

運動の日常化を目指した体育科授業の創造

ー運動遊びにつながる「体づくり運動」の授業実践を通してー

M14EP010

田中 亮

1. 問題

平成 20 年の中央教育審議会答申において子どもたちの体力水準が全体として低下していることがうかがえるとともに、積極的に運動する子どもとそうでない子どもに分散が拡大していることが指摘されている（体力水準・運動時間の二極化）。また、現行の学習指導要領体育科解説においては体力の向上を重視し、「体づくり運動」の一層の充実を図るとともに、学習したことを家庭などで生かすことができるようにすること、つまり「運動の日常化」を改訂の要点に盛り込んでいる。さらに、平成 23 年の日本学術学会議の提言では、子どもの運動時間の目安が示されるなど、本研究の問題意識でもある「運動の日常化」については様々な提言がなされている。これらを受け、山梨県においても平成 26 年度の指導重点において「運動の日常化」が掲げられている。

文部科学省実施の全国体力・運動能力、運動習慣等調査結果（平成 26 年度調査）によると、小学生の 1 週間の総運動時間において運動時間が少ないほど体力水準が低いことがデータとして明らかになった。さらに、「体育の授業は楽しいですか」の回答において男女ともに「楽しくない」と答えた集団は、それ以外の集団と比べて、体力合計点が低い傾向が見られた。このことから、体力水準の低い子、運動時間の少ない子、すなわち 2 極化の低位の子どもたちに焦点を当て、その子どもたちも体育学習を楽しく行うことで体を動かすことが好きになり、その結果、日常的に運動をするようになること（運動の日常化）は重要な視点だと考えることができる。

これまで山梨県では「子どもたちの体力向上プログラム」として、公立の全小中学校において様々な取組がなされているが、依然として体力合計点は低い傾向にある。その要因の一つに考えられるのは、決められた時間に画一的、強制的に運動を行わせるのでは、子どもたちにとって一時的な取り組みで終わってしまい、その後継続して運動を行うことは少ないということである。重要なのは子どもたちが主体的、自主的、日常的に運動を行うようになること（＝「運動の日常化」）だと考える。そこで、毎日の生活をともに過ごしている学級担任が、実態を丁寧に見とる中で、「運動の日常化」という視点を持って多面的にアプローチすることは、子どもたちの体力向上につながる有効な手立ての一つであると考えた。

以上のような問題意識から本論文では「運動が苦手な子」「日常的に運動をしない子」「体力水準の低い子」も主体的、自主的、日常的に運動を行うようになる（＝「運動の日常化」）ために、小学校現場における体育科の授業においてどのような手立てを講じればよいのかについて検討する。

なお本研究における「運動の日常化」とは、『子どもの自由裁量の時間（休み時間・放課後・家庭での自由時間など）に身体活動をともなう「遊び」を主体的、自主的、日常的に行うようになる』こととし、目安として（文部科学省、2011）「子どもの体力向上のための取り組みハンドブック」における運動時間の 2 極化傾向の比較基準である「1 週間の総運動時間 420 分（1 日 60 分）」を目指すこととする。

2 方法

(1) 実習校と実習方法

実習校：山梨県内公立小学校

実習期間：5月～12月（週1回）

実習方法：授業観察および指導

(2) 本研究に関わるデータの収集方法

実態調査の方法

①対象児童への聞き取り調査

1人5分程度で以下の点について聞き取りを行った（2014年5月下旬～9月下旬）。

- ・運動の好き／嫌いとその理由
- ・体育授業の好き／嫌いとその理由
- ・好きな／嫌いな運動とその理由
- ・放課後や休日の過ごし方
- ・よく行う遊び

②「運動や遊びにかかわる実態調査」アンケート

（中村，2013）

授業前：2014年7月17日実施

授業後：2015年1月14日実施

③カロリーカウンターによる歩数調査

2014年10月1日～7日の7日間実施

*台風のため4日～6日（6日は休校）は参考データとした

(3) 授業実践

対象：第6学年34名（男子13名・女子21名）

*1名は病気療養中のため欠席

日時：2014年11月4日～12月9日

（週1回で全6時間）

単元名：「目指せ1日60分の運動遊び！！」

（A 体づくり運動）

単元の計画

時	学習内容と活動
1	オリエンテーション 1 単元の学習課題を知る 進んで運動遊びができるようになろう 2 学習の仕方を知る ・OPPの記入 ・自分の運動に関わる生活を見直す。 ・自己目標の設定と単元の流れを知る。 3 グループ作り・準備運動 4 みんなで鬼ごっこをする。 『鬼ごっこ系の運動遊び』 「門番じゃんけん」 ・運動の仕方を覚える。 ・コート広さ、ルールなどの条件を変えることでみんなが楽しめるような工夫ができることを伝える。

2	1 学習課題の確認 いろいろな体ほぐしの運動の行い方を知ろう 2 いろいろな体ほぐしの運動を行う。 『ゴム跳び系の運動遊び』 ・グループで「あんたがたどこさ」 ・はじめはゆっくりと行い、人数や速さを変えながら楽しむ。 ・グループで「ゴム跳び」
	1 学習課題の確認 いろいろな体ほぐしの運動の行い方を知ろう 2 いろいろな体ほぐしの運動を行う。 『ボール系の運動遊び』 「チームデンカボール」「天大中小」 ・基本的な動きの確認を行った後、ゲームへと移行させる。 3 次時で扱う「Sけん」の遊び方を提示する。 ・どんな工夫ができそうか投げかけておく。
4	1 学習課題の確認 みんなで運動遊びを楽しむための工夫の仕方を考えよう。 2 力強い動きを高める運動を行う。 『鬼ごっこ系の運動の運動遊び』『Sけん』 1) 基本的な動きの確認を行う。 ・上手なケンケンの仕方。 ・ケンケン押し相撲 2) 「Sけん」を行う。 ・1回目のゲーム 3) みんなで楽しむための工夫の仕方を考える。 ・条件を変える。 ・場の大きさ、安全ゾーンの設定など。 4) ゲーム ・2回目・3回目のゲーム ・対戦チームをかえて
	1 学習課題の確認 巧みな動きを高める運動に取り組み、動きを高めよう。 2 巧みな動きを高める運動を行う。 『鬼ごっこ系の運動の運動遊び』『宝とり』 1) 基本的な動きの確認を行う。 ・相手のかわし方、フェイントや緩急を付けた動きなど。 2) 「宝とり」のルールを知る。 ・1回目のゲーム 3) みんなで楽しむための工夫の仕方を考える。 ・条件を変える。 ・場の大きさ、安全ゾーンの設定など。 ・作戦タイム 4) ゲーム ・2回目のゲーム(対戦チームをかえて)
5	1 学習課題の確認 自分の生活に取り入れられる運動を選んで取り組もう。 2 グループをつくり、自分の生活に取り入れられそうな運動を選んで行う。 ☆グループの条件 ・3～5人 ・複数のグループが合同でおこなってもよい。 ・同じ運動を選んだ者同士 ☆運動の条件 ・15分くらいでできる。 ・学校にあるものは使ってよい。ゴム・ボールなど
	1 学習課題の確認 自分の生活に取り入れられる運動を選んで取り組もう。 2 グループをつくり、自分の生活に取り入れられそうな運動を選んで行う。 ☆グループの条件 ・3～5人 ・複数のグループが合同でおこなってもよい。 ・同じ運動を選んだ者同士 ☆運動の条件 ・15分くらいでできる。 ・学校にあるものは使ってよい。ゴム・ボールなど

3 結果と考察

(1) 実態調査の結果

①聞き取り調査について

聞き取り調査の中で明らかになったことの

一つは、子どもたちの下校後に自由裁量の時間が多いということである。習い事やスポーツクラブといった定期的に予定のある日を拘束時間のある日とすると、塾や習い事に通っている子は13名、スポーツクラブやスポーツ少年団などに所属している子は17名いる。しかし、クラスの半数以上の子どもは、1週間のうち4日以上下校後習い事などによる拘束時間がない。

表1「1週間のうち下校後拘束時間のない日数」

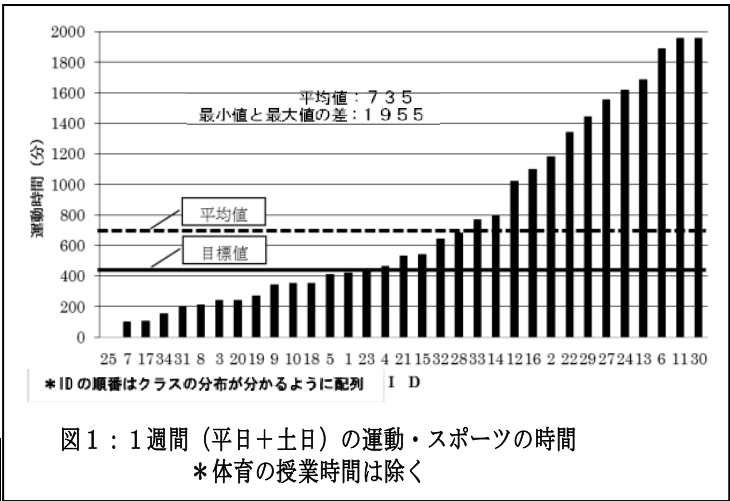
日数	1	2	3	4	5	6	7
人数	2	3	10	4	3	2	10

ここで重要になってくるのが「自由裁量の時間にどのような過ごし方をしているのか」ということである。傾向として見えてきたことは、半数ほどの子どもは、テレビ視聴やゲーム、インターネットといった室内での1人遊びをしていることである。友だちと遊ぶ場合でも週に2日ほど2～3人で遊ぶ程度という子どもが半数をしめた。遊びの内容としては男子がポータブルゲーム、カードゲーム、サッカー、バスケットボール、鬼ごっこなど、女子は室内でポータブルゲーム、インターネット、会話、もしくは屋外でブランコ、鬼ごっこといったものであった。

また、「運動の好き／嫌いとその理由」「体育授業の好き／嫌いとその理由」「好きな／嫌いな運動とその理由」の質問において、「嫌い／やや嫌い」「苦手／やや苦手」と答えた子どもの理由で多かったのは、幼少期や低学年のころに「みんなの前で失敗したり、できなかったりしことがある」「サッカーやバスケットボールなどをしたときに自分が参加しなくてもゲームが成り立っていて、さみしい思いをした」「マット・鉄棒・跳び箱運動などの器械運動で痛い思いをした」など運動を行う中での嫌な経験があることをあげていた。

②アンケート調査について

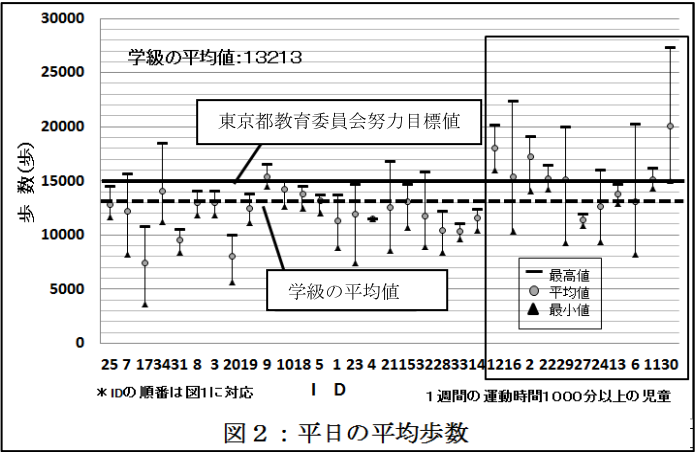
1週間の運動・遊びの時間が420分未満（1日平均60分未満）は14名で、そのうち210



分未満（1日平均30分未満）は7名である。420分以上の19名のうち15名は、サッカー、野球、ダンス、ドッジボールなどのスポーツクラブに所属している。

1週間の総運動時間を時間ごとに3群に分けると「420分未満（平均運動時間1日60分未満）」群が14名。「420分以上～535分未満」群が4名。「535分以上（平均運動時間1日75分以上）」群が16名であり、運動時間の2極化傾向にある集団であるといえる。

③歩数調査について



気象条件の関係で活用できるデータは平日のみの歩数の結果となったが、1週間の運動合計時間1000分以上の児童の歩数は比較的多いことが分かる。東京都の「総合的な子どもの基本体力向上方策」（東京都教育委員会、2010）の「生活活動ガイドライン」では「1

日 15000 歩」を 18 歳以下の子どもの努力目標値としているが、それに満たない子どもは 26 名いる。そして、1 日平均 60 分以上運動していても、15000 歩に満たない子どもは 13 名いる。

(2) 授業実践

①「運動の日常化」のための手立て

前述のような実態が明らかになったわけだが、この結果に対して「運動の日常化」に向けた手立てを以下の 4 点とした。

【手立て 1】

日常的な運動として取り入れやすい条件を以下のア～ウとし、それを満たす教材を授業に取り入れる。

ア 進め方やルールが分かりやすく、身近な道具、簡単な準備でできる「運動遊び」

「運動が嫌い」もしくは、「運動が苦手」と感じている子は、その主な理由として、失敗経験や活動そのものに参加できない経験をしていることをあげていた。そこで、進め方やルールが単純で、理解しやすい内容であること。また、子どもたちの生活の中にあるような身近な道具を使用し、場の設定に手間がかからないような教材を選択する。

イ 10～20 分程度でできる「運動遊び」

実態調査の結果、時間的にも生活の中で身体活動を伴う活動を日常的にしている児童とあまりしてない児童の 2 極化が見られた。しかし、1 週間の運動時間の少ない子の中で、下校後はあまり身体を動かさない子も、学校での休み時間には身体を動かす遊びをしている傾向が見られた。そこで、10～20 分程度の学校の休み時間でも、行うことのできる運動遊びを教材として授業に取り入れる。

ウ 3～5 人程度でもできる「運動遊び」

聞き取り調査から明らかになったことで、「大勢で遊びたくても友だちと予定が合わない」「3～4 人で遊ぶことが多い」などの声が多数あった。放課後は習い事やスポーツクラブなどに通い、また、あまり遠くまで出かけ

ることができないなどの理由により、大勢の友だちと一緒に遊ぶことができない実態がある。できるだけ多くの子と一緒に遊ぶ中で、社会性や人間関係を築くことを学んでほしいという願いはあるのだが、上記にあげた理由を考えるとなかなか多くの子どもが集まることは難しい。そこで、まずは現時点の実態に即した人数でもできる運動遊びを提供したいと考えた。

【手立て 2】

みんなで楽しむための「工夫の仕方」を検討する場面を学習過程に取り入れる。

授業で教材として提示された運動遊びを決められたルールだけで行うのではなく、ルールや条件などを、みんなで楽しめるように変えていくということを学習過程に取り入れる。そのことにより、参加者の実態に合った運動遊びをつくることが経験できるとともに、思考場面を意図的に取り入れることにより、主体的な学びにつながると考えた。

【手立て 3】

指導と評価の一体化を目指した 1 枚ポートフォリオ評価 (One Page Portfolio Assessment) の活用

1 枚ポートフォリオ (以下:OPP) を活用し、学習前、学習中、学習後の児童の変容を見取る。また、1 時間の授業ごとに「今日の授業で一番大切だと思うこと」を書かせ、そこへ教師が適切なコメントを入れることで個に応じた指導を行うことができると考える。さらに、記入した学習感想の内容を、授業内容および指導方法などの授業改善に役立てる。

【手立て 4】

授業で扱う運動遊びの進め方、道具などが記載されているハンドブック (以下:遊びブック) の配布及び拡大掲示

授業の中で行っただけでは、運動遊びの進め方を忘れてしまうことも考えられる。見たいときにすぐに確認できるように分かりやすいイラストと簡単な説明の入った A5 版の小冊子を配布する。また、単元のはじめに配布することにより、見通しを持って授業に臨む

ことができ、安心して活動に入ることができると考えた。

②「運動の日常化」のための手立ての検証

【手立て1】の効果について

3つの条件を満たす教材

実態調査から得られた結果から、対象となる子どもが日常的な運動として取り入れやすい条件として3点挙げ、それらを満たす運動遊びとして8つの教材を授業に取り入れた。

進め方やルールのわかりやすさという点においては、授業の進め方や説明の仕方にも大きく関わるが、どの教材においても比較的スムーズに理解することができていたように思う。しかし、活動の様子を観察すると、ルールは理解できているがゲームに入ると十分に動くことのできない子どもが見られた。例えば「Sけん」における体をぶつけ合って相手の動きを止める場面などにおいて、どの程度の力で相手を押していいのか、ぶつかっているのかなど、相手に対する遠慮や集団の中で自分がどの程度の力を発揮することが適切なのかといった部分で、授業者側がねらいとするゲームの様相まで到達できていない場合があった。特にこれまで、体をぶつけ合って運動を行う経験の少なかった女子にその傾向が多く見られた。

子どもたちの身近な道具、簡単な準備で行うという点においては、各学級に配布されているドッジボール用のボールや道具が必要のない内容の教材を扱い、場の設定においてもあらかじめラインを描いておくのではなく、子どもたちが足で地面に印や線を描く活動を取り入れた。比較的使い慣れているボールを使用することでボールに対する恐怖心の軽減につながるとともに、子ども自ら場の設定を行うことで、どのくらいの広さのコートが適切なのかを考えることにつながった。

10～20分程度という休み時間を想定した時間設定においては、短い時間の中で完結する教材を扱うことで、授業内でも複数回ゲー

ムを行うことができ、授業の中での習熟度を高めることにもつながった。ある程度回数を重ねることで、動き方のコツをつかめたり、ゲームの戦略を工夫したりすることができる。これらのことは、ゲーム自体のおもしろさを実感することに大きく関わってくると思われる。実際に1回目の授業に行った「門番じゃんけん」は、子どもから「もう一度みんなでやりたい」という希望があがり、3時間目の授業の準備運動で行った。

3～5人程度という人数設定においては、単元を通して男女混合で5～6人のグループを6班編成し、授業を行った。この班は、たてわり班活動などで4月初から運用されている班を活用した。一定期間一緒に活動をこなしてきているのだが、活動の様子を観察していて男女間の意識による遠慮や運動経験、運動能力差を起因とする習熟度の違いから、十分な満足感が得られていない子どももいたように感じた。「何をどのようにするのか」も重要だが、子どもたちにとっては「誰とするか」という部分は大きいように感じた。

【手立て2】の効果について

「工夫の仕方」の検討

6時間の授業で8つの運動遊びを教材として扱ったのだが、1時間目の授業の中で「みんなが楽しめるようにするためにどんな工夫ができるのか」ということも考えながら運動遊びを楽しむことを全体に投げかけた。そして、授業の大まかな流れを

- ① 主運動につながる準備運動
- ② 本時の課題確認
- ③ 本時で行う「運動遊び」の進め方、ルール説明
- ④ 1回目のゲーム
- ⑤ **みんなで楽しむための「工夫の仕方」の検討**
- ⑥ 全体で出し合った「工夫」を取り入れたゲーム
- ⑦ 全体での振り返り

とした。以下は1時間ごとの授業後に「今日の授業で、1番大切だと思ったことを書きましょう」という問いに対する子どものOPPの記入である。なお、ID17、ID20、ID31（図1、

2 と対応) は実態調査において「運動することがやや苦手」「1 週間の運動時間が 315 分 (1 日平均 45 分以下)」「歩数調査で学級平均を大きく下回る」子どもである。

【ID17 児】自分たちでいろいろな遊びにチャレンジしてみても、そこから新しい遊びを考えるのが楽しいし、自分で考えるのが大切だと思った。

【ID20 児】今日はゴムとびとあんたがたどこさをしました。少し難しいところがあったけど、楽しかったです。もっと難しくとぶためには、とぶ回数を増やしたり、高さをかえたり、速さをかえたりするとよいと思いました。教室ですぐできるのでやりたいと思います。

【ID31 児】「S けん」はルールを変えるともっとたのしくなった。あと、ゲーム中に強く押されすぎて転んだ人がいたから、手かげんも時には必要だと思う。ほかのゲームと同じように工夫して安全にだれでも楽しめるようにすることが大切だと思った。

ID17 児は新しい遊びを経験することによる充実感を味わっていることがうかがえ、自ら考えることにより、より楽しむことができることに気付いている様子が見て取れる。また、ID20 児は難しさを楽しもうとする姿勢がみられ、より難易度を上げるために「回数」「高さ」「速さ」といった具体的な工夫の仕方について記述するとともに、授業後にも運動をしたいという気持ちの高まりを感じる。ID31 児はルールを工夫することでより楽しめると感じているとともに、安全面への配慮についても触れている。他にも 3 名の女子児童から安全の確保に関する記述がみられた。体格差や能力差がある中で、どのように安全性を確保していくのかという視点は運動を苦手とする子どもにとっては重要度が高いと判断できる。この面からも、前述した「誰とするか」という部分は「運動を楽しむこと」として大きく関わると推測できる。

以上のようなことから思考場面を取り入れることは、提示された教材をただ行うのではなく、新しい遊びをつくり出すという創造的な活動となり、運動遊びに対して主体的に関わることに繋がったと考える。

【手立て 3】の効果について

指導と評価の一体化を目指した OPPA の活用

以下は、授業で使用した OPP の記述である。学習の前後に「ア：休み前時間や放課後、家に帰ってから遊ぶとしたら、どんなことをしたいですか」、「イ：運動遊びのよさはどんなところですか」という同様の問いを設けた。学習前後の自己の変容の比較に対しては「ウ：学習前と学習後をふりかえって、どんなことが分かりましたか。また、この学習をして何が変わりましたか。そのことをについてあなたはどのように思いますか」という問いを設けた。なお、ID3、ID17 の児童は実態調査で「運動することがやや嫌い」「1 週間の運動時間が 210 分 (1 日平均 30 分以下)」「山梨県新体力テストの結果において D 判定」の子どもである。

【ID3 児】

学習前	ア：ブランコ
	イ：体を動かすこと
学習後	ア：S けん・宝とり・ブランコ *あんたがたどこさ*は実際に行った運動遊び
	イ：楽しく体を動かすこと みんなで楽しく遊べる場所
児童の変容	ウ：みんなで楽しく遊ぶために工夫することが大事で、安全に気を付けるようになった。これからも続けていきたい。

【ID17 児】

学習前	ア：友だちとおしゃべり・パソコン
	イ：体力がつけられる
学習後	ア：友だちと運動遊び・天大中小・宝とり *あんたがたどこさ・ゴムとび
	イ：体力がつけられる・いろいろな遊び方ができる・簡単に運動ができる
自己の変容	ウ：運動遊びは、簡単に体力がつけられて運動もできる。体力がついた、ふだん遊ばない人たちとも運動できた。体力に自信がなかったけれど、体力がつけられた。いろいろな人と交流ができてよかった。

どちらの子どもにおいても学習後の記述において授業で扱った運動遊びを複数あげている。実際に行った遊びについてもゴムとび系

の2種類を記述しており、授業で学習したことにより運動遊びに対する意欲の高まったことが見て取れる。また、自己の変容についてID3 児は「みんなで楽しく遊ぶためには工夫をすることが大切」ということを挙げ、単元全体の授業過程で学習してきたことの意識化がなされたと推測できる。ID17 児からも運動することに対する意欲の高まりおよび自己の体力に対するとらえ方の変容を実感しているとともに、友だちとの交流という人間関係面での成就感も見とることができる。

さらに、以下は4時間目の授業後に記入したOPPからの抜粋である。

【ID9 児】2回目のチームとのルールが分からなくなりました。ルールを変えると楽しいけど、そのことをみんなに分かるように説明するのも大切だと思いました。

【ID15 児】ルールがいろいろ変わると、理解できない人もいるから、ややこしくなるのでちゃんと話し合いをして、みんな理解してからあそぶといい。

どちらの子どももルールの変更については肯定的にとらえてはいるものの、変更後のルールの徹底の仕方やゲームの進め方について記述している。他3名から類似した記述が見られた。このことを受けて5時間目の授業は「工夫の仕方を考える」という学習内容を班ごとではなく全体で話し合いを行い、変更するルール内容を全体で共有した上で、そのルールに合わせた作戦をチームごとに考えるという流れで授業を行った。前時の記述をもとに計画していた指導案の修正を行うことにより、指導の改善を図ることにつながった。

OPPを活用したことで、授業の前・中・後の児童の変容の様子をある程度見取ることができたとともに、授業者が意図する学習のねらいに対して子どもの達成状況や理解状況を見取る材料として一定の成果が得られた。また、子どもの記述をもとに授業評価を行うことで授業改善を図ることにつながったと考える。

【手立て4】の効果について

遊びブックの配布及び拡大掲示

授業で扱う運動遊びの進め方、道具などが記載されているハンドブックを単元のはじめに配布し、拡大版を教室に掲示したが、授業以外の場面で活用されることは少なかった。しかし、授業の中で、ルールの説明などを補う際の資料としては有効活用できた。

③「運動や遊びにかかわる実態調査」結果

表2「運動に関わる意識調査の結果」

- ①運動やスポーツをすることが好きですか。
(1好き 2やや好き 3ややきらい 4きらい)
- ②運動やスポーツをすることは得意ですか。
(1得意 2やや得意 3やや苦手 4苦手)
- ③運動やスポーツをもっとしたいと思いますか。
(1思う 2やや思う 3あまり思わない 4思わない)
- ④体力に自信がありますか。
(1自信がある 2やや自信がある 3やや自信がない 4自信がない)

ID	授業前(2014.7.17)				授業直後(2014.12.14)				授業1ヶ月後(2015.1.15)			
	①好き／嫌い	②得意／苦手	③もっとしたいか	④自信があるか	①好き／嫌い	②得意／苦手	③もっとしたいか	④自信があるか	①好き／嫌い	②得意／苦手	③もっとしたいか	④自信があるか
1	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	3
2	1	2	1	2	1	1	1	2	1	1	1	2
3	3	3	2	4	2	3	2	4	3	▲4	2	4
4	1	3	2	3	1	2	2	3	1	2	2	3
5	2	2	2	2	1	2	1	2	1	▲3	2	▲3
6	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
7	2	3	3	3	2	2	2	3	2	3	2	3
8	1	2	1	3	1	2	1	2	1	2	1	3
9	2	2	2	3	1	2	1	2	2	2	2	2
10	2	3	3	2	2	3	2	2	▲3	3	3	2
11	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
12	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2
13	1	2	1	3	1	2	1	2	1	2	1	3
14	1	2	2	3	1	2	1	2	1	2	2	2
15	1	2	2	3	1	2	1	2	1	▲3	▲3	3
16	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1
17	3	3	2	3	2	3	1	2	2	3	2	3
18	2	3	2	4	1	3	1	3	2	3	2	3
19	2	2	2	2	1	1	1	2	2	2	▲3	2
20	2	3	2	3	1	3	1	3	2	2	2	3
21	1	2	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1
22	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2
23	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2
24	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1
25	2	3	2	4	1	2	1	1	2	3	▲3	4
27	1	1	1	2	1	1	1	2	1	1	1	1
28	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2
29	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
30	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
31	3	3	3	4	2	3	3	4	▲4	▲4	3	4
32	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
33	1	2	1	3	1	2	1	2	▲2	2	1	3
34	1	3	2	2	1	2	1	2	1	2	1	2
平均	1.42	2.03	1.55	2.42	1.15	1.82	1.18	2.00	1.30	1.79	1.43	2.22

授業前と比較すると授業直後の各項目の数値は同じ、もしくは向上（網掛け部）していて、平均値においては全ての項目で向上している。しかし、授業1ヶ月後の数値では、向上した児童は減少し、低下（▲印）している項目が多数ある。特に授業前にいずれかの項

目で3もしくは4を記入した子どもにその傾向は強い。ここから考えられることは、「継続した働きかけの重要性」である。ある一定期間の取組で運動に対する意欲面での向上が図られても、それを継続していかないと意欲は低下していくことが数値として表れる結果となった。

4 全体考察

本論文では、小学校現場における体育科の授業づくりにおいて、子どもたちの「運動の日常化」を促すための手立てについて検討した。結果から、本論文の研究課題である「運動の日常化」を目指した体育科の授業づくりについて、以下の3点で貢献するような示唆が得られた。①子どもたちの実態に合わせた教材を授業で取り入れることは、「運動の苦手な子」「運動が嫌いな子」「体力水準の低い子」も主体的に運動に関わる一助となる、②子ども自ら運動（遊び）を創り出す喜びを感じられる経験は、子どもたちにとって運動の新たな可能性を見いだすきっかけとなる、③「運動の日常化」を視野に入れた授業づくりを継続的に行うことで運動そのものに対する意欲の向上が図られるのではないかと、という3点である。

多忙化する学校現場の中で子どもたちの実態を丁寧に調査し、把握・分析することは困難な部分があるであろう。また、本研究で調査対象となった学級は体育科の高度な専門知識を有する教師が担任であり、日頃から専門性の高い体育科授業の実践を行っており、子どもたちの運動に対する土壌が耕されていたため、ある程度の成果が見られたと考えることもできる。しかしながら、子どもたちの「運動の日常化」を目指す上で、体育科授業づくりの具体的な手立ての在り方を提供できたものと期待する。本研究では小学校高学年における「体づくり運動」領域での授業実践であったが、他学年、他領域での体育科授業の在り方についての検討が今後の課題である。

5 引用文献

- ・小学校学習指導要領解説 体育編
- ・中教審答申（2008）幼稚園、小学校、中学校、高等学校及び特別支援学校の学習指導要領の改善について
- ・東京都教育委員会（2010）子供の体力向上推進本部 総合的な子どもの基本体力向上方策 第一次推進計画
- ・中村和彦（2014）レクで学校まるごと元気アップ事業 運動や遊びについてのアンケート
- ・日本学術会議（2011）提言「子どもを元気にする運動・スポーツ適正実施のための基本方針」
- ・堀哲夫、進藤聡彦、山梨県上野原市立巖中学校（2006）1枚ポートフォリオ評価 中学校編、日本標準
- ・堀哲夫（2013）一枚ポートフォリオ評価 OPPA 教育評価の本質を問う 一枚の用紙の可能性、東洋館出版社
- ・文部科学省（2011）子どもの体力向上のための取り組みハンドブック
- ・文部科学省（2014）全国運動能力・運動習慣等調査報告書
- ・山梨県教育委員会（2014）山梨県学校教育指導重点小学校指導重点

6 資料

授業で扱った運動遊び一覧

『名前』『活動可能な人数・道具』 ☆運動の日常化に向けた教材の特性
鬼ごっこ系 『宝取り』『8～20人・ボール2』 ☆活動人数に幅があるので、コート of 広さや、安全ゾーンの設定などの工夫ができる。 ☆攻撃役と守備役を決める、足の速い子はケンケンにするなど、ルールや作戦の工夫ができる。 『門番じゃんけん』『8～40人・なし』 ☆鬼に捕まってもじゃんけんを入れることで復活のチャンスがあり、偶然の面白さがある。 ☆鬼の人数を調整したり、コート of 広さを調整したりしながら難易度を変えるなどの工夫ができる。 『Sけん』『8～20人・ボール2』 ☆鬼を入れ替える安全ゾーンをつくる。長くケンケンができない子は外側では両足OK。誰もとめられないくらい強い子は両手を組んでケンケンするなどルールの工夫ができる。 ☆守備役と攻撃役など役割分担をするなど作戦の立て方を工夫できる。
ゴム跳び系 『ゴム跳び』『3～6人・5mのゴムひも』 ☆高さを上げたり、テンポを速くしたりすると難易度が上がる。 ☆周りの仲間がかけ声をかけたり、2人、3人で一緒に飛んだりするなどする。 『ゴムだん』『3～6人・5mのゴムひも』 ☆様々な跳び方を紹介したり、慣れてきたところで難易度を上げた跳び方をしたりする。 ☆ある高さをクリアしたらとか、引っかかったらなどルールの工夫をさせる。 『あんたがたどこさ』『1～6人・なし』 ☆1人で動きの確認を行った後、2人、グループ、全体と、変化をつけたり、慣れてきたらリズムを速くしたりする。 ☆みんなで歌いながら、楽しんで活動できるようにする。
ボール系 『チームテンカボール』『2～4人・ボール』 ☆2人以上の場合は、グループで行うこともできることを伝える。 ☆グループで何回続くか、だれが最後まで残ることができるか対戦するなどルールが工夫できる。 『天大中小』『3～6人・ボール』 ☆ボールを片手で打ったり、両手で打ったり、片手キャッチ、で行うなど、習熟度に合わせたルールの工夫ができる。 ☆3人でも「天・大・中」として行うこともできる。 ☆コートを広くしたり、中心部分はアウトゾーンを設けたりするなど、ルールの工夫ができる。