

# 個が生きる体育科の授業

——第5学年「15秒間折り返し走・東雲5年リレー」を中心に——

岡本秀隆

## 1. 研究の目的

個が生きる体育授業は、一人ひとりの児童が自己の能力に応じた学習のめあてを持ち、学級全体としての共通の学習のめあてを集団で主体的にかかわり合いながら追求する中で運動の認識を高め「わかる・できる」喜びを味わうことのできる教授＝学習であると考えている。また、個が生きる授業過程は、教授学的原理である「統一と分化」、すなわち『「統一」とはすべての子どもたちを等しく高いレベルの陶冶・訓育過程に組み入れることを意味し、「分化」とはそのさい彼らの個性的な発達可能性を最大限に配慮し促進することを意味する』<sup>1)</sup>ことをふまえて構成することが大切であると思われる。本年度は、これまでの短距離走・リレーの学習が走力の優れている児童のみの楽しい運動になっているのではないかという問題点から個が生きる「短距離走・リレー」の授業についての次の3つの仮説を設定し、実践的研究によって授業構成の仕方を明らかにしたい。

## 2. 研究仮説と検証方法

### 仮説1

児童は、一人ひとりの短距離走・リレーに対する個人差に視点をあてて、「統一と分化」の原理に基づいた教材づくりを行ったならば、自己の能力に応じた学習のめあてを持って主体的に学習に取り組むことができるであろう。

### 仮説2

グループは、50m走の合計記録がほぼ同じになるように走力の異なる児童で編成し、それぞれの役割を分担すると一人ひとりのかかわり合いを深めることができるであろう。

### 仮説3

児童は、一単位時間における共通の学習のめあて追求の『めあての把握→試行→集団思考（観察・思考）→練習→たしかめ→まとめ』の課題解決的な学習過程を構成すると集団でかかわり合いながら運動の認識を高め、「わかる・できる」喜びを味わうことができるであろう。

以上の3点の仮説を事前・事後の意識調査、VTR、学習カード等から児童の興味・関心、学習意欲、行動、記録の伸び、思考の深まり、集団でのかかわり等を中心に分析し検証する。

## 3. 実践事例 第5学年「15秒間折り返し走・東雲5年リレー」

### (1) 実践にあたって

#### ① 単元のねらいと内容

15秒間折り返し走・東雲5年リレーは、一人ひとりの個人差に視点をあてて「統一と分化」の原理に基づいた教材開発を本校で行ったものである。すなわち、「全力を出し切って、折り返しの距離やリレーの記録を伸ばす」ことを統一的な達成目標とし、これらの達成目標を実現させるために、一人ひとりが個々の走力や技能によって折り返し地点・走る距離・腕の振り方・バトンパスの仕方等のめあてを分化して追求するものである。

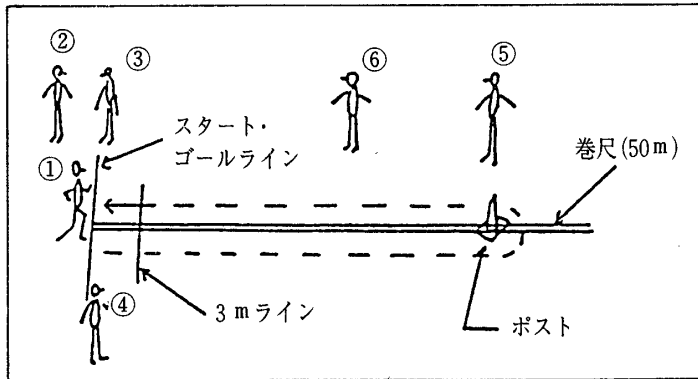
15秒間折り返し走は、自己の50m走の記録をもとに15秒間で折り返すことのできる距離に挑戦し、グループで教え合いながら折り返しの走り方や腕振り等の技能を習得し、記録を高めることをねらいとした教材である。また、東雲5年リレーは、グループ内でお互いに個人の走力差を認め合いながらトラック（130m）の一周コースと2/3周コースを走る人をそれぞれ決定し、テークオーバー・ゾーン（15m）の中でのバトンパス等の技能を習得し、記録を高めることをねらいとした教材である。

② 方法

ア 15秒間折り返し走

(ア) 各自の50m走を測定し、6人の男女混合異質グループを編成する。各グループとも50m走の合計タイムがほぼ同じようにする。

図1



(イ) グループで①・②走者 ③・④ゴールの判定者 ⑤折り返し地点にポストを置く者 ⑥走り方の観察者等の役割を決める。①が走った後は、①が⑥の位置へ、⑥は⑤へとローテーションをする。(図1)

スタートとスタートから15秒間後の笛の合図は教師が行う。

(ウ) 各自の折り返し地点は、50m走の記録をもとにした15秒間折り返し地点(表1)を参考に

表1 50m走の記録と15秒間折り返し走の折り返し地点

タイム	7.8以内	7.9~8.0	8.0~8.1	8.2~8.3	8.4~8.5	8.6~8.7
距離	43m以上	42m	41m	40m	39m	37m
タイム	8.8~8.9	9.0~9.1	9.2~9.3	9.4~9.5	9.6~9.7	9.8~9.9
距離	36m	35m	34m	33m	32.5m	32m
タイム	10.0~10.1	10.2~10.3	10.4~10.5	10.6~10.7	10.8~10.9	11.0以上
距離	31.5m	31m	30.5m	30m	29m	28m

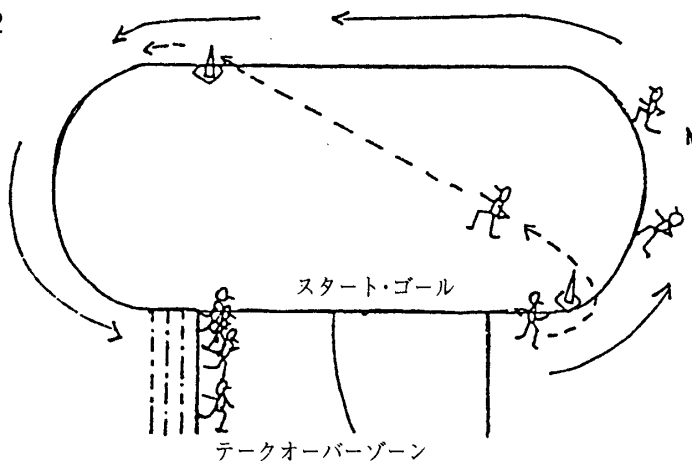
決定する。各自の折り返し地点が合格したら折り返し地点をスタートからさらに遠くする。

不合格の場合は、もう一度挑戦するか、折り返し地点を近くにして挑戦する。

イ 東雲5年リレー

(ア) グループは、15秒間折り返し走での6名の男女異質グループとする。

図2



(イ) 트랙の1周と2/3週の二つのコースを設定する。6名がテイクオーバーゾーンの中でバトンを受け渡して走り継ぐことで勝敗を競ったり、記録に挑戦する。グループの中の2名は、2/3週のコースを走る。そして、第一走者と残りの3名は、一周のコースを走る。二つのコースの選択と走る順序は、各グループの作戦として工夫する。

(ウ) 1周と2/3週の二つのコースが出会う所は、2/3週のコースを走っている者を優先とする。

③ 児童の実態

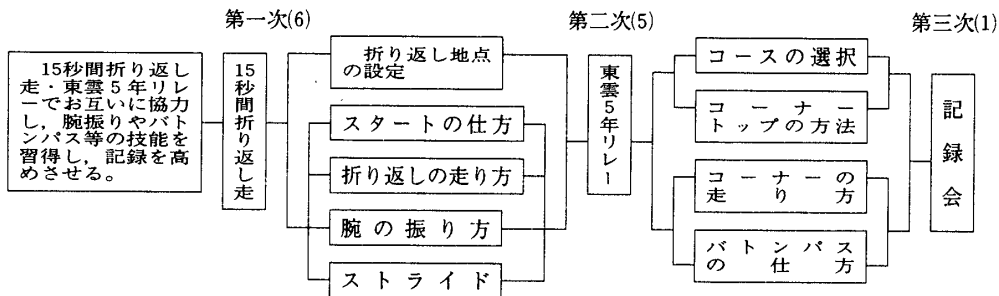
指導前の短距離走に対する興味・関心は、好き13人・普通11人・嫌い9人である。また、好きな理由は、①足が速い②得意だから、嫌いな理由は、①足が遅い②疲れる等を上げている。学習への参加意欲は、やりたい13人・普通10人・やりたくない10人である。50m走の記録は、最高8秒3・最低10秒1、そして、平均8秒9である。次に、リレーに対する興味関心は、好き15人・普通9人・

嫌い9人である。また、嫌いな理由は、①足が遅い②責任がある等を上げている。学習への参加意欲は、やりたい17人・普通11人・やりたくない5人である。このように児童の短距離走・リレーに対する興味関心・学習への参加意欲・走力には、大きな個人差が見られた。

④ 指導目標

- ア. 15秒間折り返し走で自己の記録に挑戦し全力で走る喜びを味わわせ、腕の振り方・折り返しの走り方・スタートの仕方などを身につけさせる。
- イ. コーナートップの方法を用いて東雲5年リレーをし、記録の向上を目標に、一人ひとりの走る距離の工夫やテークオーバー・ゾーンの中でスピードを落とさないで次走者へのバトンパスの仕方などを身につけさせる。
- ウ. グループで記録・観察・判定係を分担し、安全に気をつけてお互いに教え合い、励まし合っで計画的に練習や競争ができるようにさせる。

⑤ 指導内容と計画.....12時間

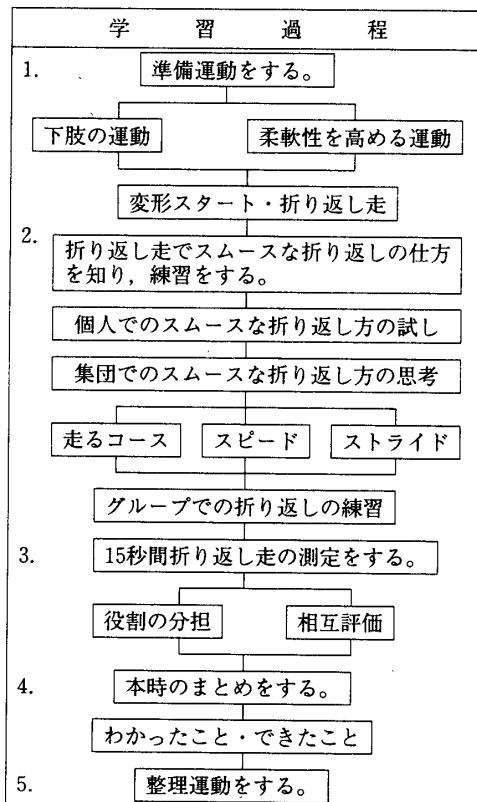


(2) 実践の概要

① 第一次 (4時間目)

ア. 本時の目標

スムーズな折り返しができ、自己の目標距離を走り通すことができるようにさせる。



イ. 学習過程と児童の反応

最初に、「時間のかからない折り返しの走るコースや走り方はどのようにしたらよいか」と発問をし、これまでの経験から走るコースやストライドの広さを予想させた。

次に、その予想をもとに各自で試行させた。そして、折り返し距離が長く、スムーズな折り返しをしているA児の示範を観察させた。A児の走ったコースやストライドの変化を分かりやすくするために足跡に赤玉を置いた。児童は、A児の走ったコースやストライドの変化の観察と自分との比較をもとに集団思考によって、「走るコースは、ポストの近くを回る。」「ストライドは、折り返す手前からストライドの幅がだんだんに狭くなり、折り返し終わるとストライドの幅が広がる。」ことを認識した。

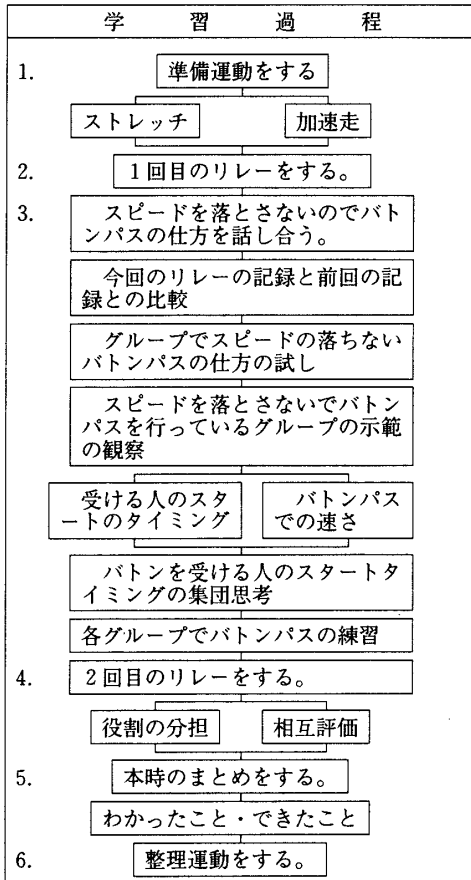
次に、各グループで折り返しの走るコースとストライドの幅について相互評価をしながらスムーズな折り返し走の練習をした。

最後に、各グループで練習の成果を試すために①スムーズな折り返しができたか②自己の目標距離を走り通すことができたかを相互評価しながら15秒間折り返し走を行った。

② 第二次（3時間目）

ア. 本時の目標

バトンを受ける者のスタートのタイミングがわかり、テークオーバー・ゾーン内でスピードを落とさないバトンパスができるようにさせる。



イ. 学習過程と児童の反応

1回目のリレー後に各グループで前回のリレーの記録との比較をさせた。そして、「どのようなリレーの記録を伸ばすことができるか」と発問をし、スピードの落ちないバトンパスの大切さに気づかせた。次に、「スピードの落ちないバトンパスをするには、どこに気をつけたらよいか」と発問し各グループで予想と試行をさせた。そして、スピードを落とさないでバトンパスを行っているグループにバトンを受ける者のスタートのタイミングを変えてバトンパスを示範させて、児童にバトンパスでのスピードの変化を中心に観察させた。児童は、「スピードを落とさないでバトンパスをするには、バトンを受ける者が渡す者のスピードに合わせてスタートのタイミングを決めなければならない」ことを集団思考で認識した。次に、各グループでテークオーバー・ゾーンの手前に1m間隔に引かれたラインを活用してスタートをする位置を変えてスタートのタイミングを探しながらバトンパスの練習をした。

最後に、各グループで練習の成果を試すために①バトンを受ける者のスタートのタイミング②リレーの記録の伸びの2点を相互評価しながら2回目のリレーを行った。

(3) 実践の分析

仮説1

児童は、一人ひとりの短距離走・リレーに対する個人差に視点をあてて、「統一と分化」の原理に基づいた教材づくりを行うことにより、自己の能力に応じた学習のめあてを持って主体的に学習に取り組むことができたか。

授業後の15秒間折り返し走・東雲5年リレーの学習に対する児童の取り組みや興味関心等の調査結果は、次の通りであった。

表2 学習に対してどのように取り組みましたか。

内 容	(%)
い つ も や る 気	64
ま あ ま あ や る 気	19
やる気があったりなかったり	17
あまりやる気なく	0
まったくやる気なく	0

表3 15秒間折り返し走・東雲5年リレーの学習は、好きですか。

内 容	4年生までの短距離走・リレー	15秒間折り返し走東雲5年リレー
大 好 き	44	42
ま あ ま あ 好 き	17	33
どちらでもない	19	25
嫌 い	17	0
大 嫌 い	3	0

表4 15秒間折り返し走・東雲5年リレーで、どの様な時に一番頑張っていたか。

内 容	(%)
記録や技能の伸び	33
自分の目標やねらいに挑戦	18
走り方やバトンパス等の工夫	18
運動のやり方やコツがわかった	15
友達や先生からの認め合い	12
自分の力を発揮	4
スリルを味わったり、集中できた	0

表2によると83%の児童は、単元全体を通してやる気を持って取り組んでいる。また、表3の興味関心は、4年生の時と比較すると嫌い・大嫌いとした児童が20%から0%と変化している。

これは、表4から自分にあった目標に挑戦をし、走り方やバトンパスの仕方等の工夫による記録や技能の伸びの喜びを味わうことができたことによるものと思われる。

このことは、走ることの得意でないM子の15秒間折り返し走の授業感想からもうかがえる。

15秒間折り返し走なら、普通に100m・150m走るより好きです。なぜかという、目標が具体的に決まっていることと、他の人との競争ではないからです。直線はスピードをあげ、カーブでは落とす、遠回りをする等をつけます。できれば、35m走りたいです。足は遅いけど、もう少しがんばればできるかもしれません。わかったことは実行できるとよいです。私にできることは、「最後まで走る」ことです。最後の1・2秒を力を抜くだけでずいぶんちがってしまうからです。これからも続けて目標距離を達成したいです。

しかし、表2で17%の児童が学習への取り組みでやる気があったりなかったりしているのは、自分に合った目標が設定できずに記録や技能の伸びを味わえなかったことによるものと思われる。

#### 仮説2

グループは、50m走の合計記録がほぼ同じになるように走力の異なる児童で編成し、それぞれの役割を分担することにより一人ひとりのかわり合いを深めることができたか。

15秒間折り返し走の授業後にS子は、次の様な感想を述べている。

私は、この15秒間折り返し走が好きです。一人ひとりの仕事の分担が決まって自分が何をしたらよいかわかるからです。速い人も遅い人もみんな、人の走り方をよく見ていると良い所がわかり、自分も速く走れます。大変足が速くなって、自信が持てるようになりました。

S子は、役割分担による協力や良い動きを見合うことが記録や技能の向上につながったと述べている。また、役割分担や評価観点の明確化は、学習の仕方の理解や協力の態度を高めるのに効果的であった。特に、走力の異なる児童によるグループ学習は、互いの良い動きを観察し合うのに適していた。しかし、お互いの動きに対する「がんばれ」以外の言葉かけによる教え合いは、十分でなかった。これは、表5や表6のかかわり合いに対する児童の意識調査の結果からもうかがえる。

表5 15秒間折り返し走・東雲5年リレーの学習は、助け合いや協力し合う態度が身につきますか。

内 容	(%)
とてでもできた	33
できただ	28
どちらとも言えない	39
できな	0
まったくできなかった	0

表5で61%の児童は、学習を通して助け合いや協力し合う態度が身につくと答えている。しかし、39%の児童はどちらともいえないと述べているのは、お互い集団で個と個がかかわり合って深めていく場と時間的保障が十分でなかったためであると思われる。

#### 仮説3

児童は、一単位時間における共通の学習のめあて追求の『めあての把握→試行→集団思考(観察・思考)→練習→たしかめ→まとめ』の課題解決的な学習過程を構成することにより、集団でかわり合いながら運動の認識を高め「わかる・できる」喜びを味わうことができたか。

授業後の「わかる・できる」喜びに対する児童の意識調査の結果は、次の通りであった。

表6 わかる・できる喜びを得られたか。

内 容	(%)
とて も で き た	17
で き た	34
ど ち ら と も 言 え な い	36
で き な い	8
ま っ た く で き な か っ た	5

表7 運動のやり方だけでなく、その基本となる理論を学ぶことができましたか。

内 容	(%)
とて も で き た	28
で き た	22
ど ち ら と も 言 え な い	47
で き な い	0
ま っ た く で き な か っ た	3

表6・表7では、児童が課題解決的な学習過程を通して運動の認識をし、その認識をもとにできる喜びを味わっていることが推測される。特に、課題をより分かりやすくするために足跡に赤玉を置いたり1m間隔にラインを引いたことは、認識を深めるために効果的で合ったと思われる。

また、このことは、S子のバトンパスのスタートのタイミングの感想からもうかがえる。

私は、ゴーマークの位置を4mにすると良いことがわかりました。最初の2mの位置では、Kさんにすぐにぬかれてしまいました。見ていてくれたYくんが4mにするとよいと言ってくれたのでやってみました。ちょうど良かったので決めました。バトンを受ける人は、渡す人と同じぐらいの速さで走ればよいことがわかりました。

15秒間折り返し走の折り返し地点と東雲5年リレーの記録の結果は、表8・表9の通りである。

表8 最初の折り返しの目標距離に対する記録の伸び

距離(m)	-0.5	0	0.5	1	1.5	2	2.5	3
(%)	0	33	28	11	11	8	6	3

表9 合計記録に対するリレー記録の伸び

グループ	1	2	3	4	5	6
合計記録	2'19"	2'20"6	2'20"3	2'23"6	2'22"	2'24"
1回目	-3"	-6"8	-3"6	-7"6	+1'18"	-9"
2回目	-5"2	-5"7	-2"2	-6"6	-5"	-12"
3回目	-2"8	-7"	-7"1	-8"6	-5"	-8"
4回目	-7"	-7"9	+1"	-8"6	-5"	-10"

表8から児童の最初の目標距離は、全員が達成している。

また、2m以上の伸びが17%も見られた。しかし、目標距離の達成だけで伸びのない児童が33%見られた。最初の目標距離の設定や課題追求の仕方を検討する必要がある。

表9によるとリレーの記録は、どのグループも合計記録よりも伸びている。特に、伸びは、児童のバトンパスの課題追求の時から顕著であった。

#### 4. まとめ

- (1) 個人差に視点をあてて、「統一と分化」の原理に基づいた教材づくりは、一人ひとりの児童を主体的に取り組ませることができた。
- (2) 異質グループによる役割を分担した学習活動は、お互いのよい動きを観察し合って高め合うことができた。しかし、言葉による集団でのかかわり合いを深めることは、不十分であった。今後さらに集団でのかかわり合いの視点の明確化や学習の場の検討が必要である。
- (3) 課題解決的な学習過程の構成は、運動の認識を高め「わかる・できる」喜びを味わわせることができた。特に、動きの状態を具体的に提示することは、課題を明確にし認識を高めるのに効果的であった。しかし、集団思考では、一人ひとりの多様な意見を十分に出させることができなかったので多様な考えが出やすい手だての検討が必要である。

#### 引用・参考文献

- 1) 吉本均編『教授学重要用語300の基礎知識』明治図書 P.224 1981年
- 2) 小林一久『体育の授業づくり論』明治図書 1985年