

9	尾北	江南市立古知野南小学校	ゴトウ シンノスケ 氏名 後 藤 眞 之 介
分科会番号	11.1	分科会名	保健体育（体育）

研究題目

主体的な学びを引き出す授業の工夫
— リズム運動やソフトバレーボールの活動を通して —

研究要項

1 はじめに

近年、子どもの体力・運動能力の低下や、スクリーンタイムの増加に伴う運動不足が社会的な課題となっている。生涯にわたって心身の健康を維持するためには、早くから「運動の楽しさや喜び」を味わい、自発的に運動に親しむ資質・能力の基礎を培うことが重要である。

ソフトバレーボールは、ネット型ゲームの楽しさや喜びに触れることができる運動である。通常のバレーボールとは異なり、使用するボールが「大きく」「軽く」「柔らかい」ため、レシーブ時の痛みが少なく、運動が苦手な児童でも恐怖心をもたずに親しむことができる。さらに、ボールの飛行速度が比較的緩やかであるため、ボールの落下点を予測しやすく、レシーブやパスといった基本技能を習得しやすい。また、ネット型ゲームの最大の魅力は、コート内の味方同士でボールを「つなぎ」、相手コートの空いているスペースを狙って「返す」というラリーの攻防にある。ソフトバレーボールも同様に、誰もが「できた」「つながった」という達成感を味わいやすく、ルールや場の工夫次第で全員が参加しやすい。特に、落とさずに三回で相手コートへ返す心地よさや、狙い通りに得点できたときの達成感は、児童の運動への意欲をより一層高めるものである。

本学級の児童に、運動に関するアンケートを行った結果、「体を動かすことが好き」56%、「どちらでもない」27%、「体を動かすことが嫌い」17%となった。半数を超える児童が、「体を動かすことが好き」と答えたが、「どちらでもない」と「体を動かすことが嫌い」と答えた児童が4割を超えた。また、体育科の学習での児童の様子を見てみると、最初からできないと諦めたり、失敗する姿を、他者に見られることを恐れて挑戦しなかったりする姿がある。「うまくできない」「どうやって体を使ってよいのか分からない」からこそ、余計に運動に対して負のイメージをもってしまっているのではないだろうか。そこで、今年度一年間を通して、リズム運動に取り組んでいくことにした。リズム運動は、プロ野球チームの練習に導入されたり、スポーツスクールでも行われたりしている。音楽やリズムに合わせて動くことで、脳と体の連携をスムーズにし、運動能力やリズム感の向上につながると言われている。

一年を通してリズム運動に取り組み、体を動かす楽しさをも味わうことができるようにしていきたい。

また、休み時間中の本学級児童の様子を見ていると、外に元気よく遊びに行くのは数人である。そして、仲のよい子とだけ関わっており、児童同士のつながりが希薄であるように感じる。高学年では、体力の向上とともに、楽しさや喜びに触れる段階から、楽しさや喜びを味わうことを重視している。このことから、本学級において、体育科学習での運動量の確保と学び合いを重視した活動は重要であると考え。ここまで述べた児童を取り巻く状況や実態、ソフトバレーボールの特性を踏まえて、本主題を設定した。

2 目指す児童像

運動の楽しさや喜びを味わい、自発的に運動に親しむことができる児童

目標に向かって主体的に学びを進めていくことができる児童

3 研究の内容

(1) 仮説

最終的な目標に向かって、段階的な課題を設定することで、児童一人一人が見通しをもって、主体的に活動していくことができるであろう。

(2) 具体的な手立て

○ 手立て1 レベルアップシートの活用

単元の初めに、学級の児童とともに作成したレベルアップシートを使用し、最終的な目標を確認する。目指す姿を思い浮かべさせ、そこにいたるまでの段階的なレベルや目標を提示することで見通しをもち、最終的な目標に至るまでの主体的な学びを引き出すことができる考えた。



【資料1 レベルアップシート】

○ 手立て2 作戦タイムの確保

レベルアップシートを活用し、目指す姿までの段階的な過程を視覚化・共有し、児童それぞれの考えを出し合う時間を設けることで、自分たちのチームに合った作戦やルール、必要な練習を考え・実践することができると考えた。

4 研究の実際と考察

(1) 単元 小学6年 ボール運動「ネット型」ソフトバレーボール

(2) 学習計画（8時間完了）

時	ねらい	主な活動
第1時	学習の見通しをもつ。	- ソフトバレーボールの楽しさを確認する。 - 楽しさに向かう段階的な目標を考える。
第2-3時	ソフトバレーボールの行い方を理解し、基本的な練習をする。また、ルールを工夫して、試しのゲームをする。	- ゲームにつながる運動をする。 - ゲームをする。 - ルールについて考え、選ぶ。 - ルールを理解する。
第4-7時 本時：第4時	自己やチームの特徴に合った作戦を考えてゲームを楽しむ。	- ゲームをする。 - 作戦を考え、実践し、見直す。 - ルールの工夫をする。
第8時	学習のまとめをする。	ソフトバレーボール大会をする。

(3) 実践

① リズム運動をする

学級全員で8カウントの手拍子をしながら、リズムとびを行った（とぶ児童は、手拍子はせずにジャンプに集中した）。

② 前時までの学習を振り返る

振り返りシートやレベルアップシートを活用して、前時の振り返りを踏まえて考えた個人目標を確認した。

③ めあてを確認する

めあてを「自分やチームに合った作戦を考え、実践しよう」とした。そのために、自分やチームの現状を把握し、特徴を考えながら活動に取り組んでいくことにした。

④ ゲームをする

○ ゲームを行う上で、ルールが適切かどうかを考えるとともに、マナーについても確認した。

○ 待ち時間を設けず、運動量を確保できるように、全8チームが同時にゲームを行った（時間制4試合）。また、次のゲーム場所もあらかじめ指示しておくことで、スムーズに活動に移ることができるようにした。

○ ホワイトボードを活用し、視覚的にもチーム全体で共有しながら作戦を考える時間

を設けた。

○ 作戦を生かしてゲームを行った。同じチーム同士でゲームをすることで、作戦の有効性を確かめることができるようにした。

○ 休憩をしながら、次のゲームを意識した簡単な振り返り時間を設けた。

⑤ 対戦チームを変えて、④の活動を繰り返す

1回目のゲームの成果や課題を生かしてゲームをするように伝えた。対戦チームは変わるが、自己やチームの目標を忘れないように確認をした。

⑥ 本時の振り返りをする

本時の個人目標や作戦を振り返り、本時の振り返りをする時間を取り、ワークシートに記入するよう促した。

(4) 考察

○ 手立て1 レベルアップシート活用の有効性

学習に入る前に、学級の児童とともに、本単元の最終的な目標について話し合った。

「何を一番大切にしたいか」を考えたところ、「楽しむ」というキーワードが出てきた。そして、「楽しむ」を実現するために、「みんなで点をとる」ことができるようになることを、最終的な目標として設定した。その最終的な目標をレベル5として、そこに至るまでの段階的な目標を決めていった（資料2）。

レベルアップシート

レベル5 みんなで点をとる。

レベル4 空いている場所をねらって攻撃をする。

レベル3 仲間とつないで相手に返す。

レベル2 ふわっとしたパスと声かけをする。

レベル1 ボールをあげる。



【資料2 レベル別の目標】

【資料3 レベルアップシートに付箋をはる児童】

単元の初めに最終的な目標と、そこに至るまでの段階的な目標を提示したことで見通しをもって学習に臨むことができた。さらに児童自身が決めたものであることから、学級で「早くバレーがしたい」「もっとバレーがしたい」という声が多く聞かれた。

児童の名前を書いた付箋を各々用意し、現在のレベルのところに貼った（資料3）。授業後に、振り返りをする中で、児童自身がレベルアップしたと感じた場合は、付箋を貼り直していった。また、児童から「練習がしたい」「練習する時間がほしい」と提案もあった。目標が明確であるため、児童は自身の現状を見つめ、何ができて何ができないのか、そしてレベルアップするためには何が必要なのかを具体的に考えることができた（資料4）。このことから、主体的な学びを引き出すのに有効であったと言える。

「みんなで点をとる」ことで楽しむや「声かけをする」といった、仲間を意識した目

標に関する振り返りも多くあった。児童同士の関係をより強固なものにする手立てとしても効果があったと言える（資料4）。

- ・ 仲間にパスをすることができたが、たまにパスをし損ねることがあるから、もっと完璧にしたい。
- ・ 相手コートに空いている場所を狙うことができていないから、返す練習をしたい。
- ・ 1回目のレシーブはできるが、2回目・3回目と繋いで、アタックができるように練習をしたい。
- ・ チーム全員がボールに触ることができた。
- ・ ゲームで負けた時に、文句を言ってしまったから、次からはしっかり勝ち負けを受け入れて、敵も味方も気持ちよく終わることができるようにしたい。
- ・ 自分はできているのに、味方が失敗すると、口調が強くなるから、やさしい言葉を心がけたい。

【資料4 児童の振り返り】

○ 手立て2 作戦タイムの有効性

ゲームの間に、休憩を伴う作戦タイムを設けた。各チームにホワイトボードとペンを配付し、自由に使うことができるようにした。どのチームもホワイトボードを囲みながら、真剣に作戦を考えていた（資料5・6）。



【資料5 チーム練習】



【資料6 作戦タイム】

- ・ パスをする人の名前をしっかりと呼ぶ。
- ・ サーブを受ける人を固定する。
- ・ 1回目は前にボールをあげる。2回目はネットの近くにトスをあげる。3回目にアタックをするか、なんとか相手コートに返す。
- ・ アタックが苦手な人が後ろでサーブをうける。ローテーションをして、それぞれの得意なポジションを探す。
- ・ 高くあげたボールは、アタックをミスする可能性が高くなるから、あげすぎない。

【資料7 チームの作戦】

作戦には、資料7にあるようなものが多くあった。点を取るために、チームや個人の特徴をふまえて作戦を立てることができていた。また、作戦タイムを利用して、練習を始めるチームもでてきた。考えた作戦を成功させようと、どのような練習が必要なのかを考えて取り組むことができた。あるチームはサーブが確実に入るように練習をしたり、あるチームはトスをあげてアタックをする練習をしたりしていた。このことから、主体的な学びを引き出すのに有効であったと言える。

5 成果と今後の課題

最終的な目標に向かって、段階的な課題を設定することで、児童一人一人が見通しをもって、主体的に活動していくことができた。特に、目標に向かって、現在の自分たちの状況を把握し、何が 필요한のかを考えて、進んで練習をすることができたことは大きな成果である。

さらに、授業の導入で行ったリズム運動でも、決められた動きだけでなく、児童から「こんな動きもできる」「やってみたい」と新しい動きにも取り組むことができた。何より、授業の導入から終末まで、児童の笑顔があふれていた。友達とのつながりの中で、運動を「楽しむ」ことができていた証拠である。

今後の運動に向かう気持ちをアンケートで実施した結果、「これからバリバリ運動していきたい」「もっと積極的に運動をして、身体づくりに努めていきたい」「たくさん練習をして、他の種目もうまくなりたい」といった前向きな回答が大半を占めた。児童の運動に対する気持ちもよい方へと変わってきていることが分かった。

一方で、課題も残された。「楽しむ」ことはできたが、まだまだ技術面では未熟である。本単元のソフトバレーボールを限られた時間の中で、全員が「上手になる」ことができなかった。サーブやトス、アタックなどの練習時間を確保していないからである。ゲームの中では、得意な児童が、苦手な児童をサポートしながら進めていた。「自分やチームに合った作戦を考える」という面では、得意・苦手を考えて作戦をたてることで、めあてが達成された。練習も作戦タイムを使った短い時間で行うため、不十分であったと言える。できるプレーが増えれば増えるほど、達成感も大きくなり、より運動を「楽しむ」ことができる。実際に、児童から「もっと練習する時間がほしい」という声も出ていた。今後は、児童の主体的な学びを大切にしながら、その学びに必要な時間をしっかり確保していきたい。

8 参考文献

- ・ 文部科学省 小学校学習指導要領（平成29年告示）解説 体育編