基盤として大切にしていかなければならないと感じた。その子どもにとって今必要な経験は何であるのかを見極め、思いを溜めこませていくことが、「体を動かす楽しさを感じる子ども」を育てるには大事なことであると思った。

2月下旬

「ヒーローはジャンプだって平気だよ。だってピカピカハートだもん！」

2月24日

保育室に、友だちと一緒に巧技台で『東京タワー（ジャンプ台）』を作る。かなりの高さがある『東京タワー』に、A児は自分から挑戦しようとする。
T 「タワーは高いから怖いけど、Aちゃんの頑張る心がすてき！」

A児「ヒーローはジャンプだって平気だよ！だってピカピカハートだもん！」しかし、いざ台に上がると怖さが出てきて

A児「今日はちょっと止めとく」

T 「跳ばなくても、Aちゃんがチャレンジする心を今作ったことがとってもすごいことだよ！」A児は嬉しそうにし、満足げな笑顔をする。

その後、何度も繰り返し跳ぼうと挑戦する。

2月26日

クラスの友だちの前でジャンプをしようとする。

D児「Aちゃんピカピカハートで頑張ってる！」

クラスのみんなから頑張れコールが自然に起こる。

A児「みんなが応援してくれるから跳ぶ！」

みんなの前で跳び下りた。みんなの拍手が起こった。

A児「いい気持ちがある！」



・クラスで共有する「ピカピカハート」の合言葉が、A児の挑戦する気持ちの支えになり、難しそうなことにも自分から挑戦しようとする意欲になっていった。その前向きな気持ちを後押しする声かけをし支える。また、体を動かす意欲を育てたいと願い、できることよりも「しようとする心を自分で作ったことのほうが素敵である」ことを価値付けていく言葉をかけた。（そのことで、跳ばなくても気にすることなくチャレンジしていくことができた。）

「ピカピカハート」の合言葉をクラスで共有していたことで、自然にA児を応援する姿につながったと思う。

3月中旬

「先生見て！ぼく、ピカピカハートだからいっぱいチャレンジするんだよ」

3月12日

保育室に、子どもたちと教師で考えた「わくわく広場」を巧技台で作った。A児が跳ぶことができるくらいの高さに巧技台を設定する。A児は率先して場作りに参加し、その後自分から多くの動きに次々と挑戦する。

A児「先生見て！ぼくピカピカハートだからいっぱいチャレンジするんだよ。ほらー、手を使わなくても渡ってるよ。すごいでしょ」

T 「本当だ！また新しい渡り方だ！すごいね一心がピカピカしてる」

A児「見てー、今度は後ろ渡りしとるよ」

しかし、途中で落ちてしまう。

T 「失敗しても挑戦するなんて心も体もすごいピカピカハートだね」

・ゴーオンジャーになって遊びたいというA児の気持ちを大切に受け止め、いろいろな動きが思いっきりできるような場を「わくわく広場」として保育室に子どもと共に作った。子どもから出た意見を大切にしながらも、A児が「やった！できた」と満足感や自信が得やすいように低めに組み立てた。

「ぼく、できなくてもハートが光ってるからまたやるもん」



・ A児の心に根づいている「ピカピカハート」の合言葉を使いながら、効果的に認めていくことで、挑戦意欲を湧かせる支援をした。

・ A児の好きなゴーオンジャーのイメージを支えていったことは挑戦意欲をもたせるのに効果的であった。イメージを友だちと共有し、活発に動ける環境を巧技台で子どもと共に作っていった援助も、体を動かして遊びたいと思っているA児にとっては適切な環境構成であり、自分から取り組んでいく気持ちにさせる要因のひとつであったと感じている。また、できたことよりも「やってみようとする気持ちを自分で作ること」の大切さを、「ピカピカハート」という言葉で伝えたことで、失敗を恐れずに挑戦していくように変容してきた。さらに、A児の挑戦意欲を刺激したのは、クラスの友だちの存在であった。「頑張れコール」や温かい拍手は、A児にとってやる気と友だちの良さを感じることに繋がったと思う。2学期、子どものつぶやき（ピカピカハート）を取り上げクラスの合言葉にしていたことは、子どもの心にピカピカ＝挑戦という共有の気持ちをもたせていくのに効果的であったと感じている。A児に対して、「ピカピカハートで頑張って！」という声をかけ応援する姿がみられたことから、友だちの気持ちや頑張りに共感できる合言葉は、子どもの発達段階に合った援助の一つであると捉えた。

○考察

- ①初めての集団生活で緊張感の強かったA児が、3月には喜んで体を動かし友だちと活発に遊ぶように変容した。これは、A児のその時々々の状態や気持ちをありのまま受け止め、「自分の力で歩みだすタイミングをじっくり待つ」というA児の発達に合わせた環境を構成していったことが大きな要因であると考えられる。また、5月下旬、担任に助けを求めながらも自ら「～がしたい」と伝えに来ることができたことから、A児の心の安定が自分からしたい遊びを見つける力につながったと考える。「自ら体を動かしたくなる」基盤は、「心が安定する」と深くつながっていることが確認できた。さらに、A児は自分の大好きなTVのヒーローになりきることで継続的に遊びを展開し、体を動かして遊ぶ楽しさを感じていった。教師は、①遊びの中での体の動きにのみ心を奪われるのではなく、子どもの興味や関心の所在を明らかにすること、②子どもの気持ちやイメージ・願いに沿った環境づくりや、「できた」を実感できる環境を子どもと共に作り、遊びの中で総合的にいろいろな動きを体験させていくこと等を配慮することが大切であると感じた。
- ②「ピカピカハートだから挑戦するよ」「できなくてもハートが光ってる」「ピカピカハートで頑張ってね」等、子どもたちの遊びの中でこれらの言葉がたくさん聞かれたことから、クラスみんなで共有していった「ピカピカハート」の合言葉は、遊びの中でのめあてがイメージとして持ちやすくなり、同じ思いを持って園生活を送っていくのに効果的であると捉えた。
- ③あこがれていたB児や遊びに誘ってくれるC児の存在は、友だちと遊ぶ経験の乏しかったA児にとって大きな魅力であった。仲間に入れてもらっていることの心地よさを感じながら、B児やC児の真似をして遊ぶ中で、A児は跳ぶ・渡る・登る等の動きを自然に追求・習得していった。心を開いて遊べる友だち関係を作っていくことは、大切な援助のひとつであることがわかった。また、クラスの友だちから応援してもらうことで、自分の中に跳ぶ勇気を湧かせていった。このことから、友だち同士の心の結びつきを強くする友だち関係を作っていくことが大切であると感じた。

【実践事例2】「友だちと目的を共有し、協同してリレーの遊びを創っていった事例」

<5歳児年長>

○リレーの遊びを抽出した理由

本園の教育課程第8期にあたるこの時期の子どもたちは、「運動的な力を試したり、繰り返し努力したり、競い合ったりしながら遊ぶ」ことを、見つけた遊びの中で展開している。特に、リレーの遊びに気持ちを寄せ、体を動かす心地よさを感じたり、友だちと誘い合い人数が増えることで遊びの勢いを感じたりしながら継続して取り組んでいる。

そこで、子どもたちが気持ちを寄せているリレーの遊びを通して、友だちと一緒に何度も挑戦しようとする気持ちを高めたり、また、「やってみよう」とする気持ちが連続していくためのキーワードを子どもたちと作る等の環境の構成を提案していった。本実践は、「みつけた遊びの中で、自分の考えやめあてをもって取り組んでいく。」「友だちと相談しながらオリジナルの遊びを創り出し、問題を解決しながら続けていこうとする。」等の姿が顕著に表出したものである。

子どもたちの姿・・・ 教師（T）の援助・・・ 気づき・・・

9月2日 《リレーのコース、こんなふうにしようよ》

・昨年の年長が作ったリレーのコースと違い、今年度の子どもたちは築山を一回りしたり、築山を上り下りしたりするコースを作っていた。今年ならではの子どもたちの発想や取り組み方であった。一人一人の経験は異なりはするが、リレーの遊びに取り組む中で「自分達のリレー」という気持ちがうまれつつあった。

A児「この葉っぱをバトンにしようよ」
 B児「おれ、これをバトンにする」
 （恐竜を描いたバトンを先ほどまで作っていた）
 C児「スタートはどこにする？」
 D児「築山をぐるっとまわろうよ。こうだよ」
 実際にやってみる。
 E児「じゃあ、ゴールはここね」
 A児「よし！はじめよう。みんなならんで！」



走っていると、一瞬友だちの姿が築山に隠れて見えなくなる。再度姿が見えた時に自分のチームが相手チームを追い越していることにおもしろさを感じ、走りたい気持ちが高揚しているのではないか。

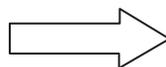
・友だちの姿が途中で見えなくなる偶発的なおもしろさに心を弾ませていることや、園庭の環境を遊びに取り入れて走るアイデア、オリジナルの手作りバトンに教師は共感していった。
 ・コースを共通理解することによってそれぞれの力が発揮でき、また満足感を得られるように、カラーコーンが自由に使えるように数個置いておく。

築山まわりかけっこが盛り上がり、さらに次のことを思いつく。
 F児「今度は、築山を上ったり下りたりしようよ」
 G児「てっぺんで次の人にタッチね」
 T 「なんだか、リレーみたいだね」



・意を決して築山から全力で駆け下りる、駆け上る姿等、一人一人が挑もうとする気持ちを十分に認めていった。
 ・子どもが自ら見つけた遊びを、「経験させたい活動」として展開してほしいと願い、「リレー」という言葉を投げかけてみた。（子どもの目が輝いた。）

これまで子どもたちがどんなリレーのコースをつくっていったかを、集まりの場でホワイトボードに図で表す。



G児「明日は、違うコースでやりたい」
 H児「ハチマキもしよう。色にわかれて」
 B児「先生、ハチマキ準備しといてよ」

9月3日

はちまきをつけて、登園後園庭に飛び出していく子どもたち。

C児「今日は、このコースね」

園庭の木々や固定遊具をすり抜けていく。

動きのおもしろさに惹かれてか、次々と走り出す。

A児「これじゃあ、めちゃくちゃだ。みんなスタートはここだよ。」



様々な園庭の環境に関わり、体を動かす経験を十分に味わわせる環境が必要だと感じた。

走るという、自分の気に入った動きを繰り返す、体を動かす心地よさや開放感を感じていけるように、教師も一緒に仲間に入ることで、楽しさを共感していく。

9月5日

青・緑のチームに分かれてリレーをする中、青チームの人数が合わない。

I児「青組で2回走りたい人」

I児がリーダーシップをとりながら、ジャンケンで人数を決めていく。

「青チーム5人で、緑チーム8人だから、青チーム3回走る人を決めて」「そういうことでいい？」

子どもたちは、みんなに了解を得ながら、メンバーの気持ちを合わせる。

J児「このリレーおかしい」「緑は男ばっかしいるし、強い人が緑にいっぱいいる」「男と女、混じっているほうがいい」

E児「でもね、女の子は5人だけん。奇数だけん、割れんよ」「もうひとり女の子呼んでくるね」

周りの友だちもこのリレーの様子に気づき、自ら加わったりそばに寄ってきたりしてリレーが始まる中、それぞれが自分の力を発揮していった。

子どもたちはどんなことを問題と捉え、どのように解決していこうとしているのだろうか。子どもたちが「何かおかしいぞ」と感じていることを探りたい。

子どもたちは人数の差や、速さの差に気づいている。自ら課題を見つけ、主体的に取り組み、粘り強く課題を解決していけるよう様子を見守ることにした。

9月17日

《チームでがんばるぞ》

黄色チームの女兒たちが、朝から合羽かけの後ろで集まっている。

K児「次はリレーで勝てますように」**L児**「パワーがたまりますように」

M児「リレーをする時チームの仲間が一人でも抜けてはだめだよ」

N児「心がひとつになっているとバトンタッチがうまくいくしね」

という思いをもって、黄色チームの仲間とどんでん返りでネックレスを作っていた。『他のチームには秘密だよ』という気持ちでネックレスを身につけてリレーに取り組もうとする姿がみられた。

結局この日のリレーは負けてしまったが、黄色チームのことを十分認め、リレーに勝ちたい気持ちも大事であるが、「勝つことと同じくらい素敵なことがあるんだね」と子どもたちと話し合う場を持った。

ネックレスを作る活動から、一人一人のリレーに勝とうとする気持ちが、同じチームの子ども同士の心を結びつけていると感じた。遊びの中で育ってきている「心を寄せ合う大切さ」にも目を向けさせ、仲間意識につなげることで挑戦意欲の喚起につなげたいと考えた。

話し合いの翌日より、再びリレーが始まった。大きな声で思い切り仲間のチームを応援をする姿や、他のチームとカラーコーンやハチマキを最後まで片付けようとする姿がみられた。

話し合いでお互いの心をつなぎ、友だち同士のかかわりを深めていったことが、主体的に遊びを展開していった要因であると感じた。

9月28日

《子どもたちと創っていったキーワード》

この頃になると、みつけた遊びや課題に、自分の考えやめあてをもって取り組んでいく姿が見られていた。子ども同士の気持ちをつないでいく生活のキーワードをもつことで、「やってみたい」の気持ちを持ち、友だちと相談したり、問題を解決したりしながら運動会に向かう生活や、それ以降の生活を子どもたちと創りたいと願い、話し合いの場をもった。

T 「素敵な運動会になるために、どんなふうにしたらいいと思う？」

O児「運動会、オリンピックみたいに金メダルもらえるようにしようよ」

P児「自分に負けないようにしようよ」 Q児「チャレンジする気持ちでしようよ」

T 「チャレンジするってどういうことかな？」

子どもの気持ちに響くだろうと思われる「チャレンジ」という言葉を取り上げる。

R児「できないこと、したことがなかったことをやること」 S児「本気でするんだよ」

子どもたちなりに、「チャレンジする」ことをイメージしているようだったので、「チャレンジする」その気持ちを合言葉に、リレーや運動会の活動を創っていけるよう、チャレンジする気持ちを「チャレンジするハート」という言葉で知らせる。

T 「すごいね～。そういうチャレンジする気持ちを感じているんだね」「チャレンジする気持ちは、自分で作ることができるんだよ。“やりたいな”と思ったことを諦めないでやろうとすると、チャレンジするハートが自分の心の中にうまれるよ」

9月29日

V児がみんなのために家で作ってきたチャレンジハートを紹介する。

B児「触ってみたい」

H児「一列にならんで」

S児「このハート触ったらやる気になってきた」Q児「Vちゃん ありがとう」

28日以来、「チャレンジするハート」の気持ちで難しそうなことや今までしたことがなかったことを粘り強くやろうとする姿があり、この日の集まりの場の後で、それぞれが今チャレンジしていることに取り組んでいった。

A児「今日もチャレンジする！ってやったら逆上がりできたよ」

U児「こっこのハートはね、お母さんからもらったチャレンジハート。こっちはね、僕がつくったハート。この二つで補助なし自転車したよ」

「やってみたい」の気持ちが連続するため、また自分へのチャレンジの気持ちを確認できるようV児の思いを取り上げる場を構成する。

より望ましい発達に向けて、自分の願いが実現できるように取り組むための効果的な場面であった。

「より早く走りたい」「自分のチームが一番になったらいいな」という思いが盛り上がり、「よし！トレーニングだ」と友達と一緒に自主的に体を動かそうとし始める。

I児「おれ、こんなことできる！」と腕立て伏せを始める。

J児「あ！私もできる」

K児「おれ、こんなんできるし。先生みてて」と腹筋運動を始める。

L児 K児の姿を見て「誰か足持って」と腹筋を始める。

M児「ブリッジもできるよ」

自分の願いを実現しようと自ら獲得してきた力を使って、体を動かそうとしている。

自ら体を動かしたい欲求が満たされるよう、また友だちに触発されて多様な動きが経験できるよう、友だちの動きに気づかせていく。

○考察

①「リレーのコース，こんなふうにしようよ」から

○子どもが自ら見つけた遊びを大切にし，物的な環境を整えたり，話し合いの場をもったりしたことで，子どもたちは，自ら体を動かし「おもしろかった」「またやりたい」と自分の力を試しながら遊んでいった。その遊びの中で，自然に「バランスをとりながら斜面を駆けあがる，駆け下りる等のスリル感のある動き」「目標となるものに全力で走る動き」「一気に駆け出し瞬発する動き」「次の動作を予測しカーブやジグザグのコースを思い切り走る動き」等の運動的な経験をしていったのである。子どもが興味や関心をもって自ら見つけた遊びに教師の願いを重ねて，その期にふさわしい経験として遊びが展開できるように支えていったことが，子どもの挑戦する意欲を高める要因であった。また，9月5日には，自分たちでめあてに向かい友だちの気持ちを受けとめながら遊びを再構成しようとしている。人数や速さ等の違いに気づき，試行錯誤しながら遊びを創ろうとしている様子が見られた。このことから，年長のこの時期には，意図的に子どもに遊びをまかせ，多少の抵抗感を感じさせながらも自分たちの力で願いを実現させていくことが，子どもの挑戦する意欲を育てることにつながっていくと考えられる。

②「子どもたちと創っていったキーワード」から

○一人一人の気持ちをつなぎ合わせ，学級で共有できるキーワードを子どもたちと共に創ったことで，一人一人の気持ちが共通のめあてに向かっていった。共有する言葉「チャレンジハート」をクラスみんなで創っていったことで，一人一人がめあてに向かってより強く主体性を発揮した。挑戦していく意欲を高めるには，クラスで共有する合言葉は有効であった。

○振り返りの場等を意図的にもつことで友だちの思いを感じたり，遊びに対するイメージを膨らませたりしたことが，さらに遊びを追求していこうという意欲につながったと考えられる。

○腹筋運動や腕立て伏せ，ブリッジ等の今までしたことのなかった動きに自ら挑戦し，「自分は・ができた」「おもしろかった」「何回も挑戦したらできるようになったよ」という満足感を味わった。この体験は，運動の心地よさを感じることにつながり，「やってみたい」の気持ちを生み出した。共有した言葉「チャレンジハート」は，子どもたちの心に「やってみよう」「できるまで諦めないぞ」等の意欲をもたせるきっかけになった。

③「チームでがんばるぞ」から

○「もっと早く走りたい」という願いから，お揃いのどんぐりネックレスをつけて走れば願いが叶うのではないかと子どもたちが気持ちを寄せ合わせていった。「チームで頑張るぞ」「友だちと一緒にチャレンジしているんだぞ」「負けても友だちと心はひとつ」という共有感が，お揃いのどんぐりネックレスに象徴されている。リレー遊びを展開する中で，遊びのイメージを豊かにしたり，友だちと支え合う心情を深めたり，友だちの中で自分の考えを表したり，主体的に自分の役割を見つけたりしていった。遊びの中でのこのような様々な体験が，「もっとやりたい」という意欲や「勝つことと同じくらい素敵なこと」を感じるしなやかな心を育てることにつながっていった。

○チームの中で存在感を感じ全力を出し切る満足感や気持ちのつながりを感じることが，今後の生活の中で新しいことに挑戦しようとしたり，難しいことにも挑んでいったりする要因になっていくのではないかと考える。

5 研究のまとめ

【成果】

(1) 子どもの頃に身につけることが望ましい基礎的な動きが自然に体験できる環境の見直しについて

- 幼児期の子どもたちは一人一人の発達の差が大きい。教師は、それぞれの子どもたちが今どのような発達の段階にあるのかを十分に把握することや、子どもの気持ちに寄り添いながら、自らが挑戦しようとする時期（自分の心の中に自己発揮しようと気持ちを溜め込む期間も含め）を見極め、タイムリーに環境構成をしていかなければならない。そのためには、①「動き」や「できること」のみに注目していくのではなく、心と体は密接につながっていることを考慮し、教師自身が子ども一人一人のもつ願いやイメージをしっかりと受けとめた環境構成をする。②子どもの願いを実現できる場を子どもと共に創っていく中で、いろいろな動きが多様に経験できる環境を構成する。③克服できそうな適度な抵抗感のある遊びの場で、「できた」という達成感を味わうことができる環境構成を大切にしていく。これらのことが「もっとやってみよう」という意欲につながっていった。さらに、「できた」という満足感や達成感が自ら挑戦していこうとする態度につながっていった。
- 一人一人が遊びの中で何を楽しみ、どんな動きに挑戦しているのかを適切に見取り、それらを認めていく。さらにその動きで育っていることを価値付ける言葉をかけていくことが、その子の動く喜びにつながり、「もっとやってみよう」という意欲の向上につながることもわかった。

(2) イメージやめあてのもてる生活の工夫について

- 「チャレンジハート」「ピカピカハート」などの発達の時期にあったキーワードを子どもたちと共に創っていくことで、自分の生活にイメージが持ちやすくなったり、めあてを見つけやすくなったりしている。一般的に自分の思いを表象できにくいと言われている幼児期に、友だちや先生と創った合言葉を生活の中に位置付けたことは、自分のしたいことがより明確になり、自分で自分の生活を創っていこうとする動機付けになっていると考える。そのことが、学級みんなでイメージを共有することにもつながり、心を寄せ合い共通のめあてに向かっていくことができる援助として有効であった。

(3) 心が通い合い触発し合う友達関係づくりについて

- 自分の意見を主張したり、相手の考えを受け入れたりしながら遊びを進めていく過程で、「もっといいルールでやってみよう」「違うコースでやってみよう」という、遊びを追求していく姿が見られた。その中で子どもたちの「困った」「どうしよう」という場面では、教師が子どもを信じ見守ることが子ども同士の心をつなぎ、自分たちで試行錯誤を重ね遊びを発展させていった。
- 「○○ちゃんのハートってすごいね」「ピカピカハートで頑張ってる」等と周りの友だちから認められる、励まされるという経験が、自己肯定感を高めていった。その思いが前向きな気持ちを生みだし、さらなる挑戦意欲を育んでいった。

【課題】

子どもが遊びの中で体験している動きや園内で経験できる動きを、「子どもの頃に身につけておくべき基本動作」に照らし合わせ、一人一人が経験している動きを注視し分析していくことで、より多様な動きに挑戦していくことができるような環境の構成を、さらに探っていきたい。

研究主題

運動の心地よさを味わわせ追求と習得の力を伸ばす体育学習 —「やってみたい」が連続するために—

島根大学教育学部附属小学校

1 主題設定の理由

(1) 研究の歩みと子どもの実態

本校は「子どもは生まれながらにして追求する存在であり、開かれた存在（豊かに自己表現できる存在）である」という子ども観・教育観を研究のベースにし、長年「たくましく追求する子ども」を育成する教育のあり方について実践を通して追い求めてきている。

また、体育科では一貫して「子どもが運動する楽しさを味わうこと」を大切にして授業実践を通じて研究してきている。ここでいう「運動の楽しさ」とは「運動の特性」を追求する過程で子どもたちが味わうものであり、次のようにとらえている。

- | | | |
|-------------|-----------------------|--------|
| ○身体を動かす楽しさ | ○つくる（動き・ゲーム・練習方法等）楽しさ | |
| ○できる・のびる楽しさ | ○みつける・わかる楽しさ | ○集う楽しさ |

上記のような考え方を生かし、平成13年度から平成17年度までは「子どもが運動の楽しさを追求する体育科学習」をテーマに研究を続け、運動に対する学びの観点と授業を構想する際に留意する点を次のように整理してきた。（平成18年度からは、一貫教育における実践研究を行っている。）

【運動に対する学びの観点】

- ・ 課題をもち追求意欲がもてる
- ・ 追求において自分の見通しがもて、自分の力で追求の見直しができる
- ・ 運動のもつ楽しさや、よさ（運動の特性）に気づくことができる
- ・ 友だち（ペア・トリオ）のよさや自分の取り組みのよさに気づくことができる

【授業の枠組みを構想する際の留意点】

- ・ 運動に対する思いや願いをふくらませるための対象を選定し、その「出会わせ方」を工夫する
- ・ 運動の楽しさやよさを感じる取るために「まかせ場」を大切にする
- ・ 仲間（学級・グループ）と一緒に活動することのよさを感じ取っていけるように、互いの動きや考えのよさに気づくことができる「わかりあう場」を意図的に設定する
- ・ 子どもが自分の追求を見つめたり、次への追求へつなげたりするための「ふりかえりの場」を工夫する
- ・ 明確な目的意識をもって追求できるような「めあての提示の仕方」を工夫する

【課題】

- ・ 「わかりあう場」と「ふりかえりの場」での運動領域におけるはたらきかけの違いを明確にする
- ・ 技能や学び方の系統性を重視した育成プランの必要性（6ヵ年よりも長いスパンのもの）

【子どもの実態からの課題】

本校の子どもたちは、比較的体を動かすことが好きであり、業間には鉄棒やおにごっこ、サッカーなどを行っている。しかしながら、全国的にも問題になっている運動経験の二極化は、確実に本校にも起こっており、全体的な運動の場を保障していく必要性を感じている。また、バス通学の子どもたちが多く、日々歩くことが不足している。さらに放課後の暮らしについても習い事等のため、ゆっくり落ち着いて一つのことに向かうことの機会が保障されていない状態である。

(2) 研究主題について

島根県の研究主題である「確かな知識と技能を身につけ、学ぶ喜びが味わえる体育学習」をうけて、本校小学校段階では、次のような子どもの姿をめざした授業づくりや体育的活動を行うこととした。

- 挑戦する意欲をもつことができる（意欲・耐性）
- 体を動かしたくなる、動く気持ちいいと思える（情緒）
- 動ける身体をもつことができる（技能・体力）
- 運動を習慣化できる（活用）
- 技術構造を追求することができ、考えることができる（思考・知識）
- 仲間とかかわることができる（協力）

このように今までの研究の経緯と児童の実態から、本校では以下のような研究主題を設定した。

運動の心地よさを味わわせ追求と習得の力を伸ばす体育学習

—「やってみたい」が連続するために—

2 研究の視点

【やってみたい】

第一義に子どもたちの運動へむかう気持ちを大切にしたい。これは運動へ向かう気持ちが、追求の力となり、体育科の学習には欠かせないものと考えからである。運動へ向かう気持ちが高まる条件は多数考えられるが、その一つとして「できそう」を感じ取らせることに重点をおく。この「できそう」を感じることができたならば、動かすにはいられない状態になり、自然と追求する姿を見ることができるようである。

また、授業づくりや体育的活動を構築する上で、子どもたちの学び方を検証し、一人ひとりの志向性を見取る必要がある。心身の発達段階が幅広い小学校期における体育では、志向によりそれぞれの学習形態が違ってくる。一般的に学び方と発達段階を考慮した体育学習は、低学年の「たくさんの運動経験からの感覚づくり・自己有能感づくり期」から中学年の「今までの運動経験からのアナログンを見つけ、思考と技能とのすりあわせ期」を経て、高学年の「運動の安定性をめざし、自分のことを知り、適切なめあての構築期」へ進むと考えている。これらを基に、学年における実際の子どもの発達段階や実態を考えた授業の枠組みやはたらきかけを考慮していきたい。系統立てた指導は、子どもたちの一人ひとりの学びを深め、動ける身体をつくり、主体的に追求できる姿を生み出す。

【やってみたいが連続するために大切にしたい視点】

① 動ける身体をもたせることで「やってみたい」が連続する

6つの運動領域毎にねらいをはっきりさせることから動ける身体にせまる手だてを考えていく。ねらいモデルをつくり、動ける身体づくりに効果があるかを検証する。系統立てた指導で「できそうな感じ」を感じ取らせれば「やってみたい」が続くであろう。

② 運動の特性にふれさせることで「やってみたい」が連続する

機能的特性及び効果的特性に加え、子どもたちが何に興味をもち、その運動に関わっているのかを探る。領域毎に大切にしたい運動感覚や運動群を子どもたちの実態から整理する。運動自体がもつ特性にふれさせることで、運動の心地よさを感じ、「やってみたい」が続くであろう。

③ 子ども一人ひとりをとらえた上で授業の枠組みをつくることで「やってみたい」が連続する

子どもたち一人ひとりが、単元または1時間の授業の中で、どのように技能や思考などが変容していくのかをとらえていく。形成的評価を取り入れることで授業の改善を図ること。さらに子どもにとらえ表を「技能とかかわり」「技能と思考」「技能と志向」の2軸でとらえることで、授業の枠組み

を考え、はたらきかけを工夫していく。運動へ向かう志向を高めれば「やってみたい」が続くであろう。

— 1年生 がんばれあざらしくん（力試しの運動遊びの実践から） —

単元構想のポイント

(1) 動ける身体をもたせることで「やってみたい」が連続する

「なんとなくできそうだ」という感覚をもちやすい運動から導入し、繰り返すことでその運動感覚を身に付けていく運動シャワーを大切としたい。何回かすると、できるようになった喜びを実感できるようになる。この一瞬のつぶやきや動きをとらえて認めることを大切にする。今回は何度も同じ動きを繰り返す場面と自分なりの動きを創造できる場面を組み合わせたりレー形式の運動を単元途中に行った。また動きをアドバイスしやすいように、跳び箱の越え方をイメージ音（運動のリズム化）で共通理解させた。さらにこの動きを音としてとらえることで、今後の体育学習において、コツをつかむ一つの手段としていく。

(2) 運動の特性にふれさせることで「やってみたい」が連続する

もうちょっとでできそうだと思う運動への出会いは、やる気と興味を引き上げ、「やってみたい」が連続する。子どもたちの技能実態をとらえ、そこに達成目標を明確に設定する。今回はあざらしの動きで、後ろから追いかけてくる手足走りの動きからにげられるかという個人目標と、制限時間内に何個宝の玉を持ち帰ることができるのかというチーム目標を明確にして取り組んでいく。

(3) 子ども一人ひとりをとらえ、枠組みを工夫することで「やってみたい」が連続する

1年生において、動物になりきらせるなどの共通の世界観をつくることは、基本の動きを身に付けるとともに、自分自身を運動教材と結びつける有効な手段の1つであると考えている。連続する学びの中に、前時からのつながりと新しい学習内容をうまく関連づけて構成すると、「やってみたい」が連続する。目の前にいる子どもたちにとって、魅力ある運動と出会わせると共に、教師の言葉がけは自己有能感を積み上げていき、「やってみたい」が連続する。さらに、少しずつではあるが、友達の言葉や声援が「やってみたい」を誘発する。1年生のこの時期は、「自分と運動」「自分と先生」が中心の中、少しずつでも子ども同士、かかわることができるはたらきかけを行いたい。まだ自己中心的ではあるが、少しずつその幅を広げ、友だちの動きのよさをとらえながら自分の動きを広げていってほしいと願っている。そして繰り返し運動することで、腕支持の力をのばし、これから先行うであろう多くの運動における素地を身につけていく。

単元計画 (全5時間 本時4/5)

次	時数	ねらい	主な活動
1	1	ゲームを楽しみながら、おおかみからにげるためには、手の力をつけることが大切だということに気づかせる	・にげろあざらしくん
2	2	腕の支持力と逆さ感覚を身につけさせる	・まわれあざらしくん ・かべのぼりあざらしくん
	3	腕の支持力と重心移動を身につけさせる	・ステージのぼり ・山越え
3	4	友だちの動きのよさに気づかせ、まねることで動きを広げていく（運動のリズム化）	・あざらしくんリレー ・にげろあざらしくん
	5		・学習のまとめ

—4年「パスをつないでシュート『ハーフコート・バスケットボール』』の実践から—

単元構想のポイント

(1) 動ける身体をもたせることで「やってみたい」が連続する

バスケットボール教材において基盤となる動きは、ボール操作の感覚や空いているところを見つける力にある。この力は、ゲームの中でもある程度は養えるが、準備運動の中にゲーム感覚で取り組めるものを行い、確実に養っていくことで、動ける身体をつくっていく。また、試合の中で、チームや各自の状況、動きを客観的につかむために記録表作りに取り組みせ、兄弟チームで互いに記録していく。この記録表を分析することで、どのように動けばパスやシュートにつながるのかを考えるための各チーム、各自の材料になっていき、次の動き方につなげていく。

(2) 運動の特性にふれさせることで「やってみたい」が連続する

バスケットボールなどボール運動の大きな学習内容の一つは、シュートに至るまでの「作戦・戦術」学習ととらえている。有効な作戦を考え試したり、修正したりしていく過程に学習価値があると考え。その試行錯誤の中で、みんなで協力していく大切さを知り、集団性が高まっていく。本単元は、ハーフコートの3対3（4対4）のバスケットボールである。ドリブルを禁止することにより、ワンマンプレーではなく、みんなでパスをつなげることが必要になる。そうすると、ボールをもっていない子が空いたスペースを見つけ、動くことが重要になる。本教材では「ボールを保持しない子が人のいないところ（スペース）に動くこと」を大きな学習内容ととらえ、空間認識を育てる教材として取り組んでいく。

(3) 子ども一人ひとりをとらえ、枠組みを工夫することで「やってみたい」が連続する

本単元は、（ふりかえりから）パスに意識が向いている子どもたちに、バスケットボールを通して、シュートに至るまでのパス、つまりどのように動けばボールが受けられるか、人のいないところへの動き方について考えさせたい。第2次からは前述のように記録表作りに取り組む。中学年後期では、自分たちの記録をとることにより、自分の姿が見えてきたり、周りの人との関係に気がついたりすることができると考えられる。動き方について各自の課題やめあてがはっきりし、さらによりよい動きを身につけていく。

単元計画 (全11時間 本時7/11)

次	時	主な学習活動	具体的な学習活動
1	1 2 3	ハーフコート・バスケットボールのゲームに慣れる	<ul style="list-style-type: none"> ・ゲームを通しての学級のめあてを話し合う。 ・ゲームの進行の仕方に慣れる。
2	4 5 6 ⑦ 8 9	記録表を書きながらゲームをする。 自分やチームの様相をつかみ、自分たちで工夫して作戦を考える。 ⑦ 一番多くパスを受けている友だちの動きに注目して、パスを受けるための動き方を考え、ゲームをする。	<ul style="list-style-type: none"> ・記録をとり、チームの状況をつかむ。 ・記録を見ながら、成果や課題について話し合い、次時に向けての見通しをもつ。 ・触球数に注目し、動きの特徴について考え、動きをイメージしながらゲームをする。 ・兄弟チームに向けて動き方の教え合いをする。
3	10 11	総当たり戦をして、まとめのゲームをする。	<ul style="list-style-type: none"> ・これまで学習したことを生かして、ゲームをする

ー5年「みんなの力でつなげよう!～ソフトバレーボールチームの挑戦～」の実践からー

単元構想のポイント

(1) 動ける体をもたせることで「やってみたい」が連続する

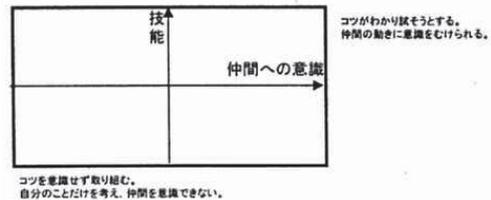
子どもたちはこれまでの学習の中で、「コツを意識してがんばればできそうだ」という達成感を味わってきている。そこで、ソフトバレーボールの学習の中で、仲間とのかかわりの場面を設定し、コツを共有化できるようにすることで、自分やチームの課題を見つけ、ボールと自分の位置関係やボールの上げ方など動ける体を身につけることをねらいとして本単元を構想する。また、準備運動の時に、個やチームの課題にあった練習をし、レシーブ、トスの技能を高める練習を行っていく。

(2) 運動の特性にふれさせることで「やってみたい」が連続する

ソフトバレーボールは、チームの仲間一人ひとりに目を向けることができ、個人やチームの課題が整理しやすい。互いの動きを見合い、声をかけ合いながら技能を高めていくのに適している運動だといえる。そこで、1チームの人数を少なくし、チーム内での声かけやプレーの一つひとつを大切にしていく。その中で、5年3組のみんなで見つけたコツを具体的な動きとしてまとめた「レベルアップカード」を作成する。友達の動きを見たり、レベルアップカードを用いてめあてを明らかにしたりすることで、互いにアドバイスし合い、動きについて自分の課題に気づき、よりよい動きを身につけられるようにしていく。

(3) 子ども一人ひとりをとらえ、枠組みの工夫をすることで「やってみたい」が連続する

高学年の発達段階において、チームワークを意識させることは、自分では気づけなかった個人の課題や、チーム全体の課題がわかり、その課題を解決しようと力を合わせて向かっていくことにつながると考えている。また、子どもの実態をとらえたはたらきかけができるように、形成評価と2軸（「技能」と「仲間への意識」）を使った授業ごとの子どもたちの意識をまとめ、単元を通して子どもたちの意識の変化をとらえていく。子どものつぶやきやふりかえりなどから、コツにつながるものを取り上げ、みんなでそのよさを理解したり、実感したりすることができるようにしていく。



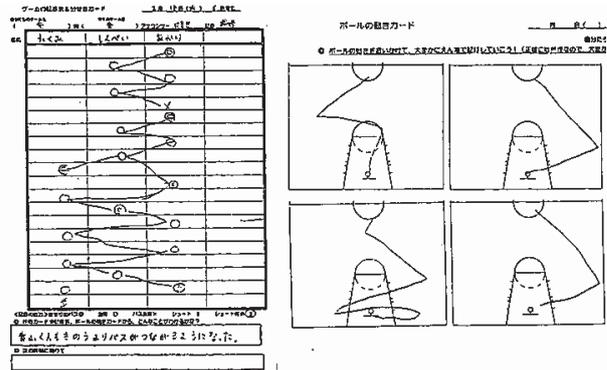
単元計画 (全10時間 本時6/10)

次	時	主な学習活動	具体的な学習活動
1	1 2 3	ボールをつなげるコツを見つける。	・トスやレシーブの基本的な動きのコツを見つけ、「5-3レベルアップカード」を作成する。 ・簡単なルールをもとにゲームをする。
2	4 5 ⑥	コツをもとにアドバイスをし合い、個とチームの課題を知る。	・見つけたコツを意識し、レシーブ、トスの技能を高める。 ・簡単なルールをもとにゲームをする。
3	7 8 9	自分や相手のチームの特長を考えた練習やゲームをする。	・個やチームの課題にあった練習をし、レシーブ、トスの技能を高める。 ・特長を生かした作戦を考え、ゲームをする。
4	10	5年カップをする。	・学んできたことを生かしてゲームを楽しむ。

- ボールの動きカードから全然あまったスペースを使っていないことがわかった。コートを広く使いたい。
- ボールが行っていないところがあった。その使っていないところを使ってパスやシュートをしたい。
- ボールの動きカードを見ると、コートは左右ががら空きでした。もったいない。明日は、もっと広がりたい。

＜考 察＞

- 自分や自分のチームの姿をとらえるのに本単元で用いた記録表はとても有効だった。
- 記録表をもとに、とらえたことが次時のチームの作戦だったり、個人の動きに生かされたりした。記録表をとることにより、自分の動きや姿がわかり、そして「次はこんな動きをしよう」「こんなことに気をつけてみよう」と意識することができ、「やってみたい」が続いていった。



－ 5 年生の実践 －

＜子どものふりかえりから＞

＜1 時間目＞

まっすぐ返したいのに、思うところにいきません。どうやったらいいのか考えたいです。

＜2 時間目＞

1 回目のときよりレシーブがうまくなりました。ボールは手のどこに当てるかでどこにとんでいくかが決まると思います。A くんが言ってみたいに、手首に当てるといいのかな。

＜3 時間目＞（他の子どものふりかえり）

今日、見つけたコツはトスの時にふわっとあげることです。バシッと上げるとねらいがさだまらないけど、「ふわっ」と上げるとねらいがさだまります。

＜4 時間目＞

（3 時間目の子どもの気づきをもとにした）レベルアップカードを見てやってみると、だいたいボールをコントロールできるようになりました。うまくなってきたような気がします。

＜5 時間目＞

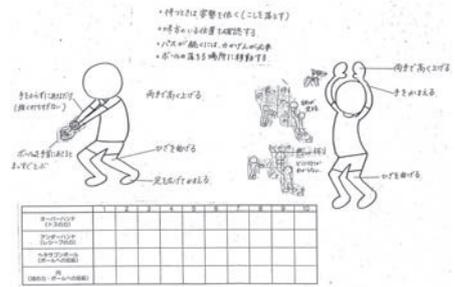
はじめのトレーニングで新記録ができました。次は両手で三角形をつくることを心がけたいです。

＜6 時間目＞

今日、試合で初めて点を取ることができました。練習の成果が出たと思います。試合で点が取れてうれしかったです。ボールを誰も取りに行けなかったことがあったから、こしを落として常にボールを取れる状態でいたいです。

<考 察>

- 友だちの見つけたコツや自分自身で試したことをもとにしながら、ソフトバレーボールのコツを意識して取り組んだ。そこに運動のイメージが生まれ、そのイメージが身に付くことにより、動けるようになり始めた自分に心地よさを感じ、次はこんなことができるようになりたいと、意欲をもって取り組む姿が見られた。
- 運動に苦手意識をもっていたこのB児も、「ぎりぎり点が入りそうなボールを、アンダーで打ち返したとき、Bくんナイス！と言われてうれしかったです。」とふりかえりにも書いていた。このように、「わかる」と「できる」がつながることにより子どもたちは、互いに声をかけ合いながら、運動技能を高め、運動することの心地よさを味わっていった。



運動の特性にふれさせることで「やってみたい」が連続する

- 1年生の実践 -

<子どもものふりかえりから>

- てのちからがもっとじょうずになりたいです。(A児)
- あざらしくんはむずかしかったです。あせがいっぱいでした。
いたかったけどまたやりたいです。(B児)
- にげろあざらしくんは1かいめはつかまっていたけど、
2かいめはつかまなかったことがうれしかったです。(C児)
- りれーがたのしかったです。
しゅぎょうをしたからもうまくなったなとおもいました。(D児)

<考 察>

- 「1回目よりは2回目がよかった」とか「修行をしたのでリレーでの動きがうまくなった」などの感想から、運動にめあてをもって取り組んでいることが窺える。
- 「難しいけどまたやりたい」ということから、あざらしの動きが1年生にとってちょっとがんばればできそうになる運動であることが判断できる。さらに、記録が少しずつ伸びることでやる気が喚起され、次への意欲とつながった。

- 4年生の実践 -

<子どもたちからのふりかえりから>

<第1時>

- やってみると楽しかった。○もっとシュートを決めたい。○次は作戦を考えてみたい。

<第2時>

- 黄は周りをよく見てパスをしていた。○次は、細かくパスをつなげてゴールまで行きたい。

<第3時>

- 作戦を考えると前よりもパスがつながった。○パスを素早く通せば、簡単にチャンスができると思う

<第4時>

- 記録を取ってみると、後半の作戦が立てやすかった。
- みんな、フリーなどところに行っていてよかったかな。

<第5時>

- 作戦「ボールをもっている人の近くに行く」をやったけど失敗。
- たくさんフリーなどところ、空いているところがあった。



<第6時>

- パスをコートの中で広がってもらって得点に結び付けられた。
- もっとコートの使っていないところへ広がりた。ボールの近くにいるとディフェンスがついてくるから。

<第7時>

- 左右に広がったらパスが来て、シュートもできた。○フリースペースをうまく使えた。
- スペースを見つけられて、結構点が入った。

<第8時>

- 自分たちが空いたところに行かなかったからパスが繋がらなかった。広いところに行きたい。

<第9時>

- 初めてシュートにいった。
- Aさんがよく動いて、初めてシュートを決めた。うれしかった。
- コート全体が使えるようになってきた。
- Bくんがフリースペースによく動いていた。まねをしたい。

<第11時>

- Cくんは素早く空いているところに動いていた。
- 黄チームのみんなは固まらず、広いところに動いていた。
- めあての「パスをつなげてシュート」がよくできていた。

<考 察>

- 第1～3時では、「楽しさ」や「作戦」とか、漠然とパスに意識が向いていた子どもたちの意識が、第4～8時の感想では「フリーなどところ」「フリースペース」という言葉で、空いたスペースを意識した言葉が多くなってきた。これは、記録表を用いたため、子どもたちが同じチームの友達の動きやコート内の空いたスペースに目が向きやすくなったためである。
- 単元が終わりに近づく第9～11時になると、子どもたちの中で仲間意識が感じられるようになってきた。同じチームの友達のプレーを喜んだり、別のチームのよさに気づいたりするようになってきて、まねをしようとする子も多くなってきた。その中でも、空いたスペースを意識したものが多かった。
- 単元全体を通して、指導者が運動の特性からつきたい力（ねらい）をはっきりともち、それを目指して記録表を用いたり働きかけをしたりすることによって子どもたちの「できる」ことにつながっていったと考える。その「できる」ことプラス、後半には友達の動きを見つめながら「わかる」ことも増えていったことにより、次時への「やってみたい」につながっていった。

子ども一人一人をとらえ、授業の枠組みを工夫することで「やってみたい」が連続する

- 1年生の実践 -

＜子どものふりかえりから＞

- さいしょはむずかしかったけどとっくんのしゅぎょうやみんなのおうえんで
ちよっとじょうずになったよ。(E児)
- あざらしくんがぜんぜんすすめなかったので、くやしかったです。
またやるかもしれないから、れんしゅうをがんばります。(F児)
- みんないろいろなとびかたがあったのでまねしてみた。はやくできました。(G児)

＜考 察＞

- くりかえし行いながら、コツをみつけたり、自分の伸びを実感できたりすることで「なんとなくできそうだ」が連続していく。ただ反復することは苦であるため、音楽やなりきりの世界観をくことで第2の自分に変身させ、がんばりを喚起できた。このようにちょっと難しい運動であるが、運動するのが苦ではないという状況や雰囲気をつくりだす「なじみの地平」を大切にしていく。
- 友達の応援はやる気を喚起させる。一人ではあきらめてしまうことでも、周りの声援でがんばることができることは大人でも多々ある。また運動を見合う場面を組んだことは、少し早いかなとも思ったが、まねしてみるという運動学習の根本をついたコメントからも、見る視点をしばったり、反対にほやかにして広げて見たりすることで、可能であると判断できる。さらに、できないくやしさも次へつながる要素になる場合がある。



応援すると共に、自然に友達の動きを見ている。
(応援席の設置・場の工夫)

- 5年「みんなの力でつなげよう！

～ソフトバレーボールチームの挑戦～」における実践-

＜形成的評価の結果から＞

	1時間目終了後	5時間目終了後	1時間目と5時間目の差
①楽しかったですか	2.88	2.88	0
②次の体育は楽しみですか	2.8	2.85	0.05up
③今までできなかったこと(運動や作戦)ができるようになりましたか	2.5	2.73	0.23up
④次の体育でやってみたいこと、考えてみたいことがありますか	1.61	2.04	0.43up
⑤「あつ、わかった！」とか「あつ、そうか！」と思ったことがありますか	2.42	2.65	0.23up
⑥いつでもコツやポイントを考えて運動していますか	2.23	2.53	0.3up
⑦自分から進んで学習することができました	2.53	2.77	0.24up
⑧いつもめあてをを考えて運動することができますか	1.8	2.58	0.78up
⑨友だちとおたがいに教えたり、助けたりできましたか	2.65	2.81	0.16up
⑩今日勉強していることを休み時間などに試してみたいですか	2.11	2.11	0

＜考 察＞

- 形成的評価を用いて子どもの意識の変化をとらえていったところ、10項目の内、「いつでもコツやポイントを考えて運動していますか」自分がどのように動いたらよいかのかわかり、行動しようとする意識と、「次の体育でやってみたいことはありますか」「いつもめあてをを考えて運動することができますか」という、こどもが自分の課題を見つめ、それを解決していこうとする意識が特に上がっていることがわかった。このようにして子どもの意識をとらえながら、それが授業者のねらいと合っているのかを判断しながら、授業の枠組みを考えることができた。

研究のまとめ

本研究では、「『やってみたい』が連続する」をキーワードに、「動ける体をもつこと」「運動の特性にふれること」「子ども一人ひとりをとらえ、授業の枠組みを工夫すること」という3つの視点から実践を重ねてきた。その成果と課題は以下のようにまとめられる。

(1) 見えてきたこと

- 低学年では、「たくさんの運動経験からの感覚づくり・自己有能感づくり」を大切にしている。この感覚が中学年や高学年の体育学習へつながり生かされていく。運動の特性から教師が養いたい力を明確にもち指導していくことで、子どもの何をとらえるのかがはっきりしてくる。体育にとって動きのとらえは重要となるため、低学年にとっては、くりかえしの動きを重要視しながら、動きの変容をとらえていくべきである。一瞬の動きを見取り、認める声掛けが低学年の子ども達のやる気を高めていくことになる。
- 中学年では、低学年で経験している運動感覚を生かし、さらに運動の幅を広げていくことになる。その際、運動の特性から運動のポイントやコツを見つけたり、話し合ったりする活動を取り入れることにより、友達の運動を見る力も育んでいくことになる。また、中学年後半になると、簡単な記録表をとることが可能になり、友達だけでなく客観的に自分の姿も見られるようになってくる。これは、記録をとりながら、動き方が「わかる」ことにつながり、さらに次時の「やってみたい」へとつながっていく。
- 高学年では、これまでの運動経験をもとに、似た動きから体が自然に動いたり、前にやったときはこんなことを意識しながらやったなと考えたりすることで、そこに新たな課題が生まれ、経験が積み重ねられていく。自分には何が必要なのかがわかり、自分が課題としていたことが、一つひとつできるようになっていくことで、心地よさを感じ、もっとできるようになりたい、「やってみたい」という気持ちを高めていくことができる。
- 体育授業場面において、子どもをとらえることで大切なことは、動きの多様性が出る場面を注視して、子どもの動きの変容を見取る力である。変容が見られた場合に認める教師のはたらきかけと、師範させることで自己有能感を養うことができた。子どもの動きをとらえるために、くりかえし運動をさせることと、補助簿を用意した記録も効果的であった。
- 準備運動で、主運動を支える下位運動を行うことはとても効果がある。その下位運動をどうするかは指導者がきちんと系統立てて考える必要がある。
- 子どもたちのふりかえりをもとにした、2軸のとらえは子どもたちの動きや意識をとらえ、教師の声かけの材料としても効果的であった。

(2) 課 題

- 語彙や文において、表現が制限される低学年の子どもたちにとって、音での表現をもちいてみたが、もう少しイメージを膨らませたり、共有させたりする必要があった。体育の授業であることを意識しながら、尚かつ楽しみながら運動経験を広げていくべきである。
- 経験したことのない動きに興味をもつような出会わせ方が必要である。
- なにより運動の心地よさを味わわせることができれば、「やってみたい」が連続し、動くことが好きになり、動ける身体になっていくはずである。子どもたちにとって何が心地よいのかをとらえていく必要がある。

研究主題

運動の心地よさを味わわせ追求と習得の力を伸ばす体育学習 —課題解決力を伸ばす保健体育学習—

島根大学教育学部附属中学校

1 主題設定の理由

(1) 研究の過程

本校では平成15年度から17年度にかけて『「生きる力」を育む学びのコラボレーション』という研究テーマのもと、教科・総合的な学習の時間・領域等において研究を進めてきた。その中において保健体育科では、「生きる力」を育む保健体育科の学習～かかわり合う中で個が伸びる学習の構想～を教科のテーマに掲げ、個の高まりと集団の高まりの相関関係、特に学習意欲の高まりに注目した研究を進めてきた。

また、それに先立ち平成14年度からは評価についても研究を始め、単元や毎時間の授業で目指す生徒の姿を4観点で分類し、評価規準や指導と評価の計画を作成し、指導と評価の一体化を図ることを目指してきた。より正確な評価に近づくためには指導者—生徒、生徒自身、生徒—生徒が学習目標の達成状況を把握することが不可欠であり、そのための手段として効果的な学習カードの開発についての研究も進めてきた。

これらの実践から、自分をよく知ること、人（友達や指導者）と関わり分かり合うことが個を高めるための有効な手立ての一つであることが分かってきた。

(2) 研究の方向

①新学習指導要領との関わり

今回の学習指導要領の改訂では改善の基本方針に従って、「健やかな体の基礎となる身体能力と知識を定着させ、身に付けた段階に応じ運動を豊かに実践していくための資質や能力を育てるとともに、主として個人生活における健康・安全に関する内容を科学的に理解できるようにする」ことを重視している。本校では「豊かに実践していく」という言葉に着目し、様々な運動を通して学習する中で基礎的な技能を十分身に付け、運動することの心地よさを味わえば生涯を通じてスポーツに親しもうとする意欲を育てることができると考える。

②幼小中一貫教育との関わり

附属学校・園の体育科の研究テーマ「運動の心地よさを味わわせ追求と習得の力を伸ばす体育学習」で大切なポイントである「運動の心地よさ」を感じている兆候を中学校では次のような姿としてとらえている。

- | | | |
|------------------------------|------------|-------------------|
| ○十分な汗をかいて動けた、息が上がるのを感じた（爽快感） | ○作戦が上手くいった | |
| ○できた、できそうだ | ○工夫したらできた | ○友達に教えてもらって上手くいった |
| ○勝てた | ○ほめてもらった | ○ルールや練習の仕方がわかった |
| ○友達と一緒に活動して楽しい | など | |

また、保健分野においては健康に対する「追求」と「習得」がポイントであると考えられる。今年度の研究において重点的に進めてきた「課題を見つける」ことが大切な第一歩であると思われる。自分自身や家族、友達、更には国や地球規模にまで視点を広げ、健康に対する問題意識を持たせることで追求への興味を沸かせることができると考える。

2 研究主題とのつながり

大会の研究主題「確かな知識と技能を身につけ、学ぶ喜びが味わえる体育学習」を受けて、中学校段階では次のような生徒の兆候を目指していけば主題にせまることができると思う。

[体育分野]

- 活動にすぐとりかかろうとする、何回も挑戦しようとする（意欲）
- 運動した後、笑顔が見られる（情緒）
- わからないこと、できないことがあると資料を探している（思考）
- 学習した練習を家庭でも実践している（活用）
- 友達と相談して練習を進めたり、アドバイスをし合ったりしている（協力）

[保健分野]

- 身近なところにある健康問題を見つけ、解決方法を考えている（課題意識）
- 健康を保つために実践していることがある（活用）

このような生徒の姿の実現に向けて、本校保健体育科のこれまでの実践と新指導要領の方向性をふまえたような研究主題を設定した。

**運動の心地よさを味わわせ追及と習得の力を伸ばす体育学習
－課題解決力を伸ばす保健体育学習－**

本校の考える課題解決力には、次の5つの過程があると思う。（ ）は具体的な姿の例である。

- ①正しい状態を知っている。常識を身につけている。
（友達の姿や教材等で理想的な姿を知っている。新聞等のメディアから健康問題を聞いたことがある。）
- ②自分の姿を客観的に見ることができる。
（振り返りで自分の姿がレビューできる。ビデオなどを使って観察・考察ができる。）
- ③与えられた解決方法などを実践できる。
- ④与えられたいくつかの解決方法の中から適切なものを選ぶことができる。
（いくつかの解決方法に挑戦し、自分に合うやり方を見つけることができる。）
- ⑤過去の経験をもとにして課題を見つけ、解決方法を考えることができる。
詳細に区分すると①と②は課題発見力、③④⑤は課題解決力と分類されると考えるが、最終的には⑤の姿を目指して、学習を構築していくことをねらっていく。そのためには、①から④のような段階的な課題意識を持った学習形態や学習内容を経験していくことによって課題解決力は高まると考える。

3 研究の仮説

本校では生徒の課題意識を明確にし、課題解決力を育成するため次のような仮説をたて、実践を行った。

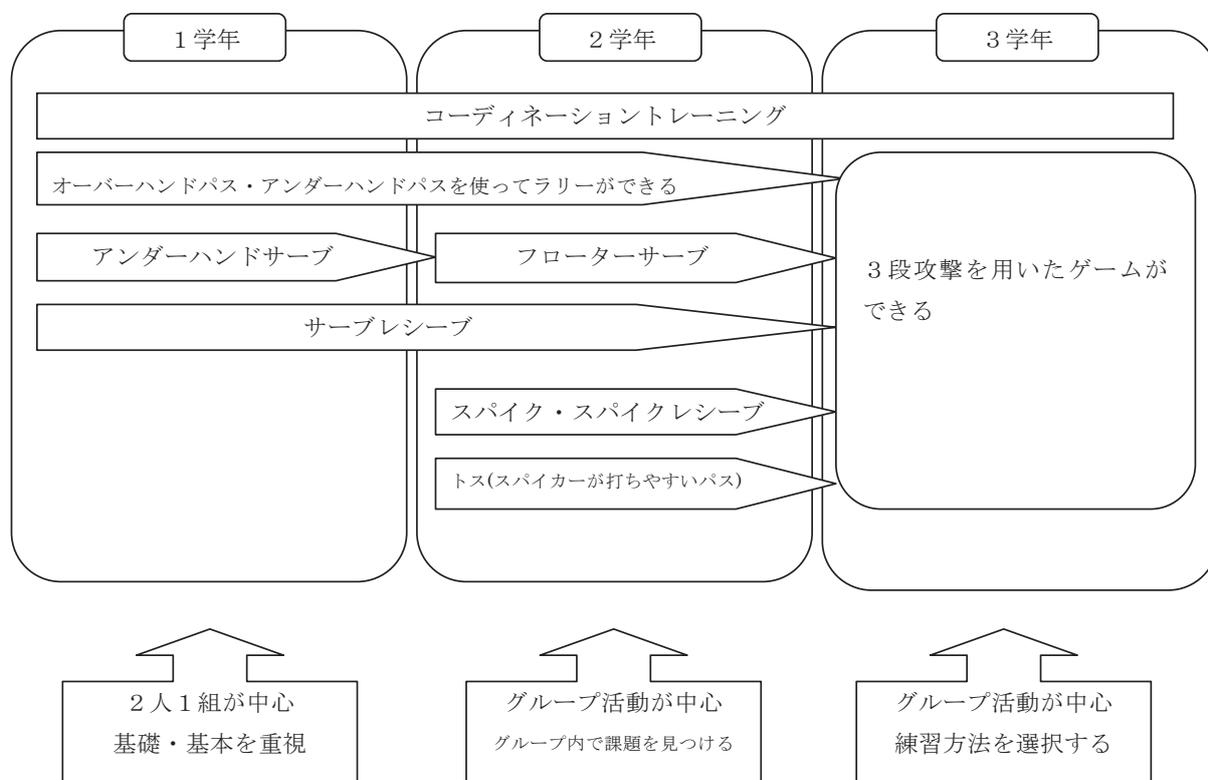
- (1) 基本的な知識・理解から自分自身や社会の問題点に視点を向けた学習をすれば、自分自身の動きや生活を見つめることができる。
- (2) 学習カルテの記入によって習熟度を記録したり、学習ノートに学習内容や振り返りを記録したりすれば、過去の経験をこれからの学習に生かすことができる。
- (3) 他からの気づきを大切にするグループ活動を設定すれば、自分の課題を他からの刺激によって見つけることができる。

(4) 自分の姿を客観的に見つめたりするための視覚的な教具や教材を工夫すれば、理想の姿を視覚的に理解することができる。

4 授業実践

(1) 実践例① 第1学年 男子 バレーボールの実践 (本時4 / 8)

①単元の構想



仮説1

- ・第1学年では「オーバーハンドパスやアンダーハンドパスの基本的な技能を身につける」ことをねらいとした。具体的にはボールの落下点を見極めるためにボールを使ったコーディネーショントレーニングを取り入れたり、ボールに対しての構えや腕の面作り、2人組でのパス練習などの反復練習を繰り返したりすることで正確なオーバーハンドパスやアンダーハンドパスができるようになる。さらに、サーブの基本的な技術としてアンダーハンドサーブを取り上げれば、ネットを越す技能が身につけられると考える。
- ・第2学年では、引き続き基本的なパスの技能を向上させるとともにスパイク技術やレシーブ技術のレベルアップを図る。

仮説3

- ・第1・2学年ではペア学習を取り入れ、相手の動きに対応した動きの練習をしたり、アドバイスをしたりする場を設定する。
- ・第3学年では、これまでの習得した基本的な技能を用いてゲームができるようにする。レシーブ・トス・スパイクといった3段攻撃を用いたゲームを展開するためには集団としての戦術が必要となる。そのためにはグループ活動を取り入れ、練習方法を選択しゲームに生かせるようにする。

②指導と評価の計画

時間	ねらい・学習活動	学習活動における具体的な評価規準				評価方法 など
		関心・ 意欲・態度	思考・判断	技能	知識・理解	
1	オリエンテーション ・単元目標を知る。 ・学習の進め方，学習の見通しをもつ。 ・バレーボールのVTRを見る。	①バレーボールに関心を持ち，進んで学習に取り組もうとしている。			①バレーボールの学習の進め方を知っている。	教師の観察 期末テスト
2	試しのゲーム ・今もっている力でゲームを行う。 ・ゲームの運営や審判方法を知る。	①バレーボールに関心を持ち，進んで学習に取り組もうとしている。				教師の観察 学習ノート
3 ～ 6 (本時4時間目)	基礎感覚づくり 基本の練習(一斉指導) ゲーム ・仲間と協力し，楽しく学習することができる。 ・正しいオーバーハンドパス，アンダーハンドパスができるようになる。 ・ラリーを続けるためにグループで話し合い，作戦を立てることができる。	①バレーボールに関心を持ち，進んで学習に取り組もうとしている。 ②器具や用具，周囲の安全に気を配ろうとしている。 ③ルールを守り，積極的に仲間と協力して学習を進めようとしている。	①提示された練習方法から，自己やチームの課題に応じた練習方法を選択している。 ②自分のチームや相手チームの技能の程度に応じて作戦を立てている。	①オーバーパスやアンダーパスができる。また，ラリーを続けることができる。 ②練習やゲームを通して自己やチームの技能を高めている。	②バレーボールの集団的技術及び個人的技術の名称を理解している。 ③合理的な練習の仕方を知っている。	教師の観察 学習ノート 期末テスト
7 ～ 8	まとめのゲーム ・これまでの取り組みを振り返り自己やチームの伸びを確認する。	③ルールを守り，積極的に仲間と協力して学習を進めようとしている。		②練習やゲームを通して自己やチームの技能を高めている。	④ゲームの運営の仕方やルール，審判の方法を知っている。	教師の観察 学習ノート 期末テスト

③学習の展開

i. 目標

- ・仲間と協力して練習やゲームに取り組むことができる。（関心・意欲・態度）
- ・ボールの落下点を予測して正しい位置でボールをとらえることができる。（技能）

ii. 学習過程

学習内容（○）と学習活動（・）	教師の支援（◎）と評価<評>
<p>○集合，整列，挨拶，出席確認，健康観察</p> <p>○本時の目標の確認</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 10px 0;"> ボールをは・こ・ぶ </div> <p>○準備運動</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ランニング ・ペアストレッチング <p>○コーディネーショントレーニング</p> <ul style="list-style-type: none"> ・バウンドキャッチ ・馬跳び&キャッチ ・背中くぐりキャッチ ・拍手キャッチ ・床タッチキャッチ <p>○2人組のパス練習（アンダーハンドパス）</p> <ul style="list-style-type: none"> ・「構え」を作る。 <ul style="list-style-type: none"> →素早く落下点に動くため。 ・「はこぶ」ように投げる。 <ul style="list-style-type: none"> →両手下手投げで、「運ぶ」感覚を養う。 ・腕の面（板のようにする）を作る。 <ul style="list-style-type: none"> →肘を伸ばすために，合わせた親指を下に向けるようする。 →ボールの当てる場所は，「手首」。 ・1人がボールを投げ，1人がパスを行う。 <ul style="list-style-type: none"> →10回ずつ行う。終わったら交代する。 <p>○ゲームの準備，ルールの確認，ゲーム</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 10px 0;"> <p style="text-align: center;"><本時のルール></p> <ol style="list-style-type: none"> ①スパイク，ブロック禁止 ②チーム全体でワンバウンドまで可 ③試合時間は3分 ④ローテーション無 ⑤サーブは両手下手投げ </div> <p>○振り返り</p> <ul style="list-style-type: none"> ・本時の学習についての反省会を行う。 <p>○挨拶，次時の確認，片づけ</p>	<p>◎安全に準備運動が行われているかを確認する。また，必要に応じて見本を示し正しい仕方を伝える。</p> <p><評>－【関・意・態】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・バレーボールに関心をもち，進んで学習に取り組もうとしている。 <p>◎安全に留意した場所で活動しているか，必要に応じて配置などを指示する。</p> <p>◎アンダーハンドパスの見本を示し，互いに見合うポイントを解説する。また，助言ができるように促す。</p> <p><評>－【技】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ボールの落下点に入ることができる。 <p>◎ルールや対戦相手をわかりやすく掲示する。</p> <p>◎勝敗にこだわらず，ゲームの過程やチーム内での協力，競技の運営など全体を含めた活動をするように指示する。</p> <p>◎メンバーが話し合いに参加しているか，振り返りノートに記入しているかを確認する。</p>

④考察

本単元は、1学年のねらいである「オーバーハンドパスやアンダーハンドパスの基本的な技能を身につけること」を目的として実践した。

仮説1

- ・ボールの落下点を予測するスキルを身につけるため、「コーディネーショントレーニング」を毎時間取り入れた。単元当初は、背中くぐりキャッチはボールの跳ね返る地点が予測できずキャッチできる回数は少なかった。しかし、慣れてくると低い位置で膝を曲げて取れるようになり遠い位置でもボールの予測ができるようになった。ボールの落下点を見極めるためには「コーディネーショントレーニング」は有効であると感じた。
- ・オーバーハンドパス・アンダーハンドパスの練習においては「ボールを運ぶ」という意識をもたせるようにした。その課題を達成するためには、膝の伸展を使うことや腕を板のように伸ばすことなどのコツを見つけることができた。その結果、相手に対してちょうど良い高さに調節するためには、腕のどのあたりにボールを当てれば良いかや指先を伸ばすと取りやすいなどのさらに相手に対応した体の動きを身につけることができたと思われる。
- ・ゲームに生かすためのパスの技能は今回の学習においては十分身につけることができた。しかしながら、ゲームでボールをつなげるためにはパスをした後の動きや相手からのボールを予測する力を身につけることが必要であると感じた。

オーバーハンドパス・アンダーハンドパスを習って、とても膝やボールの落下点を意識してパスができるようになった。ゲームでもしっかり使えることができた。

1年生 男子

仮説3

- ・本単元ではペア学習を取り入れた。しかしながら、技能の未熟な段階では十分な成果を得ることはできなかった。今後、ペアの組み方や練習方法の工夫が必要となる。



(2) 実践例② 第2学年保健 「健康と環境」

①単元の構想

i. 単元のねらい

本単元は全10時間で指導をする。

前半では基礎的な知識の習得をねらいとし、照度計やガス検知管などを使って実験を取り入れながら、自分たちのごく身近にある問題を取り上げ考えさせていく。また、環境の保全や資源の有効利用について、その現状や問題点を具体的に自治体の取り組みを挙げながら考えていきたい。

そして、後半ではこれまで学習した事柄や生徒自身の生活経験をもとにしながら、課題解決学習をおこなう。グループでの活動を重視し、分担しながら調査学習をおこなうことによって活発な意見交換の場となるようにしたい。また、ただ単に調べて終わりではなく、自分自身の生活を意識し「自分たちにできることはどんなことか」を考えさせられる学習になるようにしていきたい。

ii. 指導と評価の計画

時	学習内容	関心・意欲・態度	思考・判断	知識・理解
1	環境の変化に体はどう対応するか	①健康と環境とのかかわりについて資料を見たり、自分の日常生活を振り返りながら課題を発見しようとしている。	①健康と環境について自分の日常生活を振り返り、問題点を見つけている。	①人間の健康は環境と深くかかわって成立しており、身体には環境に対する適応能力があることについて、具体例を挙げたり、言ったり、書き出したりしている。
2	快適な環境の条件			
3	部屋の空気をきれいに 水と私たちの生活	①健康と環境とのかかわりについて資料を見たり、自分の日常生活を振り返りながら課題を発見しようとしている。	①健康と環境について自分の日常生活を振り返り、問題点を見つけている。	②人間の生命の維持や健康に密接なかかわりのある空気・飲料水が、衛生的に管理されていることについて具体例を挙げたり、言ったり、書き出したりしている。
4	し尿・生活排水の処理 ごみの処理	①健康と環境とのかかわりについて資料を見たり、自分の日常生活を振り返りながら課題を発見しようとしている。	①健康と環境について自分の日常生活を振り返り、問題点を見つけている。	③心身の健康を保持増進するため、生活に伴って生じる廃棄物を適切に処理し、環境を衛生的に保つ必要性について、具体例を挙げたり、言ったり、書き出したりしている。
5	環境の汚染と保全(1)(2)			
6 7 8	課題別グループによる課題追求学習	②健康や環境とのかかわりについて教師や仲間と共に活動したり、教科書などの資料を読んだりして課題の解決に取り組み、調べようとしている。	②健康と環境について、教師や仲間と共に、自分の経験や地域の様子、教科書などの資料をもとに、予想したり整理したりしている。	④グループ別課題追求学習について、進め方や方法を理解している。
9 10	発表会とまとめ	③健康と環境とのかかわりについて集めた資料を活用したり、仲間の意見を聞いたりしながら、自分の考えや意見をまとめ、発表しようとしている。	③健康と環境について、学習したことを日常生活に当てはめている。	⑤他のグループの発表の内容について理解している。

iii. 学習の展開 「快適な環境の条件」(2 / 10 時間)

ア 目標

- ①仲間との意見交換を通して、意欲的に学習に取り組むことができる。
- ②自分の知識や経験を元に、課題解決に向けて考えることができる。
- ③快適な生活を送るための工夫や注意点を理解することができる。

イ 学習過程

学 習 活 動	教師の支援 (○) と留意点 (・)
<p>ブレインストーミングをする</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 5px 0;"> <p>暑さ、寒さを調節するためにすることは?</p> </div> <ul style="list-style-type: none"> ・ 班ごとに行う ・ 出た意見を大型モニターで発表する <p>現在の教室の環境について考える</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 5px 0;"> <p>今の教室の環境は「快適」ですか?</p> </div> <ul style="list-style-type: none"> ・ 気温や湿度がどれくらいかを考える ・ 現在の教室環境の不快指数をもとめる ・ 暑さ、寒さの感じ方の三つの条件や至適温度について知る <p>学校の各教室の明るさを考える</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 5px 0;"> <p>いろいろな場所の明るさを予想しよう!</p> </div> <ul style="list-style-type: none"> ・ グループの代表が実際に計測に行き、他の生徒は話し合っって予想を立てる ・ 予想と結果から、気づきや感想を書く <div style="border: 2px dashed black; padding: 5px; margin: 5px 0;"> <p>暑さや寒さ、明るさを調節するときに、注意することや工夫することは?</p> </div> <ul style="list-style-type: none"> ・ 既習事項を振り返りながら、ワークシートに自分の考えを書く ・ グループ内で注意すべき点を発表する ・ 教師の説明を聞く ・ 友達の考えに触れ、自分で実践できることを考えワークシートに書く <p>まとめ</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 次の学習内容を聞く 	<ul style="list-style-type: none"> ・ ブレインストーミングのルールを確認し、他の人の意見を大切にしよう指示する。 ○ 活発な意見交換の場となるようにするため、意見の出やすい雰囲気作りをする。 ・ 大型モニターを使って各班から出された意見をみんなで共有できるようにする。 ・ 不快指数の体感用語を用いて、どれに当てはまるかを考えさせる。 ・ 快適かどうかを客観的に判断する目安として、気温や湿度の計測があることに触れる。 ・ 現在の気温と湿度から不快指数をもとめ、大型モニターでわかりやすく示す。 ・ 至適温度には個人差があることを押さえる。 ・ 明るさを計測するものとして照度計があることや単位、照度基準が決められていることを説明する。 ○ 予想を立てやすくするため、あらかじめ計測しておいた他の場所の計測結果を知らせる。 ・ 同じ場所でも廊下側、中央、窓側では照度が違うことに気づかせる。 ・ 自分の予想と実際の結果を知り、気づきや発見、感想を書かせる。 ○ 注意点や工夫する点を考えさせるため、自分の普段の生活や既習事項を振り返らせたり、友達の考えに触れさせたりする。 ・ 寒暑の調節時の注意点を理解させるため、自分の考えをワークシートにまとめさせ、実践できそうなことを考えさせる。 ・ 至適温度の範囲内での寒暑の調節は、基本的に着衣で調節し、過度な冷暖房は避けることに触れる。 ・ 次の学習の見通しを持たせる。

②考察

本単元は、照度計を用いた照度測定や、ガス採取器を用いた気体の濃度測定などの実験を取り入れながら、自分たちの身の回りの環境に目を向けさせ、自分たちにどんなことができるのかを考えさせながら実践してきた。

そして単元の後半部分では、グループごとに課題を与え、調査学習と発表会を行った。ここでは、ただ単に書籍やインターネットで調査学習をするのではなく、「自分にできるeco」「我が家のエコな生活」「今すぐできる私のエコ〇か条」など、必ず自分の生活に触れることを条件にまとめさせた。

まとめたものは発表会で各班から紹介し、クラス全員で知識の共有化を図った。

この単元を学習して、改めて私たちの周りを取りまく環境について目を向けることができました。まず個人個人でできることをやる。これが一番大切だと思いました。

それと、調べ学習をしながら気づいたことがあります。それは、私たちの健康にいいことをすることが、環境を守ることにもつながっているんだということ。そんな『一石二鳥』な生活をしていきたいと思います。

第2学年女子 M. H

この感想は、発表会の後の単元の振り返りの中で書かれたものから抜粋したものである。この生徒M. Hは、まとめの中で『保健の授業を通して今すぐできる私の5つの約束』と題し、生活の中で自分にできることを実践していこうという決意を述べている。また、自分の健康と環境とのかかわりをしっかり理解しており、健康の保持増進を目指すことが即ち環境保全につながっているということを、学習の中で発見している。

このことから、次のようなことがいえる。

仮説1

- ・単元を通して常に、自分の身の回りに注目させ、自らの生活に触れながら「自分にできることは何だろう？」ということを考えさせたことで、自分のとるべき行動選択ができるようになった。
- ・生徒が自ら決めたことを実践しようとすることで、課題意識がより明確になった。

仮説3

- ・グループ学習を多く取り入れることで、生徒同士の意見交換の場を設けることができた。
- ・自分の生活経験から予想を立てたり、自分と他の人の考えを比べたりすることができ、活発に意見交換をする姿が見られた。
- ・今より更に深く考えさせるためには、インパクトのある動機付けやわかりやすい課題設定、グループ編成の検討が必要である。

この実践を生かし、今後も学習効果の向上を目指した保健学習のあり方を探っていきたい。



発表会の様子

○自分の体は自分で守ろう!!

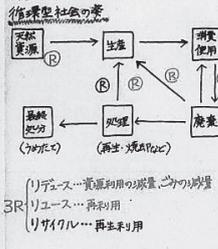
暑いとき
*水分をよく摂る。
*風通しのよいところに行く。
*日差しを避ける。

寒いとき
*防寒対策をする。
*あたたかい飲み物を飲む。
*あたたかい食べ物を食べる。

また...
*閉めきり部屋などに長時間いない
*換気して部屋の空気をきれいに!!
①一酸化炭素中毒の原因に①
*暗いところで学習や作業をしない
*カーテンや照明など明るいところを調節する
②視力低下の原因に①

ものに頼らず自分の力で環境の変化に対応する。快適な環境を自分でつくる。

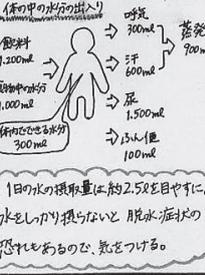
○ゴミの処理



私達にできること
*必要最低限の物しか買わない・使わない
*ごみとゴミを分別して出す
*ペットボトルやビンカンを指定の場所に出す
*詰め替え用の製品を買う
*お下がりや洋服を着る etc...

わたしたちは、環境に負荷をあたえていることを自覚し、地球にやさしいライフスタイル(循環型社会)を実践することが必要である。

○水とわたしたちの関わり



その水が今...
日本では、都市人の急激な人口集中や、山が減少するなどの理由で、下水道の普及がなかなか進んでいない。その地域では、生活排水の大部分を未処理のまま、川や海などに流している。人口が集中している地域では、洗剤やゴミ、油などによる水質汚濁が問題になっている。
だから、川や海の水が汚れると、既に飲料水への影響が心配されている!!

水の汚染を防ぐために...
*空気を海や川にばい菌させない
*空気をきれいにする
*お風呂に付いた油(シャンプー、シャンプー)は、排水口できれいにふきとって、流す
*コップに入れたリウースやお茶を、最後までちゃんと飲む(残さず) etc...

○保健の授業を通して、今すぐできる私の5つの約束

- *ものに頼らず、自分の力で体温調節をする
*自分の行ける範囲は、自転車、歩行者で
*節水を心がけ、水を大切に使う
*ゴミを分別して捨てる
*長くものが使えるように、大切に使う
以上、5つのごとくに気を付け、
実生活に生かします!!

体の適応能力

周りの環境が変化すると、体は諸器官を働かせて、その変化に対応しようとする。これを適応力という。
(例) 冬、寒いとき → 体をふるわせて、熱を生みだそうとする。
夏、暑いとき → 汗をかいて、体の熱を冷やそうとする。
体の適応能力には限界がある。

空気の上ごれ

呼吸や物が燃えることにより発生する二酸化炭素の濃度は、室内の空気の上ごれを知るための指標となる。物が不完全燃焼したときに発生する一酸化炭素は、とても毒性が強いので、許容濃度が決められている。健康を害さないためにも、こまめな換気が必要。

水の利用

人の体重の60~70%は水であり、生きていくうえで重要な役割を果たしている。水は飲料水、生活用水、公共用水、産業用水として使われ、なくてはならない大切なものである。飲料水は、浄水場で浄化されたあと、水質基準を満たしていることが確認されたうえで供給されている。

快適な環境の条件

暑さ・寒さの感じ方には、気温・湿度・気流が関係している。活動するのにも、最適な温度を至適温度という。
夏 → 25~28℃
冬 → 18~20℃
この範囲をこえれば、作業の効率やスポーツの記録が低下したり、体調をくずしたりしてしまう。
冷暖房に頼りすぎると、じんじん適応能力が弱まってしまう。頼りすぎないことが大切。

尿・生活排水 こまの処理

各家庭から出る尿・生活排水は、下水処理場や浄化槽、尿処理施設で処理されるが、なかなかこの減量も難しく、合併処理浄化槽の整備が望まれている。
毎日大量のこまが出され、焼却・資源化、うめた環境の方法で処理されているが、限界に近づいている。環境問題を解決するためにも、こまの減量やリサイクルをしていく必要がある。

環境汚染と健康

環境汚染と健康のために
経済が発展していったことで、大量の汚染物質が排出され、公害がおきた。多くの人が被害を出した公害は、様々な対策により、改善されたが、まだ改善されていない部分も残っており、こま、生活排水、化学物質、地球温暖化などの問題と一緒に、生活や健康に悪影響をもたらさないように配慮されている。

環境と健康

水環境

暑い時・寒い時、それぞれ私たちの体は、環境に対応して体の諸器官も働かせている!!
これによって、適応能力という。
しかし、限界がある!!
暑い日には、熱中症になり、
冬の山や海で遭難して、凍死・溺死してしまったり、有害な化学物質・放射線にも、文句でまじない!!

空気

一酸化炭素の濃度、CO2をこえれば、空気はよくなっている!!
また、PM2.5などの微粒子も、呼吸器を刺激し、健康を害する!!
PM2.5を減らすには、一酸化炭素を減らす!!

ゴミ

大量のゴミは、環境汚染の原因!!
ゴミを減らすには、3R(削減・再利用・リサイクル)を実践する!!

水質汚濁

生活排水、工業排水、農業排水は、水質汚濁の原因!!
浄化槽、下水処理場などで処理されるが、限界に近づいている!!

健康と環境

健康と環境

健康と環境
暑い時・寒い時、それぞれ私たちの体は、環境に対応して体の諸器官も働かせている!!
これによって、適応能力という。
しかし、限界がある!!
暑い日には、熱中症になり、
冬の山や海で遭難して、凍死・溺死してしまったり、有害な化学物質・放射線にも、文句でまじない!!

5 研究のまとめと課題

・仮説1

生徒の振り返りやレポートからも読みとれるように、学習活動の初めの段階で基本的な知識や技能のコツなどをしっかりと身につけさせることで、生徒たちは自分自身や友達の課題などを発見し、解決方法を考えたり、実践したりしようとする姿が見られるようになった。さらに、次の学習への意欲が沸き、今までの学びを生かそうとする気持ちも感じられるようになった。実践事例からも分かるように、課題を意識した学習活動を取り入れることは、生徒の課題を発見する力や解決する力を身につけさせるために有効な手だての一つであることが明らかになったように思われる。

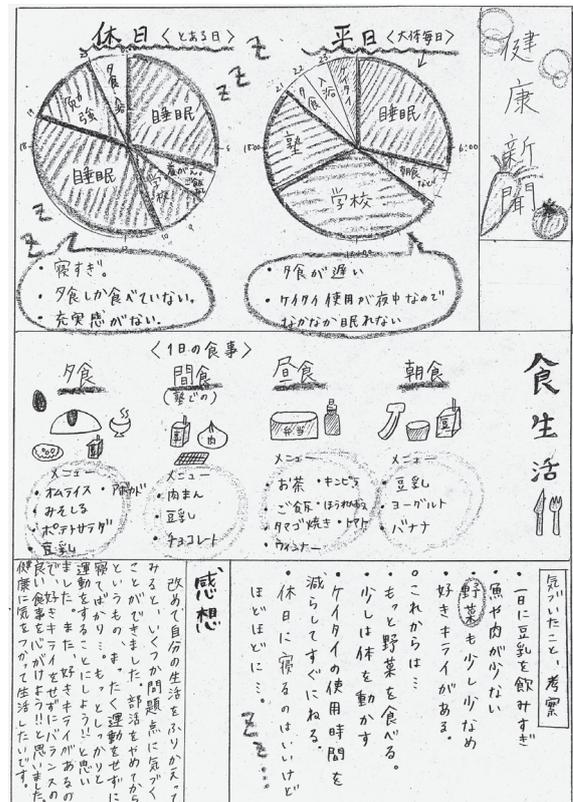
高跳びは私の苦手な分野でもあるので上達させるために選びました。でも、やっぱり難しく初めはコツもあまり分からなかったし、バーに対する怖さもあったのでなかなか高く、上手に跳ぶことができませんでした。ですが、コツ（大きくカーブしながらの助走、足の振り上げを大きくする、バーの近くで踏み切るなど）を教えてもらい、実践することで高さのあるバーも跳べるようになったし、自分としてはとても跳びやすくなりました。少し難しい跳び方にもドンドン挑戦して、上達できるようになればよかったです。…（略）…また高校などでやるときは、今回学んだことを思い出して、もっと記録を伸ばしていけるよう頑張りたいです。
(3年女子：走り高跳び)

・仮説2・3・4

器械運動での学習カルテの活用は、自分の状態を知り、技能面での定着度を客観的に知るために有効であった。また、指導者や友達の姿を見ることは視覚的な刺激となり課題を達成するために効果的であった。さらに、グループ学習では友達との関わり方が大きなポイントである。生徒の振り返りから読み取れるように、思考力や技能面でのスキルアップの手段としてのグループ学習の効果はかなり大きいと感じられる。しかしながら、人と関わることを苦手とする生徒が少なくないことも事実である。今後は保健体育の授業を通して、生徒たちの社会性の発達にも大きく貢献していきたいと思う。

…（略）…とび前転は自分で見てみないとどのくらいの高さが出ているかとか、どのくらいの回転の速度なのかが分からないけれど、友達に少し高さが低いと言われたので、ゴムなどを跳び越えて前転をする練習をしました。その成果もあって中間発表会では、一つ一つの技が丁寧にできました。でも、リズムがよくなかったので、技と技が切れないように技の順番を変えて最後の発表会に向けて練習しました。…（略）…学習カルテを使ったスキルチェックでは、今までしていなかったいろいろな技に挑戦できました。知らなかった技なども先生や友達の見本を見せてもらってやってみることができたのでよかったです。今回のマットの単元は、今までより積極的に練習することができて、友達ともアドバイスをし合って、練習場所も工夫できたのでとても楽しくできたし、上達したと思うのでよかったです。

(3年女子：マット運動)



3年保健レポート「私の健康新聞」