

運動の楽しさや喜びを味わえる授業づくり

—児童の「できた」「分かった」に働き掛けるPDCAサイクルの構築を通して—

石巻市立住吉小学校 武山 祐太

1 授業づくりに関わる課題

対象となる第4学年の児童は、コロナ禍に入学して、昨年度までの3年間、様々な制限がある中で学習活動を行ってきた。体育科の学習も例外ではなく、接近や接触のある運動や、話し合う活動を経験できていない。「令和3年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査」を見ても、運動機会の減少などの影響を受け、体力合計点が全国平均を下回った。

体育科の授業では、運動を嫌いにならないように、遊びやゲーム的要素がある運動を主に展開し、運動の特性を理解して技能を習得する授業を十分に展開することができていなかった。また、制限がある中でも運動量を確保するために、教師主導ではあるが、教えたいことを優先してしまい、児童が主体的にめあてを立てて学習に取り組む授業が展開できていなかった。

以上のことから、体育科の授業を通して、体力や技能の向上を図りつつ、体力や技能の程度、性別などに関わらず、児童同士と一緒に運動を楽しめる授業づくりをしていく必要があると考えた。

2 研究の目的と方法

(1) 研究の目的

本研究の目的は、児童の「できた」「分かった」に働き掛けるPDCAサイクルの構築を通して、運動の楽しさや喜びを味わえる授業の在り方を明らかにすることである。研究主題に迫るために、以下のようなPDCAサイクルを講じて指導していく(図1)。

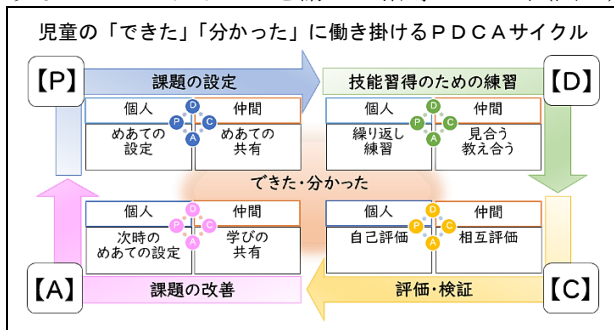


図1 PDCAサイクルのイメージ図

① 【P】課題の設定

自己のめあてや課題を意識できるよう、感覚づくりの運動に既習の運動と本時の学習に関連した動きを取り入れる。

学習カードや蓄積してあるデータを活用し、仲間

と追究すべき事柄を明確に持つことができるようにする。

② 【D】技能習得のための練習

自己の課題を解決するために、練習の場や内容を選択しながら繰り返し練習できるようにする。

仲間と互いに見合ったり、教え合ったりさせることで、個人のめあてが達成できるようにする。

③ 【C】評価・検証

学習カードで達成度やポイントを確認しながら自己評価できるようにする。

仲間と良かったところや改善点を相互評価しながら、自己の課題を検証する時間を設定する。

④ 【A】課題の改善

蓄積されたデータから、新たな課題を見だし、次時のめあてを設定できるようにする。

教師から個別に声掛けしたり、グループや全体で良い動きを取り上げたりすることで、学びを共有できるようにする。

(2) 検証方法

本研究の有効性について、以下の方法で検証する。

① 【P】課題の設定

自己の課題に気づき、学習の見通しを持たせたかどうか、感覚づくりの運動や学習カードから見取る。

② 【D】技能習得のための練習

課題解決に向けた児童の主体的な取組に、場の設定や互いに見合う活動が有効だったかどうか、練習の様子や記録動画、意識調査から見取る。

③ 【C】評価・検証

自己評価や相互評価が新たな気づきを与えたかどうか、話し合いの様子や学習カードから見取る。

④ 【A】課題の改善

蓄積したデータの活用により、次時のめあてを持つことができたか、学習カードから見取る。

3 授業実践Ⅰについて

(1) 授業実践Ⅰの内容

ゲーム「ゴール型ゲーム(フラッグフットボール)」の単元で授業実践を行った。フラッグフットボールは、攻守の区別がはっきりと分かれていて、一人一人の役割も明確なため、運動が苦手な児童にも活躍の場があり、全員で競い合う楽しさや喜びに触れることができる運動である。本時のめあては、「パスを使って相手をかかわすための作戦を立てることができる」である。

(2) 授業実践Ⅰの手立て

【P】 課題の設定	ゲームに必要な動きを意識できるよう、パスの動きを取り入れる。作戦シートの中から、個人のめあてに合った作戦を選ぶ。
【D】 技能習得のための練習	ゲームに必要な動きが身に付くよう、動きや役割を作戦ボードに視覚化し、声を掛け合いながら実践を繰り返す。
【C】 評価・検証	作戦タイムの時間を設定し、良かった動きや課題を作戦ボードに記録する。
【A】 課題の改善	「できるようになったこと」「もう少しでできそうなこと」を学習シート(Jamboard)に整理し、次時の課題設定につなげる。

(3) 授業実践 I の成果と課題 (成果:○ 課題:●)

① 【P】課題の設定

- 前時のゲームで課題となった「キャッチ」を意識した運動を取り入れることで、本時のめあてを意識して個人のめあてを設定することができた。
- Google スライドに蓄積した作戦を活用することで、自分なりの作戦を立てることができた。

② 【D】技能習得のための練習

- 作戦ボードで、駒を動かしながら自分の動きを確認することで、パスのもらい方や自分の役割を意識して練習に取り組むことができた。

- 試しのゲームを通して、チームの課題を解決することはできたが、個人の課題が解決されずにゲームが進んでしまった。個人のめあてを達成できるよう、友達と体の使い方や、より良い動きを見合う場面が必要だった。

③ 【C】評価・検証

- 撮影した動画の活用により、ゲーム中には気付
けなかったチームの課題に気付くことができた。

- 蓄積したデータの中から、個人の課題に気付くことができず、課題解決にうまく生かせなかった。達成度を確認できる資料を提示し、個人の課題を検証できるようにする必要があった。

④ 【A】課題の改善

- Google Jamboard を使うことで、蓄積されたデータを効果的に活用することができた。振り返りで出た課題から、次時のめあてが立てられるようになり、学びが連続する様子が見られた。

- 友達からその場でアドバイスや称賛のコメントがあるため、全員が「できた」を実感することにつながった（図2）。

バスを使って相手をかわす作戦を考えよう！

できるようになったこと		今日のめあて		もう少しでできそうなこと
できるようになったこと 壁に当たってバスの向きがかわることを利用して、相手のバスをかわすことができる。 相手のバスをかわすことができる キャッチがうまくなった フェイントを上手く使えた バスをかわすときに、相手のバスをかわすことができる。 相手のバスをかわすことができる たまの上手が上手になった 手渡しバスをたくさん使えた！ バスをかわすときに、相手のバスをかわすことができる。 たまの上手 たまの上手 ロングバスの作戦をたくさん使ったこと。 バスをかわすときに、相手のバスをかわすことができる。 バスが上手になった バスが上手になった バスを使ってゲームができた バスをかわすときに、相手のバスをかわすことができる。 バスが上手になった バスが上手になった バスを使ってゲームができた	←	今日のめあて ショートパスで相手のバスをかわすことができる。 ショートパスで相手のバスをかわすことができる 手渡しバスをたくさん使ってゲームをする ロングバスをかわせる。 バスをかわすときに、相手のバスをかわすことができる。 ショートパスで相手のバスをかわすことができる 手渡しバスをたくさん使ってゲームをする ロングバスをかわせる。 バスをかわすときに、相手のバスをかわすことができる。 ショートパスで相手のバスをかわすことができる 手渡しバスをたくさん使ってゲームをする ロングバスをかわせる。	←	もう少しでできそうなこと 壁に当たってバスの向きがかわることを利用して、相手のバスをかわすことができる。 壁が当たっている間に突破する 手渡しバスの確率を増やしたい キャッチする。 バスをかわすときに、相手のバスをかわすことができる。 壁が当たっている間に突破する 手渡しバスの確率を増やしたい キャッチする。 バスをかわすときに、相手のバスをかわすことができる。 壁が当たっている間に突破する 手渡しバスの確率を増やしたい キャッチする。 バスをかわすときに、相手のバスをかわすことができる。 壁が当たっている間に突破する 手渡しバスの確率を増やしたい キャッチする。

図2 学習シート（Jamboardに記録したデータ）

- タブレット端末の入力作業に集中することで、チームで互いの良い動きやうまくいった作戦を言葉でやり取りする時間が少なくなり、思考の深まりが見られなかった。話し合いによるやり取りの時間を増やして思考を深めることが必要だった。

4 授業実践Ⅱについて

(1) 授業実践Ⅱの内容

走・跳の運動「高跳び」の単元で授業実践を行った。高跳びは、短い助走から強く踏み切って高く跳ぶ楽しさや喜びに触れることができる運動である。本時のめあては、「自分に合った練習の場を選んで練習し、記録を伸ばそう」である。

(2) 授業実践Ⅱの手立て

【P】 課題の設定	自己の能力に応じた目標記録を設定するためにノモグラムを活用する。 いろいろな動きを試したり、前時に撮影した動画を共有したりしながら、自己のめあてや課題を意識できるようにする。
【D】 技能習得のための練習	自己の課題に合った練習ができるよう、練習の場を児童が自ら選択できるようにする。 動画を活用し、互いにアドバイスし合って課題を解決できるようにする。
【C】 評価・検証	学習カードに課題の達成度を記録させ、意見交流を通して課題を検証できるようにする。
【A】 課題の改善	学習カードや撮影した動画から新たな課題を見だし、次時のめあてと練習の場を設定できるようにする。

(3) 授業実践Ⅱの成果と課題 (成果:○ 課題:●)

① 【P】課題の設定

- ノモグラムを活用することで、記録を目指して課題解決に意欲的に取り組むことができた。
- 感覚づくりの運動で、日常生活では使わない動きを取り入れることにより、正しい動きをイメージすることができた。
- 撮影した動画を活用することで、三つのポイントを確認することができた(図3)。



図3 前時の撮影動画

- 苦手な動きがある児童に対して、導入だけでは十分に支援できない場面があった。

② 【D】技能習得のための練習

- 練習の場を自ら選択させることにより、課題がより明確になり、主体的に練習に取り組むことができた。

- 練習の場ごとに課題が共有されているため、互いに声を掛け合いながら学び合う様子が見られた。

- 動画を活用しながら課題を解決させたが、繰り返し跳びたい児童の活動を途切れさせてしまうことがあった。

③ 【C】評価・検証

- 学習カードに、達成度を記録させることで、自己の課題を再認識させることができた。
- 互いの動きの良いところや課題を交流させることで、自己のめあてや課題を見直すことができた。

④ 【A】課題の改善

- 全体での共有の時間を多く取ることで、できた喜びや本時の学びを仲間と実感することができた。
- 学習カードで、教師からの具体的なアドバイスや達成度を確認することで、正しい自己理解につなげることができた（図4）。

高跳び学習カード			
めあて なるべく高くとぶようにい 目標記録 89 cm			
助走	ふみ切り	着地	
10/21 3歩で助走する。	10/24 かかとから足をのび、強くふみ切る。	10/20 とび箱の上から着地する。	
10/25 「1・2・3」のリズムで助走する。	10/26 うでを振り上げる。	10/20 足裏から着地する。	
11/8 5歩で助走する。	10/21 つま先を上にして足を振り上げる。	10/30 振り上げ足から着地する。	
11/8 「イチ・ニ、イチ・ニッ・サン」のリズムで助走する。	10/24 こしより高く、ふみ切り足を上げる。	10/30 「ト、トン」と着地する。	
11/8 「イチ・ニ、イチ・ニッ・サン」の最後の3歩をすばやくする。	10/31 ぬき足をわねに引き付ける。	10/30 ひざを曲げて着地する。	
☆「気を付けたこと」や「友達からのアドバイス」を記録しよう!			
学習日	今日のめあて	できるようになったこと	もう少しできそうなこと
26日(木)	弓矢くふみする。	うでをふり上げる。	ぬき足をわねに引き付けた。
30日(月)	ひざを曲げて着地をする。	着地全部クリア。	1・2・3のリズムで助走する。
31日(火)	「1・2・3」のリズムで助走する。	3歩で助走する。	5歩で助走したい。
8日(水)	最後の3歩をすばやくする。	リズムよく助走できたい。	最後の3歩をすばやくしたい。
			記録
			65 cm
			40 cm
			90 cm
			100 cm

図4 学習カード

- 学習カードに授業中の気づきを記録できず、授業全体の感想になってしまうことがあった。全体で共有した内容なども、自分事として効果的に記録に残すことができない児童がいた。

5 研究の検証と考察

研究主題の「運動の楽しさや喜びを味わえる授業づくり」について、授業実践Ⅰ及び授業実践Ⅱを通して、児童の「できた」「分かった」に働き掛けるPDCAサイクルの有効性を検証した。

(1) 児童の活動の様子や学習カードの記述から

① 【P】課題の設定

既習の運動と本時の学習に関連した動きを取り入れることで、自己のめあてや課題を意識することができた。授業実践Ⅱでは、「足の振り上げ方」を意識

できるよう、ボールを蹴る動きを取り入れたことで、「爪先を上にして足を振り上げる」という動きを正しく理解し、課題解決に生かすことができた(図5)。



図5 感覚つくりの運動（高跳び「足の振り上げ方」）

② 【D】技能習得のための練習

授業実践Ⅱでは、自己の課題を解決するために、練習の場や内容を選択しながら繰り返し練習できるようにしたことで、自ら進んで運動に取り組む姿が見られた。「どうすれば目標記録を達成することができるのか」という問いを持ち、動画を活用しながら仲間と互いに見合ったり、教え合ったりすることで、正しい動きを身に付けることができた。ノモグラムで設定した目標記録においては、8割の児童が目標を達成することができた(表1)。

表1 ノモグラムの達成率（授業実践Ⅱ）

評価	1	2	3	4	5
目標差	-21 cm以下	-6~-20	4~-5	19~5	20 cm以上
人数	0	3	10	2	0

③ 【C】評価・検証

授業実践Ⅱでは、具体的な達成目標を設定したことにより、自己評価しながら課題を修正する姿が見られた。また、実際に動きながら互いに課題を見合ったり、ポイントを確認したりすることもできた。

授業実践Ⅰ・Ⅱ共に、話合いの時間を5分程度設定したが、話合いが終わらないことが多かった。動画を見たり、新たな課題を試したりすることを設定時間内で行うための工夫が必要だった。

④ 【A】課題の改善

「できるようになったこと」を互いにやり取りしながら振り返ることで、本時の学びを実感することができた。「もう少しできそうなこと」が書けない児童は、Jamboardで情報を共有したり、具体的な達成目標を活用したりすることで、自分の課題に気づき、次時のめあてを立てることができた。

(2) 意識調査の結果から

授業実践Ⅱの意識調査（7月、11月）を比較すると、「陸上運動が好きか」という質問に対して、「好き」と回答した割合が高くなった。高跳びに関しては、事前調査では、「引っ掛かるのが怖い」「つまづいて転びそう」などの消極的な意見が多かったが、事後調査では、9割以上の児童が高跳びを「好き」と回答し、理由欄には、「高く跳べて楽しかった」「どんどん記録が伸びるから」という意見が見られた。

体育に関する意識調査（4月、11月）を比較する

と、全体的に肯定的な回答が多くなった。「体育の授業は楽しいですか」という質問に対して、4月、11月共に全員が「楽しい」「やや楽しい」と回答した。数値の変化はなかったが、「楽しい」「やや楽しい」と回答した理由欄には、4月は、「体を動かすことが好きだから」と回答した児童の割合（62.5%）が最も多かったが、11月は、「できなかったことができるようになるから」と回答した児童の割合（75.0%）が最も多くなった。4月は、「できなかったことができるようになるから」と回答した児童の割合（43.8%）が低かったため、児童の意識が、体を動かす楽しさに加え、できた時の喜びや楽しさへと変化したと考えられる（図6）。

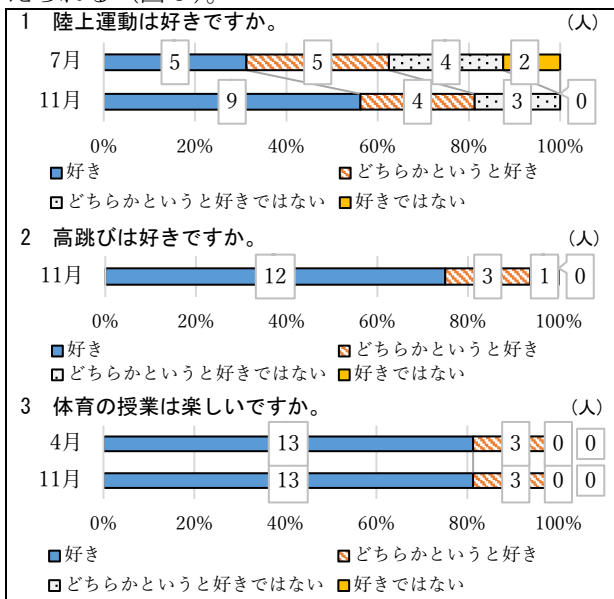


図6 意識調査の結果1

これまでの体育の授業で「できなかったことができるようになった」きっかけについての質問に対して、「自分に合った練習の場やルールが複数用意されていた」「授業中に自分の動きを動画で見た」と回答した割合が大幅に増加した。児童のめあてに合った練習の場を設定したり、動画で自分や友達の動きを見合ったりしたことが、課題解決につながったことが分かった。

「友達に教えてもらった」と回答した割合はやや減少したが、授業で学び合いの様子は多くの場面で見られたため、友達のアドバイスが成功体験にうまく結び付いていなかったと考えられる（図7）。

4 これまでの体育の授業で「できなかったことができるようになった」きっかけや理由はどのようなものがありましたか。当てはまるものをすべて選んでください。 (%)

項目	4月	11月
1 授業中に先生に個別にこつやポイントを教えてもらった。	62.5	62.5
2 授業中に自分で工夫した。	31.3	50.0
3 自分に合った練習の場やルールが複数用意されていた。	0.0	50.0
4 先生や友達のまねをしてみた。	43.8	62.5
5 友達に教えてもらった。	31.3	25.0
6 授業中に自分の動きを動画で見た。	31.3	62.5

図7 意識調査の結果2

6 まとめ

(1) 研究の成果

授業実践では、正しい技能を身に付けて、記録を伸ばしたりうまく試技できたりする経験を通して、楽しさや喜びを味わう児童が増えたことが、意識調査や授業の様子から見取ることができた。また、教材教具の工夫や動画の活用により、児童同士が学び合える学習を進めることができた。

授業実践Ⅰ・Ⅱの授業後に毎時間行なった児童の振り返りでは、「授業中に『できた』『分かった』」と思ったことがあったか」という質問に対して、毎時間9割以上の児童が「はい」と回答した。これは、PDCAサイクルの構築を通して、児童が自分なりのめあてを立てて、課題を解決することができたことが要因として考えられる。

授業づくりにおいては、1単位時間で活動が途切れずに、単元を通して学びを深めることができた。また、PDCAサイクルを回すことで、教師主導の授業から、児童が主体となって運動を楽しむ授業づくりを進めることができた。

(2) 今後に向けて

① 身体能力や基礎感覚を高める時間の設定

感覚づくりの運動に、学習に関連する動きを取り入れたことで、動きを意識させることはできたが、イメージどおりに体を動かさない児童が多く見られた。準備運動にストレッチを取り入れたり、ペアで互いの動きを見合ったりする活動を取り入れることで、身体能力や基礎感覚を高めていく。

② 自分に合ったPDCAサイクルの構築

PDCAサイクルは、運動の楽しさや喜びを味わう手立てとして有効だったが、学習カードの記入や動画のチェックなど、全体が同じタイミングでPDCAサイクルを回したため、活動が途切れてしまい、満足感が得られないことが課題に残った。自分たちで活動時間や記録方法を選択できるようにし、自分に合ったPDCAサイクルを回すことで、一人一人がより満足感を味わえるようにする。

【引用・参考文献】

- 「小学校体育（運動領域）指導の手引～楽しく身に付く体育の授業～」(スポーツ庁)
(https://www.mext.go.jp/sports/b_menu/sports/mcatetop04/list/jsa_00003.htm)を加工して学習カードを作成

【図表等の許諾について】

表1は、授業実践Ⅱでの児童の記録の一部である。図2～7は、授業実践の中での児童の様子と振り返りの一部、授業実践前後の意識調査の一部である。児童が特定できないようにすることとし、保護者及び所属校の校長から使用許諾を得た。