

9	尾北	大口市立大口市北小学校	イトウ ツカサ 氏名 伊藤 つかさ
分科会番号	1 1 . 1	分科会名	保健体育（体育）

研究題目

体育科授業における主体的に課題解決に向かう児童の育成
ー 3 年生マット運動 仲間と関わり合いながら学ぶ「お手伝い」を通してー

研究要項

1 主題設定の理由

体育科の授業は、教室とは異なり、運動場や体育館などの開放的な空間で行われるため、児童の気持ちが高揚し、指示が通りにくくなったり、勝手な行動をとったりする児童もいる。私自身、運動する時間を確保しながら、どのように指示を出し、どのように児童を活動させればよいのか、常に試行錯誤を重ねてきた。

また、多くの児童が体育科の授業を楽しみにしている一方で、体育科の授業を通して技能が高まっているという実感をもつことは少なく、「もともとの能力で運動して、できるかどうかを評価しているだけなのではないか」「どの児童も運動の楽しさを味わえているのだろうか」という疑問を抱くこともあった。また、技能差が大きく、苦手な児童ほど挑戦意欲を失い、「できないまま終わってしまう」姿も見られた。本来、学校は仲間と共に学ぶ場であるにもかかわらず、そのよさを十分に生かし切れていないことに課題を感じた。

私は、体育科における「主体的に課題解決に向かう児童」とは、自分や仲間の課題に気づき、仲間と関わり合いながら運動に挑戦し、できた喜びを共有しながら次の課題へ向かう児童であると考えた。そのためには、技能差にかかわらず、全ての児童が安心して挑戦できる学習環境を整えることが重要であると考えた。

そこで本研究では、児童同士が「目・口（声）・手のお手伝い」を通して互いに支え合いながら学ぶことに着目し、「お手伝い」を通して、「できそう」「できた」という経験を積み重ねることで、主体的に課題解決に向かう姿を育てたいと考えた。

4 月当初に実施したアンケートでは、体育科に苦手意識や不安をもつ児童も見られた。こうした実態を踏まえ、どの児童も仲間と関わり合いながら安心して挑戦し、主体的に学ぶことのできる体育科授業を目指して、本研究に取り組んだ。

2 研究の仮説

仲間と関わる「お手伝い」を学習に位置付け、役割を明確にして運動に取り組ませることで、児童は安心して運動に挑戦し、自分や仲間の課題を意識しながら主体的に課題解決に向かうだろう。

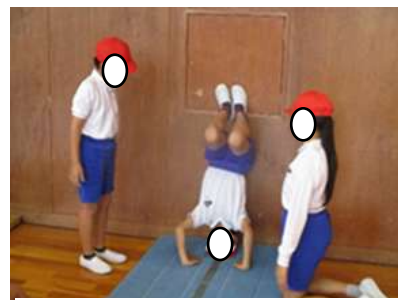
3 研究の手だて

- （１）児童同士の関わりを「目・口（声）・手」の三つの「お手伝い」として整理し、役割や方法を明確にして指導する。
- （２）体育班を基盤とした授業マネジメントにより、児童同士が「お手伝い」しやすい学習環境を整える。
- （３）運動のポイントを観察の視点として明確に示すとともに、口伴奏を取り入れ、児童同士が助言し合えるようにする。

4 研究の実際と考察

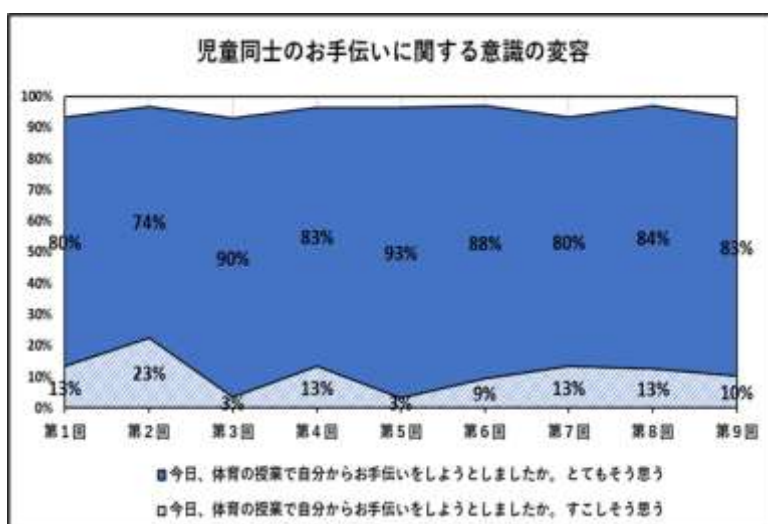
- （１）「目・口（声）・手」の３つの「お手伝い」の位置付けと効果
4 月からの折り返し運動では、友達の動きを見たり回数を数えたりしながら、仲間の運動に関わる経

験を蓄積してきた。鉄棒運動でも補助や声をかけ合う場を設定し、「見る・数える・応援する・支える」という関わりを日常的な学び方として定着させてきた。本単元「マット運動」では、この基盤を基に児童同士の関わりを「目・口（声）・手」の3つの「お手伝い」として再整理し、具体的に指導した。具体的には、友達の運動を見て回数や時間を数える「目のお手伝い」、運動のリズムや動きを言葉で助言したり回数や秒数を数えたり応援したりする「口（声）のお手伝い」、そして直接友達の体に触れて運動を助ける「手のお手伝い」の3つである。



写真① 両側に立って「お手伝い」する児童

授業序盤で「お手伝い」の方法と運動の手順・ポイントを明確に示し、体育班内での役割を固定・明確化した。例えば、1列目が運動する際、2列目は手や頭の位置を観察する「目の「お手伝い」、3・4列目は運動する人の両側に立って運動を助ける「手のお手伝い」を行い、2～4列目全員で「口（声）のお手伝い」を担当するように役割を明確にした（写真①）。「手のお手伝い」においては安全面を最優先とし、運動する人の両側に立って足を上げたあとにバランスがとれない児童の足を抑えて壁に足裏をつけることや、足をふり上げる際には顔が蹴られないよう前のめりになってのぞきこまないことを事前に徹底して伝えた。

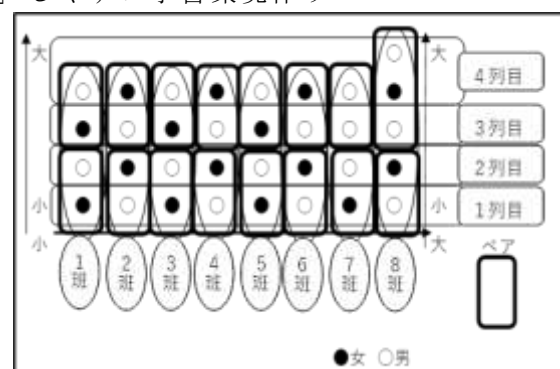


【資料1】児童同士の「お手伝い」に関する意識の変容

毎時間の授業後アンケート（資料1）では、「自分から『お手伝い』をしようとしたか」に「とてもそう思う」と答えた児童が第3回から第9回まで80%以上を維持した。役割の明確化により「今、自分は何をすればよいのか」が分かり、安心して仲間の運動に関われるようになったことが要因と考える。

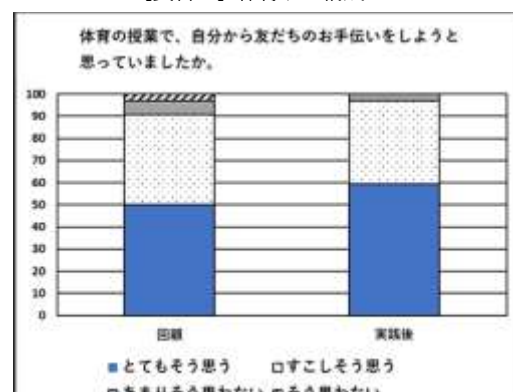
（2）体育班を基盤とした授業マネジメントによる「お手伝い」しやすい学習環境作り

本研究では、児童が安心して運動に取り組み、仲間と関わり合いながら主体的に課題解決に向かうことができるよう、体育班を基盤とした授業のマネジメントを行った。体育班は男女混合の4～5人を身長順に編成し、体格の近い児童同士が同じグループになるようにした（資料2）。これにより、グループ内で相互補助がしやすくなり、鉄棒運動などではグループで同じ高さの鉄棒で運動することが可能となった。さらに、体育班ごとに活動の場所や順番を明確にし、教師の合図によって一斉に活動を切り替えることで、児童が自分の役割や立ち位置を理解しやすい環境を整えた。また、固定したペアやグループでの活動を継続することで、仲間の得意・不得意を把握しやすくなり、補助や助言を行いやすくなった。



【資料2】体育班の構成

10月に実施した回顧アンケート（実践前を振り返るもの）では、「体育の授業で、自分から『お手伝い』をしようと思っていましたか。」という質問に対し、「とてもそう思う」と答えた児童が50%であった。一方、実践後アンケート（1月）では、「とてもそう思う」と答えた児童が約59%に増加し、否定的な回答も減少した（資料3）。一方、回顧アンケートと実践後アンケートの回答を比べると、課題意識や達成感には大きな変化が見られなかった。

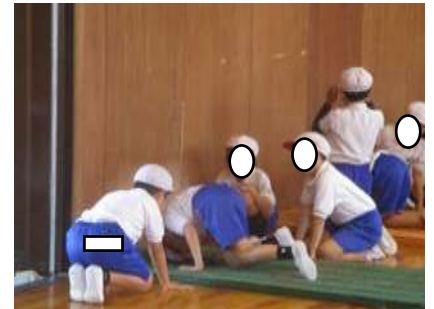


【資料3】児童同士の「お手伝い」に関する意識の変容（回顧と実践）

このことから、体育班を基盤としたマネジメントと「お手伝い」を取り入れた学習を積み重ねることで、仲間と関わりながら運動することに対する心理的な抵抗感が低下した傾向が伺える。4月から体育班を用いた学習環境を整えてきたことにより、児童は固定されたペアやグループで当たり前のように、自然と仲間と共に運動を始めることができるようになり、その中で児童同士の「お手伝い」が学習として成立したと考えられる。このように、安心してスムーズに活動に入れる学習環境が、主体的に課題解決に向かう姿を支えていたと言える。

（３）運動のポイントについて観察の視点を与える

運動のポイントについては、児童が観察しやすく助言しやすいように細分化して示した。例えば、足を縮めた頭つき壁逆立ち（だんごむし逆立ち）の運動のポイントは、「①頭をつける位置」「②手と頭の置き方」「③足のふり上げ方」「④壁への足のつけ方」の４点を示し、「目のお手伝い」で観察する視点を示した。



写真② 仲間の手や頭の位置を見る児童

また、「口（声）のお手伝い」として、運動を見る児童が運動の手順やポイントを声に出して伝え、それに合わせて運動できるようにする「口伴奏」を取り入れた。足を縮めた頭つき壁逆立ち（だんごむし逆立ち）では、「手をついて」「頭をつけて」「三角オッケー？（手と頭が三角になっているか確認し、できていたら仲間が両手で○をつくる）」「おしりをあげてあげて～」「（おしりが上がったのを確認してから）どうぞ」という一連の声かけを用い、運動する児童と見る児童が同じ流れを共有できるようにした（写真②）。ポイントの細分化と口伴奏の導入により助言が具体的になり、頭と手の位置をよく見て「手の位置はここだよ！」「頭の位置はもっと前だよ！」と助言する姿が見られ、見る側の参加意識も大きく高まった。



写真③ 友達ができたときに拍手する児童

実際の授業場面でも、友達ができたときに拍手をしたり、「できたね」「いいね」と声をかけ合ったりする姿が多く見られた（写真③）。これは「自分ができること」だけでなく「友達ができるようになること」にも価値を見いだしながら課題に向かおうとする姿の表れである。マット運動が苦手な児童にとっても、仲間に見守られながら挑戦できる環境が不安を軽減し、

「やってみよう」という前向きな気持ちにつながった。振り返り記述（資料４）に見られた「太ももを持ってもらったらできたので、太ももを持ってもらうようにして、一人でもがんばれるようにしたい」「足が傾いていると言われていたけど、言われなくなってきたから上手になってきたかなと思いました」「上手と言われてうれしかった」という発言からも、仲間の「お手伝い」を「一人でできるようになるための手がかり」と捉え、自分の課題やできるようになるための方法に気付き、次の目標をもって主体的に運動に取り組もうとしている様子が見られた。



【資料４】児童の振り返り

さらに、逆立ちの保持時間を授業毎に記録し、班やクラスの合計点として可視化した。提示した逆立ちの秒数が達成できた児童は赤帽子に変えるなど、達成が分かる工夫を行った。得意な児童には、補助の人数を減らしたり、逆立ちの秒数を延ばしたりするなど、自分に合った課題を設定させた。また、全員が赤帽子に変わった班を取り上げ、「お手伝い」によってできたことを価値付ける場面も設定した。

以上の手だてを通して、仲間と関わり合う「お手伝い」を授業に位置付けたことは、児童の運動への挑戦意欲を高め、主体的に課題解決に向かう姿を引き出す上で有効であったと考えられる。

一方で、安全面への配慮が不十分な場面もあった。マットの間隔については、教師の見取りやすさを意識するあまり狭くなってしまった部分があり、研究授業では隣の班との干渉の危険性が指摘された。また、足の降ろし方や支え方について、より丁寧に事前指導を行う必要があった。仲間同士の関わりを

重視するからこそ、安全への配慮を十分に行うことが、主体的に課題解決に向かう学びを支える基盤になると再認識した。今後はさらに改善していく必要がある。

（４）児童 A の変容に見る成果と課題

次に、「お手伝い」を取り入れた学習が児童一人一人にどのような影響を与えたのかを明らかにするため、児童 A の変容について考察する。児童 A の毎時間の授業後アンケートの「体育の授業で自分の課題に向かってがんばることができましたか」および「今日の体育の授業で自分が前よりもできるようになったと思えたか」の回答をグラフにまとめた（資料 5）。

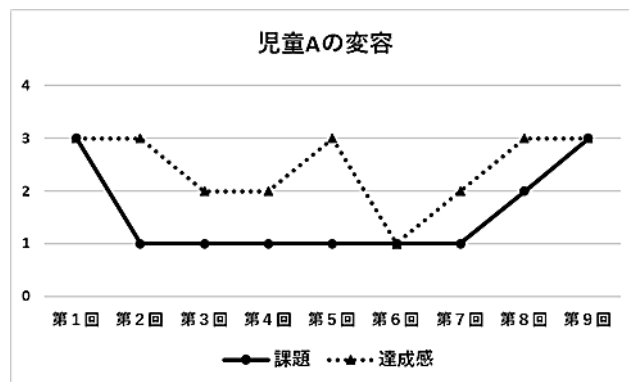
その結果、途中で意識が低下する場面も見られたが、単元の終盤に向けて肯定的な意識が高まっていることが分かる。特に、第 6 回で達成感の意識が低下しているが、この回は逆立ちの「美しさ」を課題とした授業であり、何をどのように「お手伝い」すればよいのかが分かりにくく、仲間による「お手伝い」が十分に機能しなかったことが要因であると考えられる。

児童のアンケート結果を見ると、「体育科の授業で、自分から友達の『お手伝い』をしようと思っていましたか」に対し、回顧アンケートでは「そう思わない」と回答していた児童が、実践後アンケートでは「あまりそう思わない」へと変化していた（資料 6）。この結果は、肯定的な意識への大きな変化とは言えないものの、「お手伝い」に対する心理的な抵抗感が和らいだことを示している。

また、「体育科の授業で、自分の課題に向かって練習していましたか」に対して、回顧アンケートでは「あまりそう思わない」に回答していたが、実践後アンケートでは「すこしそう思う」へと変化した（資料 7）。この変化は、課題に向かう意識が大きく高まったとは言えないものの、自分の課題を意識しながら練習に取り組もうという意識が芽生え始めたことを示している。

一方で「自分ができるようになったと感じることがあったか」には変化が見られなかった（資料 8）。この結果から、児童 A が「できた」と強く実感する段階には、まだ至っていないことが示されている。これは、仲間の「お手伝い」によって「課題に向かおうとする意識」は高まるものの、それが「技能の向上やそれに伴う達成感」として結実するまでには時間差があることを示唆している。

実践当初、児童 A は体育班で運動する際、友達の運動をどのように見たり関わったりすればよいのか戸惑う様子が見られた。しかし、「目・口（声）・手のお手伝い」という具体的な関わり方を丁寧に教え、自分や仲間が「お手伝い」によってできるようになる経験を重ねることで、仲間との関わりから自分の課題に目を向けられるようになったのではないかと考えられる。仲間からの支えや助言を受けながら運動に取り組む経験を通して、課題に向かう意識が育った一方、技能の定着や達成感の実感には、さらに継続した学習が必要であることが示唆された。



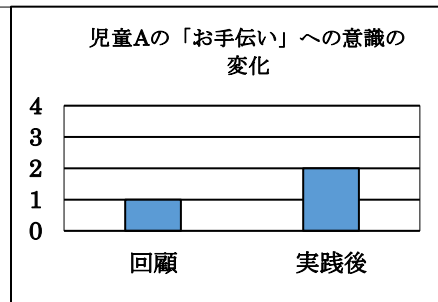
【資料 5 児童 A の変容】

質問：今日、体育の授業で自分の課題に向かってがんばることができましたか。（課題）

質問：今日の体育の授業で、自分が前よりもできるようになったと思えましたか。（達成感）

4：とてもそう思う 3：すこしそう思う

2：あまりそう思わない 1：そう思わない

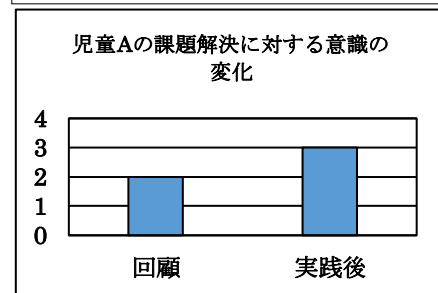


【資料 6】児童 A の「お手伝い」への意識の変化

質問：「体育の授業で、自分から友だちの「お手伝い」をしようと思っていましたか」

4：とてもそう思う 3：すこしそう思う

2：あまりそう思わない 1：そう思わない

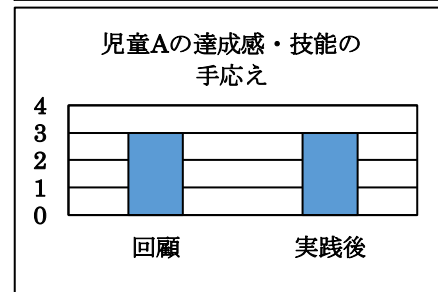


【資料 7】児童 A の課題解決への意識の変化

質問：「体育の授業で、自分の課題に向かって練習していましたか」

4：とてもそう思う 3：すこしそう思う

2：あまりそう思わない 1：そう思わない



【資料 8】児童 A の達成感・技能の手応え

質問：「体育の授業で、自分ができるようになったと感じることがありましたか」

4：とてもそう思う 3：すこしそう思う

2：あまりそう思わない 1：そう思わない

5 研究の成果

児童同士の「お手伝い」を学習に位置付けたことで、仲間と関わり合いながら運動に挑戦する姿が継続的に見られるようになった。授業の中では、教師の指示がなくとも、仲間への励ましやできたときの喜びを共有する姿が自然と見られた。また、仲間に見てもらい、支えてもらいながら運動に挑戦する経験は、特に運動に苦手意識をもつ児童にとって大きな支えとなった。「一人では難しいが、友達と一緒にならやってみよう」という安心感が生まれ、運動への不安が軽減されるとともに、挑戦を続けようとする姿が見られた。友達と共にできた喜びを分かち合う経験を重ねることで、運動に対する前向きな気持ちが維持され、次の課題にも意欲的に取り組もうとする姿勢が育まれていった。

さらに、児童同士の「お手伝い」を通して、仲間の運動を見たり助言したりする中で、自分の課題やできるようになるポイントに気付く姿も多く見られた。仲間との関わりを通して得た気づきが「次はここを意識してやってみよう」「もう一度挑戦してみたい」という思いにつながり、主体的に課題解決に向かう姿を支えていたと考えられる。

以上のことから、本研究で取り組んだ体育科授業は、技能の差に関わらず、誰もが安心して挑戦し、仲間と関わり合う「お手伝い」を通して、自分や仲間の課題に目を向けながら学びを深めていく上で有効であったと言える。また、本研究で目指した「主体的に課題解決に向かう児童の育成」は、仲間と関わり合う「お手伝い」を通して個人の達成にとどまらず、仲間と共に挑戦し、支え合いながら成長していく学習を通して実現されたものである。

さらに、本研究は児童だけでなく、教師自身にとっても大きな変容をもたらした。児童が仲間と関わり合いながら主体的に挑戦する姿を通して、授業づくりの面白さや手応えを実感することができた。この経験は、今後も児童の主体的な学びを支える授業改善を継続していく上で、大きな財産となった。

6 今後の課題

本研究を通して、運動感覚を明確にした指導と児童同士の「お手伝い」を取り入れたことにより、仲間と関わり合いながら主体的に課題解決に向かう姿が多く見られた。一方で、今後の体育科授業づくりに向けて、いくつかの課題も明らかになった。

(1) 安全指導の徹底

器械運動では、仲間同士の関わりが深まる一方で、誤った関わり方や不十分な指導によって、けがにつながる可能性もある。本実践でも、逆立ちの補助や着地場面での安全指導に行き届かない点があった。「お手伝い」を機能させるには、安全な関わり方や留意点を教師が明確にし、事前に徹底して指導することが不可欠である。今後は安全最優先の指導法をさらに検討したい。

(2) ポイント提示の段階性

運動のポイントは多岐にわたるが、一斉提示は児童の混乱を招く。そのため、初期に示すものと活動を通して積み重ねるものを精選・整理する必要がある。今後は児童の実態に応じ、ポイントを段階的に提示して技能の定着を図る指導を工夫したい。

(3) 児童の言葉の共有と時間の確保

運動のポイントの捉え方は、児童一人一人で異なる。例えば「マットを押す」「手に力を入れる」「体を支える」など、同じ動きを表していても、児童によって理解しやすい表現はさまざまである。本研究では、教師が示した運動のポイントを基に学習を進めてきたが、今後は児童自身の言葉をより積極的に拾い上げ、それらを全体で共有することの重要性を感じた。一方で、対話の時間を多く取りすぎると、運動する時間が短くなってしまうという課題もある。今後は、運動と対話の適切な時間バランスを追究していく必要がある。

(4) 「学び方」の系統的育成

仲間と助け合う「学び方」は、低学年から系統的に積み重ねることで自然な学習文化として定着する。高学年からの導入では円滑な実践が難しいため、体育科全体を通してこの学び方をどう育てるかが今後の課題である。

(5) 多面的な手だての検討

「お手伝い」は変容を促す有効な手段であるが、意識の変容を確実な技能の定着や達成感へと結び付けるためには、教師のより緻密な教材研究と多面的なアプローチが必要である。今後は、運動のポイントを明確にした上で、児童がどのような課題に直面するかを事前に予測する「見通し」を深めたい。具体的には、児童が実際にやってみて、うまくいかない経験をした際、手や身体の動きのどこに注目させれば、ポイントに気付くことができるのか、「お手伝い」が技能の向上や定着につながるよう、思考を促す「発問」の工夫や、基礎的な運動感覚を育む運動の工夫についてさらに学び、体育科の授業づくりを継続研究していきたい。

これからも、児童一人一人が仲間とともに挑戦し、支え合いながら成長していく姿を大切にし、「みんなができる・みんなのできる・みんなとできる体育」を目指して実践を続けていきたい。

7 参考文献

- ・平川譲『体育授業に大切な3つの力』、東洋館出版社、2018年
- ・筑波大学附属小学校体育研究部『できる子が圧倒的に増える！「お手伝い」・補助』と一緒に伸びる筑波の体育授業』、明治図書、2020年
- ・齋藤直人『対話でつなぐ体育授業51』、東洋館出版社、2021年
- ・文部科学省『小学校学習指導要領解説 体育編』、2017年
- ・山口真『「お手伝い」シリーズ③』体育授業のこつ教えます！研修会資料、2024年
- ・風間啓介『だんごむし逆立ち』体育授業のこつ教えます！研修会資料、2025年
- ・風間啓介『よじのぼり』体育授業のこつ教えます！研修会資料、2025年
- ・倉谷祐人『壁逆立ち』体育授業のこつ教えます！研修会資料、2025年