

体育・保健体育グループ

1 体育・保健体育グループにおける「表現」の定義

一人ひとりが目標に向かって 精一杯身体を動かす姿

体育学習指導要領によれば、体育・保健体育でいう「表現」とは、「身体による豊かなコミュニケーション能力の向上をねらいとした、「表現・リズム遊び」「表現運動及びダンス」である。しかし、本校では、「生涯にわたって運動に親しむ資質や能力を育て、健康の保持増進のための実践力の育成と体力の向上を図ること」を押さえた上で、図1のように自分から運動をする楽しさを知ったり、自分で目標や計画を立てて運動に向かったりすることができることをねらい、定義付けた。

児童生徒の表現方法は、運動種目や体調、好み等によって個々に異なるが、授業の中で表現を引き出すためのアプローチの視点を明確に押さえ、児童生徒が自ら見せる、頑張って身体を動かしている姿に目を向けた取組を行う。

本校の体力テストの結果を見ると、個人差はあるものの種目毎の偏りが大きい。従ってバランス良く運動に取り組むために、本研究では「体づくり運動」を取り上げて取り組むこととする。また、「体づくり運動」は、体育学習指導要領で、小学部から高等部まで全学年に位置付けられていること、そして、題材は変化しても、領域毎に継続して取り組めるため変容が見やすいことから、児童の表現や能力に合わせて内容を発展的に進めることができると考え設定した。

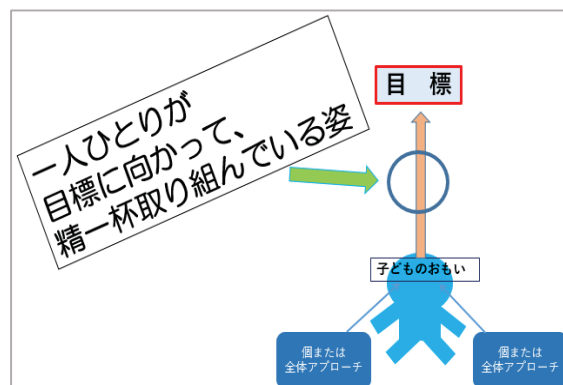


図1

2 研究の方法

(1) 学部毎の体づくり運動の題材と授業全体でのアプローチ

ア 小学部

授業の中で一生懸命さを引き出すために、発表場面を設定した。

領 域	題 材 名	内 容	実 施 期 間
運動・移動する運動・力試しの運動 (多様な動きを作る運動・バランスをとる運動・用具を操作する)	体の柔らかさ	・「ボールをとってストレッチ」	前期(7/13～10/3)
		・「くぐって出てきて」	後期(10/17～12/22)
	巧みな動き	・「ジグザグ走」	前期(7/13～10/3)
		・「びよんびよん跳び」	後期(10/17～12/22)
	力強い動き	・「ペットボトル」	前期(7/13～10/3)
		・「つなひき」	後期(10/17～12/22)
	動きを持続する能力	・「3分間走」	通年
		・「なわとび」	後期(10/17～12/22)

表1 小学部の授業内容

イ 中学部

意欲を引き出すために、言葉掛けに重きを置いた支援を行った。

領 域	題 材 名	内 容	実 施 期 間
体の柔らかさ	・「ジワジワよいしょー！」	膝を伸ばして開脚し、前屈して跳び箱を押した距離を測る。	前期（7/13～10/3）
	・「スパイダーウォーク」	マットの上を高這いの姿勢で移動する。	
	・「マウンテン」	線からかかとが離れないように膝を伸ばして前屈し、目標とする線に手を置く。線と線との間隔は7段階あり、段階が上がるにつれ間隔が狭くなる。	後期（10/17～11/22）
巧みな動き	・「ジャンプ&スリップ」	左右のゴムを横跳びで越え、潜った回数を数える。（1分間）	前期（7/13～10/3）
	・「ケンケン島渡り」	左右決められた足だけでマットを移動する。	
	・「平均台渡り」	平均台を渡る。	
	・「ケンケン島渡り2」	左右決められた足だけでマットを移動する。（コースの難易度を三段階に変更）	後期（10/17～11/22）
	・「なわとび」	縄跳びカードの項目に沿っていろいろな技に挑戦する。	
力強い動き	・「トントントン」	長座でメディシンボールを左右に移動し、その回数を数える。（1分間）	前期（7/13～10/3）
	・「ひっぱるんじゃーおろすんじゃー」	5kg、7kg、10kgのボールを肋木上部まで上げ下ろし。	後期（10/17～11/22）
	・「ぶらりんこ」	肋木にぶら下がり、その時間を計る。	
動きを持続する能力	・「4分間走」	体育館を走り、その周回数を数える。（4分間）	5/25～6/27
	・「5分間走」	体育館を走り、その周回数を数える。（5分間）	7/11～11/22

表2 中学部の授業内容

ウ 高等部

意欲を引き出すために、技能面への支援に重きを置いた。

領 域	題 材 名	内 容	実 施 期 間
後期から実施別 A・B グループに分かれる			
体の柔らかさ	「アスレチックボール」	アスレチックボールを、長座の体勢で上体を前屈させながら体の回りを転がし、周回数を数える。	前期（7/7～9/20）
	A 「バランスボール」	数種類の型を提示して、自分で選択して取り組む。	後期（11/22～12/13）
	B 「アスレチックボール」	アスレチックボールを、長座の体勢で上体を前屈させながら体の回りを転がし、周回数を数える。	
巧みな動き	A 「スラローム」	サッカーボールでジグザグドリブルをして進み、タイムを計測する。	後期（11/22～12/13）
	B 「反復横跳びボール取り」	右側にボール20個を入れた箱を置き、その中からボール1個つかみ、反復横跳びで左へ移動し、左側に置いてある箱に入れる。時間は30秒間。	
力強い動き	「ボルダリング」	長座でメディシンボールを左右に移動し、その回数を数える。（1分間）	前期（7/7～9/20）
	A 「手押し車」	二人ペアになり、①まっすぐコース ②またぐコース ③ジグザグコースの中から一つ選択して、コースに応じて記録を測る。	後期（11/22～12/13）
	B 「ボール引き上げ」	ロープに重さ3kgのメディシンボールを結びつけ、それを肋木にぶら下げ、座った上体で引き上げる。	
動きを持続する能力	「なわとび」	1分間、自分の好きな跳び方で跳び続ける。	前期（7/7～9/20）
	A 「3分間なわとび」	3分間、前回しを跳び続ける。	後期（11/22～12/13）
	B 「踏み台昇降」	曲（Choo Choo Train）をかけて、5分間、踏み台昇降を続ける。	

表3 高等部の授業内容

(2)「表現」の段階表と活用方法

体づくり運動において「表現」の捉えを明確にしたものであり、児童生徒の「表現」を判断する目標にしたり、変容を確認したりするために活用した。

ア 「表現」の段階表

目標を意識して，身体を動かすこと		
1 段階	2 段階	3 段階
設定された目標に向かって，チャレンジする。	自分で設定した目標に向かって，チャレンジする。	自分で設定した目標に向かって，試行錯誤しながらチャレンジする。

表 4

イ 領域毎の評価基準

領域		1 段階	2 段階	3 段階
多様な動きを作る運動（バランスをとる運動，用具を操作する運動，移動する運動，力試しの運動）	体の柔らかさ	指定された部位の柔軟運動をする。	自分で決めた部位の柔軟運動をする。	筋肉の伸展具合や関節の可動域の状態など自分の体の状態を把握しながら柔軟運動をする。
	巧みな動き	指定された課題に応じて，動作を調整しながら運動する。	自分で決めたレベルの課題に応じて，動作を調整しながら運動する。	自分で決めたレベルの課題達成に向けて，より効率的な体の動かし方を考え，動作を工夫しながら運動する。
	力強い動き	指定された筋肉への負荷がかかる運動をする。	自分の筋力に応じた負荷を設定して運動する。	自分の筋力に応じた負荷を設定し，達成に向けて力の入れ方や向き，動かし方などを工夫して運動する。
	能力 動きを持続する	指定されたタイムや回数まで動き続ける。	自分の体力に応じたタイムや回数を意識して動き続ける。	自分の体力に応じたタイムや回数を意識しながら，疲労度を考えペース調整をして動き続ける。

表 5

(3) 個に応じたアプローチの実施

ア 自己目標と評価について

本グループの「表現」で押さえた「～目標に向かって～」の部分の明確にして，学習に取り組むこととした。前期は，各学部「体育ノート」を活用して自己目標を明確に設定した。また，自己評価を通して「～精一杯身体を動かす～」ということへの理解と次への目標設定に繋げた。前期の取組を受けて再度検討し，後期は，「きついから楽勝」と評価の言葉を全学部統一して自己評価を行った。

自己評価	1	2	3
小学部	らくしょう		きつい
中学部	らくだった	ちょときつかった	すごくきつかった
高等部	まだ よゆう	もっと 頑張る	きつい

表 6

(小学部)

3年	後藤 遼真	12月	1日	木曜日
----	-------	-----	----	-----

きつい!		らしくよう!	
------	--	--------	--

マラソンのきろく

もくひょう	けっか	きつい	らしくよう!	先生から

びよんびよんとび

もくひょう	けっか	きつい	らしくよう!	先生から
2	△ □ 20 20	Q		/

せんせいから ひま。
ジャンプややくせも 両足ジャンプ
正しくやってね。

くぐってでて

もくひょう	けっか	きつい	らしくよう!	先生から
1	コース ① ②の位置	O		1

せんせいから
深呼吸をいいたね。大気をもった、星が光るから。

つなひき

もくひょう	けっか	きつい	らしくよう!	先生から
3+3				1

せんせいから
ふたつと三つを見ても

图 2

(高等部)

[illegible]

图 4

(中学部)

[illegible]

图 3

ほけんたいいくきょくひょう
保健体育記録表

ひづけ 日付	11 月 14 日
うまくできた・ わかったところ	ふらりんこで19条引いた
もっとがんばりたいところ	ケンケンしをわたり
この人の ここがすごい	
せんせい 先生へ	
せんせい 先生から	ふらりんこの記録更新おめでとう！ がんばっていますね。エ 藤

图 5

イ 対象児童生徒 小6名, 中6名, 高6名

対象児童生徒については、各学部から6名選出した。どの学部も障害や実態を固定せず、幅広い視野で対象を決め、事例研究とした。

(4) 検証について

検証は、図2～4の体育ノートを活用して、目標に向かっての自己評価と他者評価を文章または数値で記入する。様式は各学部の児童生徒の実態に合わせて用意する。数値では技能面の変化を、文章記述はエピソード等の記録も含め質的な変化を追い、両面から頑張っている姿を捉え検証する。

3 研究の結果

(1) 小学部

ア 対象児A 小2 男子 「マラソン」

(ア) 児童の実態とアプローチの視点

運動を苦手としている児童なので、遊びの中で体を動かす楽しさを知ることが大切だと考える。対象児Aには、プログラムの中に遊び心を取り入れて、興味関心を引くことで、自分から運動に取り組む姿が見られるのではないかな。

(イ) 目標とする評価基準は、動きを持続する能力の2段階「自分の体力に応じたタイムや回数を意識して動き続ける」である。

(ウ) 教師の支援と児童から見られた反応

T：教師の支援	C：児童の反応
T：ホースを一緒に持って走る。	C：息切れをしながら、ホースを離さず走る。
	C：「あ～疲れた」と額に汗がにじんでいた。
T：ホース持って、前を走る（鬼ごっこのように）	
C：笑いながらホースをつかもうと。	
T：周回数のチェックシートを作成	
C：スタートの合図に合わせて、自分から走り出す。	



図5 「マラソン」

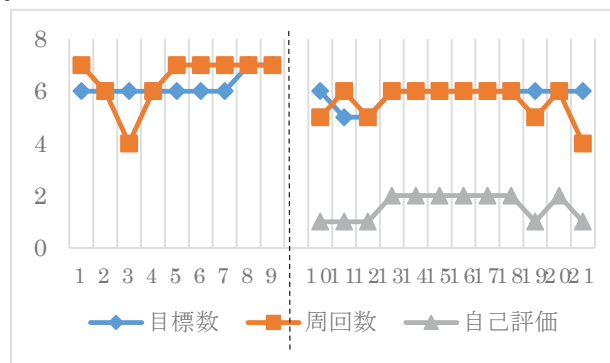


図6 児童A運動課題における変化

(エ) 体の成長は、4月と11月を比較すると、身長は4cm伸び、体重は2kg増えた。

イ 対象児B 小3 男子 「ボールをとってストレッチ」

(ア) 児童の実態とアプローチの視点

身体を動かすことは好きだが、肥満傾向からくる困難さが見られる、また、新しい動きの学習ではぎこちなさが見られる児童である。動きややり方が分かると、意欲的に取り組むことが多く見られるため、技能面へは、動きを細分化した分かり易い指導と、達成感を味わわせる意欲面へのアプローチを試みることで、自分から運動に取り組む姿が見られるのではないかな。

(イ) 目標とする評価基準は、体の柔らかさの1段階「指定された部位の柔軟運動をする」である。

(ウ) 教師の支援と児童から見られた反応

T：教師の支援	C：児童の反応
T：気を付けるポイントを視覚的に提示する。	C：「痛い、痛い」と言いながらも、運動を続ける。
	C：足がプルプルして限界に近くても、運動を続ける。
(発表会)	
T：記録更新を全員の前で発表した。	
C：腕、足まくりをして取り組み始めた。自分から、負荷をかける台を準備した。	



図7 「ボールをとってストレッチ」

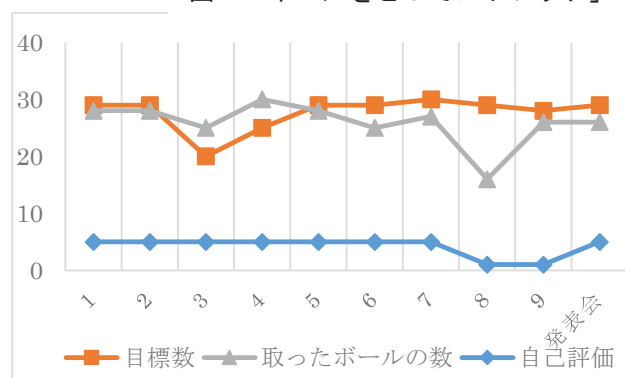


図8 児童B運動課題における変化

(エ) 体の成長は、4月と11月を比較すると、身長は3cm伸び、体重は0.5kg増えた。

ウ 対象児C 小5 男子 「ボールをとってストレッチ」

(ア) 児童の実態とアプローチの視点

身体を動かすことが好きだが、気を引かれる物があったり、明確に活動が理解できなかったりすると、集団から逸脱し、不適切な行動が見られる。しかし、視覚的な手がかりを活用し、活動内容を簡潔に伝えるたり、注意するポイントを視覚的に提示したり、回数を明確にするなどのアプローチを試みることで、自分から運動に取り組むという表現がみられるのではないかな。

(イ) 目標とする評価基準は、体の柔らかさの1段階「指定された部位の柔軟運動をする」である。

(ウ) 教師の支援と児童から見られた反応

T：教師の支援	C：児童の反応
T：教材の工夫。動きのポイントを視覚的に提示	C：膝がプルプルしていた。
C：「ウ～」と声を出して、運動に取り組んでいた。	
T：数字を明確に提示。一緒に数える。	
C：「い～ち」・・・自分から数えてスタートした。	
(発表会)	
T：一緒に動きの確認をした。	
C：自分からスタートした。	
C：勢いをつけ、最後のボールを取ろうとした。	

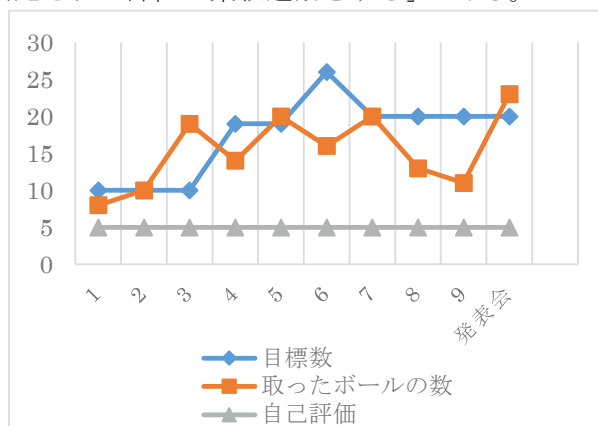


図9 児童C運動課題における変化

(エ) 体の成長は、4月と11月を比較すると、身長は5 cm伸び、体重は5.4 kg増えた。

エ 対象児D 小3 男子 「ぴよんぴよんとび」

(ア) 児童の実態とアプローチの視点

バランス感覚に不安定さはあるが、身体模倣ができ、運動やダンスなど意欲的に体を動かすことができる。また、「できた」という経験が次の活動に繋がり自信に繋がっているので、「できた」ことへの賞賛を大切に、アプローチを試みることで、自分から挑戦するという表現がみられるのではないかな。

(イ) 目標とする評価基準は、巧みな動き2段階の「自分で決めたレベルの課題に応じて、動作を調整しながら運動する」である。

(ウ) 教師の支援と児童から見られた反応

T：教師の支援	C：児童の反応
T：できたことを称賛した。	C：手を大きく振ってジャンプした。
C：手を大きく振ってジャンプした。	C：すぐ次のマットを見て、速い動きをしようとしていた。
(発表会)	
T：全体の前で、上手な部分を称賛した。	
腕を振ってすぐ次のマットにジャンプすることを確認した。	
C：全体の前でガッツポーズをしてから、運動に取り掛かっていた。終了を知らせると、腕を払いのけてジャンプを続けていた。	



図10 「ぴよんぴよんとび」

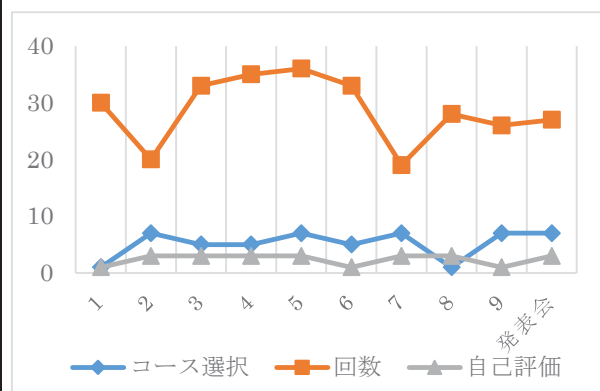


図11 児童D運動課題における変化

(エ) 体の成長は、4月と11月を比べると、身長は3.2 cm伸び、体重は3 kg増えた。

オ 対象児E 小4 女子 「くぐってでて」

(ア) 児童の実態とアプローチの視点

姿勢が崩れやすく、つまづくこともあるが、身体模倣ができ、持久力や瞬発力もあり、体育は好きである。しかし、自分の意思に反する場面で、気持ちを切り替えたり、活動を途中で終了したりすることが難しいことがある児童なので、「意欲面」へのアプローチを大切に、動きの確認を一緒に行い、肯定的に指導を試みることで、自分で考えて運動しようとする表現が見られるのではないかと期待している。

(イ) 目標とする評価基準は、体の柔らかさ2段階の「自分で決めた部位の柔軟運動をする」である。

(ウ) 教師の支援と児童から見られた反応

T：教師の支援	C：児童の反応
T：手の位置、足の入れ方等具体的に指導	C：「な～んだ、やり方が分かったよ。」
C：「私は、体を小さくするぞ～」と自分に確認していた。	
T：頑張ったところを具体的に褒める。	
C：自分から、レベルを上げて狭い方へ挑戦した。	
C：「いたい」「でも頑張る」と自分を励ましていた。	
(発表会)	
T：教師が今まで頑張ってきたことを発表。	
C：「難しいところに挑戦！」とレベルを上げた。	



図12 「くぐってでて」

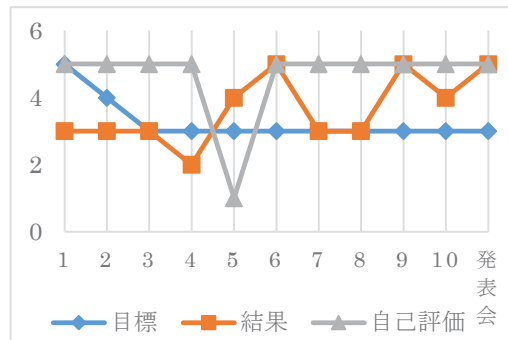


図13 児童E運動課題における変化

(エ) 体の成長は、4月と11月を比べると、身長は5cm伸び、体重は3kg増えた。

カ 対象児F 「なわとび」

(ア) 児童の実態とアプローチの視点

疲れやすいが、体を動かすことを好み、意欲的に運動やダンスに取り組むことができる。また、自分の意思に反する場面では気持ちや活動の切り替えが難しいことがあるがため、「技能面」へのアプローチを通して、「できる」ことを増やし自信に繋げることが大切だと考える。併せて賞賛を通して、意欲面へもアプローチすることで、自分か運動に取り組んだり、難しい動きに挑戦したりする表現が見られるのではないかと期待している。

(イ) 目標とする評価基準は、体の柔らかさ2段階の「自分で決めた部位の柔軟運動をする」である。

(ウ) 教師の支援と児童から見られた反応

T：教師の支援	C：児童の反応
T：一本の縄跳びで、教師と一緒に跳ぶ。	C：「わ～、跳べた！」とジャンプする。
T：脇をあけて腕を大きく回すように指導。	
C：自分から何回も練習をする。	
C：「おわり」になっても止めずに練習している。	
(発表会)	
T：発表前に飛び方で良いところをたくさん褒めた。	
C：自分で「すげ～！」と笑顔を見せる。	
C：引っかかっても、再度、飛び直す。	
C：昼休みに自主的に縄跳びを練習している。	



図14 「なわとび」

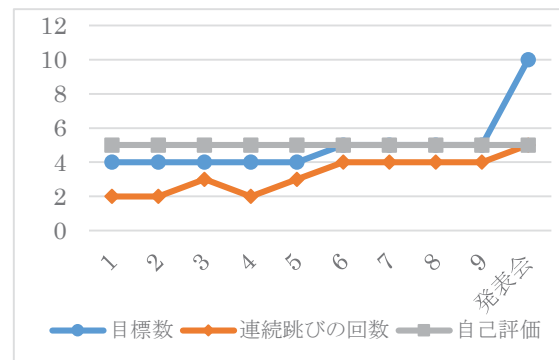


図15 児童F運動課題における変化

C:家庭で縄跳びを購入してもらった。

(エ) 体の成長は、4月と11月を比べると、身長は2.4cm伸び、体重は3kg増えた。

キ 小学部の考察

小学部では、個別の実態に合わせてアプローチを実施した結果、分かり易い動きを提示することを心掛けた技能面と、「できた」ことへの称賛による意欲面へのアプローチを実施したときに、声を出したり、気合を入れたり、表情を変えたりという個々に新しい表現が見られた。合せて技能面の記録も伸びたという傾向が見られた。また、授業の中で発表場面を設定することで、発表場面での新しい表現や大きな記録の伸びが見られた。

(2) 中学部

ア 対象生徒A 中3 女子 「ひっぱりんじゃーおろすんじゃー」

(ア) 生徒の実態とアプローチの視点

運動に自信がなく、消極的であることが多い。注目されると動き出すまでに時間が掛かることが多いが、褒められると意欲的になる。一方で、注目行動をとることも多い。

教師が注目していると分かるように、側で見守りながら言葉掛けによる励ましを行うことで、安心して目標に向かって取り組むようになるのではないかと考える。また、称賛することで、より意欲的に運動に取り組むのではないかと考える。



図16 「ひっぱりんじゃーおろすんじゃー」

(イ) 目標とする評価基準は、力強い動きの3段階「重い重りを肋木の印まで力いっぱい上げて、下ろす」である。

(ウ) 教師の支援と生徒から見られた反応

T: 教師の支援 C: 生徒の反応
T: 目標を確認し、「がんばろう」と励ましの言葉掛けをした。 C: 手に息を吹きかけてから「よいしょー!」と叫びながら縄を引っ張った。
T: 「もうちょっと」と励ましの言葉掛けを続けていたところ、複数の生徒から「がんばれー!」と励ましの言葉掛けがあった。 C: 「あーむり」と言いながら5回も挑戦した。
T: 「目標を達成できたね」と称賛した。 C: 手に息を吹きかけながら教師を見つめた。

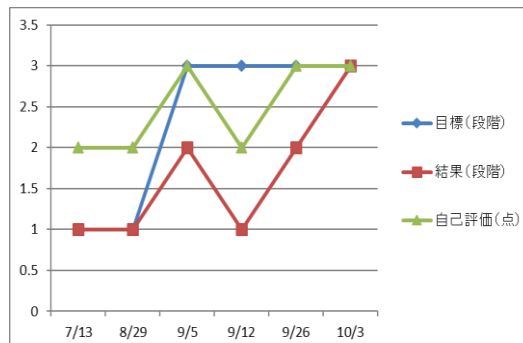


図17 生徒Aの運動課題における変化

(エ) 体の成長は、4月と11月とでは、身長は0.1cm伸び、体重は0.9kg増加した。握力の測定結果には変化がなかった。

イ 対象生徒B 中3 男子 「スパイダーウォーク」

(ア) 生徒の実態とアプローチの視点

体の柔軟性は高いが、持久力は低い。しかし、好きな活動は継続できることが多い。学習意欲にむらがあるときには、励ましや称賛等の言葉掛けをすることにより、継続して活動することが多い。

運動中に励ましや称賛等の言葉掛けをすることで、目標に向かって運動に取り組む意欲をもち続け、目標を達成できるようになるのではないかと考える。



図18 「スパイダーウォーク」

(イ) 目標とする評価基準は、体の柔らかさの２段階「マットまで辛うじて届き、手足を伸ばし、高這いの姿勢で移動する」である。

(ウ) 教師の支援と生徒から見られた反応

T：教師の支援 C：生徒の反応
C：「んー、とどかないなー」と言う。
T：手を着くと良さそう場所を教え「がんばれ！」と励ました。
C：「よっこいしょ」とマットに手を伸ばした。
C：「いててて」と言い手足を伸ばして踏ん張りながら周囲に励ましを求める。
T：「がんばれー！」と励ましの言葉掛けをした。
C：「あとちょっとだけ、よいしょ、がんばったー」と自分を励ました後、自分を褒めた。

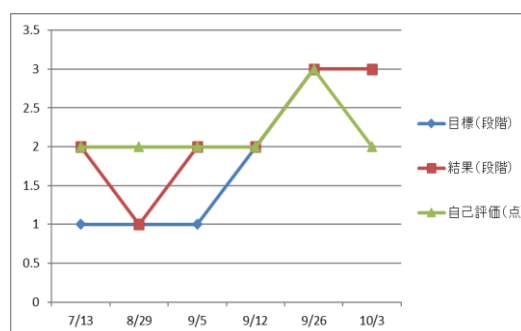


図 19 生徒Bの運動課題における変化

(エ) 体の成長は、4月と11月とでは、身長は1.5cm伸び、体重は2kg増加した。長座体前屈の測定結果は8cm伸びた。

ウ 対象生徒C 中3 男子 「スパイダーウォーク」

(ア) 生徒の実態とアプローチの視点

人に見られていると比較的何にでも積極的に取り組む。ぎこちない動きが多く、運動を習得するまでに時間を要することが多い。一つ一つの動きを丁寧に指導することで、体の動かし方を少しずつ習得できることが多い。

教師が見守り、必要に応じて励ましや称賛の言葉掛けをすることで、最後まで運動に取り組み、目標を達成できることがあるのではないか。

(イ) 目標とする評価基準は、体の柔らかさの1段階「マットまでは届かないが、届くように手足を伸ばし、高這いの姿勢で移動する」。

(ウ) 教師の支援と生徒から見られた反応

T：教師の支援 C：生徒の反応
C：次のマットに手を伸ばすと、もう一方の手がマットから落ち床に着いてしまう。
T：手足をマット上に着くように話した。
C：手を次のマットに伸ばすがあきらめた。
T：次に手足を着けそうな場所を示し、「がんばって」と励ましの言葉を繰り返し掛けた。
C：「うっ、うっ」と言いながら、顔を真っ赤にして手足を次のマットに伸ばした。

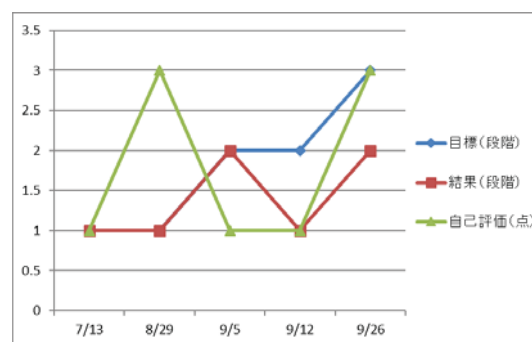


図 20 生徒Cの運動課題における変化

(エ) 4月と11月とでは、身長は5cm伸び、体重は0.6kg増加した。長座体前屈の測定結果は9cm縮んだ。

エ 対象生徒D 中3 女子 「マウンテン」

(ア) 生徒の実態とアプローチの視点

運動をすることは好きで、初めて取り組む運動も何度か練習すると概ね習得することができる。自ら大きな負荷をかけるような目標設定をすることは少ない。

できるかどうか考えて踏みとどまっているときに、そっと背

中を押すような言葉掛けをすることで、消極的になっている運動課題にも取り組み、自信をつ



図 21 「マウンテン」

けて次の目標に向かっていくのではないか。

(イ) 目標とする評価基準は、体の柔らかさの3段階「筋肉が緊張状態であっても、手足を精一杯伸展させようとする」。

(ウ) 教師の支援と生徒から見られた反応

T：教師の支援 C：生徒の反応
T：目標と一緒に確認して見守った。 C：息を深く吐き、指で床を押そうとした。
T：見守りながら時折「がんばれ！」と励ましの言葉を掛けた。 C：息を吸い込み気合いを入れて取り組んだ。 T：「目標を達成できたね」と称賛した。 C：目標を達成すると、一番難しい課題もなんとかやろうと取り組み、手が少し床に着いたと嬉しそうに笑った。

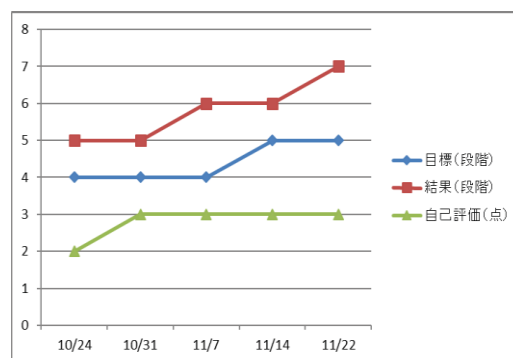


図2.2 生徒Dの運動課題における変化

(エ) 4月と11月とでは、身長は変わらず、体重は2kg増加した。長座体前屈の測定結果は、13cm伸びた。

オ 対象生徒E 中3 男子 「マウンテン」

(ア) 生徒の実態とアプローチの視点

体育の時間は積極的に運動に取り組もうとするが、ぎこちない動きが多く、運動を習得するまでに時間を要することが多い。一つ一つの動きを丁寧に指導することで、体の動かし方が少しずつ分かることが多い。

教師に見られたり、褒められたりすることを好むため、教師が側で動き方を教えながら励まし、時には称賛することで、意欲的に目標に向かって取り組むのではないか。

(イ) 目標とする評価基準は、体の柔らかさの2段階「筋肉が少し緊張状態であっても、手足を伸展させようとする」。

(ウ) 教師の支援と生徒から見られた反応

T：教師の支援 C：生徒の反応
T：手や足のつき方を教え、「がんばれ！」と励ました。 C：目を閉じて踏ん張る。
T：途中で肘や膝を伸ばすよう言葉を掛けた。 C：目標5で体をプルプルさせるが、言葉掛けをすると真っ直ぐに伸ばせた。 T：「目標を達成したね」と称賛した。 C：目標6に初めて挑戦し、体をプルプルさせながら「むりー」と言う。

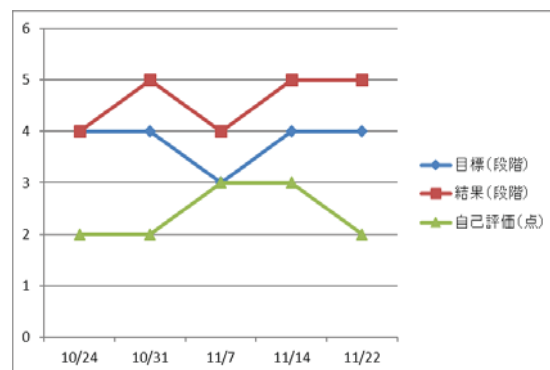


図2.3 生徒Eの運動課題における変化

(エ) 体の成長は、4月と11月とでは、身長は1.7cm伸び、体重は2.8kg増加した。長座体前屈の測定結果は14cm伸びた。

カ 対象生徒F 中3 男子 「ぶらりんこ」

(ア) 生徒の実態

初めて取り組むものや苦手なものに対して、自信がなく、消極的な姿勢になることが多い。やり方が分かると一生懸命に取り組むことが多い。

丁寧にやり方を指導しながら自信をつけることで、目標達成に向け、一生懸命に取り組む、高い目標を達成できるようになっていくのではないかな。

(イ) 目標とする評価基準は、力強い動きの2段階「肋木から手を放しそうになるが、つかもうとしてぶらさがる」。

(ウ) 教師の支援と生徒から見られた反応

T：教師の支援 C：生徒の反応
T：「がんばろう！」と励ましの言葉を掛けた。 C：脚をバタバタさせながら踏ん張った。
T：「もうちょっと！」と励ましの言葉を掛け、 あきらめそうになったときに再度「がんばれー！」と励ましの言葉を掛けた。 C：「うー」とうなり、脚をバタバタさせながら踏ん張ったが、「あぁっ」と言って一度落ちた。「もう一回」と言って再挑戦した。



図2-4 「ぶらりんこ」

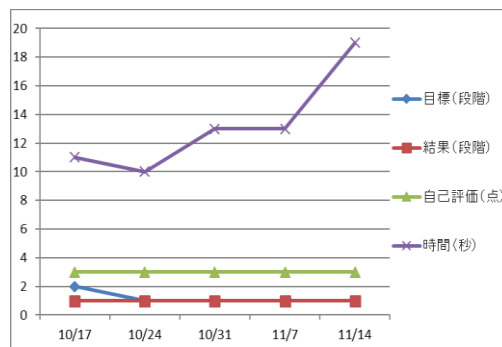


図2-5 生徒Fの運動課題における変化

(エ) 体の成長は、4月と11月とでは、身長は3.8cm伸び、体重は0.1kg増加した。握力の測定結果には変化がなかった。

キ 考察

中学部の生徒は、言葉掛けによるアプローチが効果的であったと考える。中でも、発表場面での言葉掛けにより、いずれの生徒もパフォーマンスの向上が見られた。より多くの人に見られたり励まされたり、称賛を受けることにより、意欲をもって運動を続けることができ、結果につながったと考える。言葉掛けを受ける相手は、教師だけではなく、生徒からの言葉掛けも効果的であった。また、運動課題を達成できたときに言葉掛けによる即時評価や称賛を受けることで、目標設定が徐々に高くなり、次の運動課題達成に影響を与えたと考える。

(3) 高等部

ア 対象生徒A 高2 男子 「アスレチックボール」

(ア) 生徒の実態とアプローチの視点

運動は全般的に得意で、非常に積極的に授業に取り組んでいる生徒である。唯一、柔軟運動に苦手意識をもっている。

柔軟運動が楽しいと感じたり、体が柔らかくなっていると気付くことで、苦手意識を克服できるのではないかな。



図2-6 「アスレチックボール」

(イ) 目標とする評価基準は体の柔らかさの3段階「筋肉の伸展具合や関節の可動域の状態など自分の体の特徴を把握しながら柔軟運動をする」である。

(ウ) 教師の支援と生徒から見られた反応

T：教師の支援	C：生徒の反応
T：自己目標の設定を促す。	C：何度も挑戦するが、痛がり諦める。
C：2回目の授業で、目標に0回と書く。	
T：3回目の授業で、長座体前屈の数値を測り、記録の変化を伝える。	
C：春に測った時よりも記録が伸びて喜ぶ。	
C：4回目の授業で目標を高く設定する。	

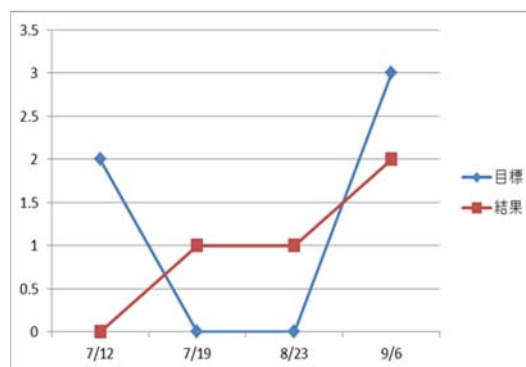


図 2.7 生徒Aの運動課題における変化

(エ) 体の成長は、4月と11月では、身長は0.5cm伸び、体重は1.7kg減少した。長座体前屈の測定結果は10mm向上している。

イ 対象生徒B 高2 男子 「3分間なわとび」

(ア) 生徒の実態とアプローチの視点

学習場面では積極的に発言する様子は見られないが、自分なりの楽しみを見出して活動に取り組む生徒である。体育における自己目標は、前時の結果や反省を踏まえて設定する傾向があり、自分で設定した目標を達成することに喜びを得て、次への動機づけとしてつなげていくことができる生徒である。



図 2.8 「3分間なわとび」

(イ) 目標とする評価基準は動きを持続する能力の3段階「自分の体力に応じたタイムや回数を意識しながら、疲労度を考えペース調整をして動き続ける」である。

(ウ) 教師の支援と生徒から見られた反応

T：教師の支援	C：生徒の反応
T：自己目標の設定を促す。	C：時間を考えずに目標に向けて跳べるだけ跳ぶ様子。
T：一定のペースで跳ぶことで記録が伸びる場合はあるということを伝える。	
C：止まって休む回数が減る。	
C：ふりかえりシートに「跳ぶ回数が前よりも上がりました」と記入する。	

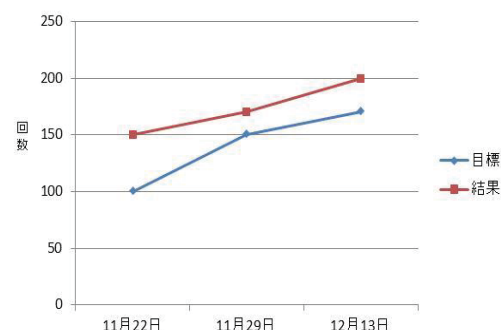


図 2.9 生徒Bの運動課題における変化

(エ) 体の成長は、4月と11月では、身長は1.1cm伸び、体重は1.7kg減少した。持続する能力にかかわるシャトルランは本生徒の体調不良により実施していない。

ウ 対象生徒C 高1 男子 「ボルダリング」

(ア) 生徒の実態とアプローチの視点

中学生の時に野球部に所属したこともあり、打つ、投げる等の動作をスムーズに行うことができる。好んで運動に取り組むが、肥満体型のため、しゃがむなど膝に負担のかかる姿勢を長時間とることや、持久力を要する運動は苦手である。体育では目標を目指して運動に取り組み、達成すると声を上げたりガッツポーズをしたりして喜びを表現する様子が見られる。また、体の動かし方など教師や他の生徒からの助言を試してみる姿もある。

(イ) 目標とする評価基準は力強い動きの3段階「自分の筋力に応じた負荷を設定し、達成に向けて力の入れ方や向き、動かし方などを工夫して運動する」である。

(ウ) 教師の支援と生徒から見られた反応

T：教師の支援	C：生徒の反応
T：自己目標の設定を促す。	
C：タッチする場所を目で確認しながら取り組む。	
C：結果を受けて振り返りシートにボルダリングで40回目指すと記入する。	
T：横への移動を速くすることを意識して取り組むと記録が伸びることを伝える。	
C：素早くタッチしていただくだけではなく、横への移動時にも素早く動こうとする様子が見られる。	



図30「ボルダリング」

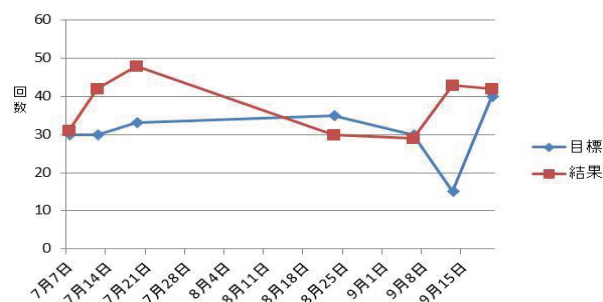


図31 生徒Cの運動課題における変

(エ) 体の成長は、4月と11月では、身長は0.9cm伸び、体重は2.3kg減少した。握力の測定結果は右が5kg、左が4kg増加している。

エ 対象生徒D 高3 女子 「踏み台昇降」

(ア) 生徒の実態

設定された時間内に速いペースで走り続けることは難しいが、自分なりのペースで走ることができる生徒である。複数の動きを同時に行うことは苦手であるため、運動の構成を少なくすることで、内容を理解して取り組むことができる。

ペースメーカー的な役割として、音楽を流すことで、一定の速さを維持しながら、動き続けることができるのではないかと考える。



図32「踏み台昇降」

(イ) 目標とする評価基準は動きを持続する能力の2段階「自分の体力に応じたタイムや回を意識して動き続ける」である。

(ウ) 教師の支援と生徒から見られた反応

T：教師の支援	C：生徒の反応
T：音楽を流し、昇降のリズムを一定にする。	
C：スタートの合図があるまで待っている。	
T：今日の目標を確認する。	
C：音楽のリズムに合わせてやり続ける。	
C：1分のときは、「まだよゆう」と評価した。	
C：5分のときは、自分で「きつい」と評価した。	

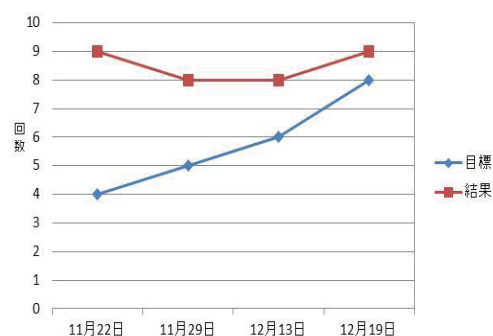


図33 生徒Dの運動課題における変化

(エ) 体の成長は、4月と11月では、身長、体重ともに変化はなかった。シャトルランの測定結果は4カウント減少している。

オ 対象生徒E 高1 女子 「反復横跳びボール取り」

(ア) 生徒の実態とアプローチの視点

どの運動にも一生懸命取り組み、目標を目指して頑張ろうとする姿が見られる。また、新しい運動に取り組むことを楽しみにしている。徐々に時間を長くしたり、回数を増やしたりする工夫が必要である。

前時の達成回数を参考に、教師と話し合いながら目標回数を決めることで、達成する機会が増え、自信につながっていくのではないかと考える。

(イ) 目標とする評価基準は巧みな動きの3段階「自分で決めたレベルの課題達成に向けて、より効率的な体の動かし方を考え、動作を工夫しながら運動する」である。

(ウ) 教師の支援と生徒から見られた反応

T：教師の支援	C：生徒の反応
T：前回の回数を参考にし、教師と話し合 って目標回数を決めた。	C：スタートの合図と共に素早く動き出す。
T：自分で取ったボールの回数を教師と一 緒に数え、目標達成時には称賛した。	C：時間まで同じ速さで、頑張り続けた。 C：言葉には出さないが、顔が赤くなり、汗 をかいていた。



図3-4 「反復横跳びボール取り」

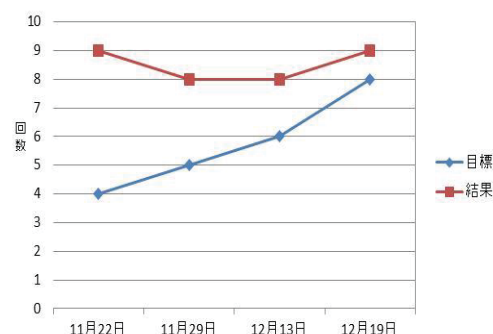


図3-5 生徒Eの運動課題における変化

(エ) 体の成長は、4月と11月では、身長は0.1cm伸び、体重は0.7kg減少した。反復横跳びの測定結果は2回減少している。

カ 対象生徒F 高2 男子 「反復横跳びボール取り」

(ア) 生徒の実態とアプローチの視点

標準体重より重く、肥満傾向にあり、一定時間、走ったり、縄跳びをしたりすることを好まない生徒である。負荷がかかる運動では途中で止めてしまうことがある。

提示の仕方を工夫し、目標数を調整することで、徐々に長い時間、同じ運動に取り組むことができるようになるのではないかと考える。

(イ) 目標とする評価基準は巧みな動きの2段階「自分で決めたレベルの課題に応じて、動作を調整しながら運動する」である。

(ウ) 教師の支援と生徒から見られた反応

T：教師の支援	C：生徒の反応
T：目標を決めたら、言葉掛けをせず静かに待つ。	C：スタートまで待ちきれない。
T：ボールを1個以上つかんでいないか確認する。	C：目標をしたいので、2個取ろうとする。 C：時間になるまで休まずにやり続ける C：横動きのステップが乱れるほど急ぐことがある。

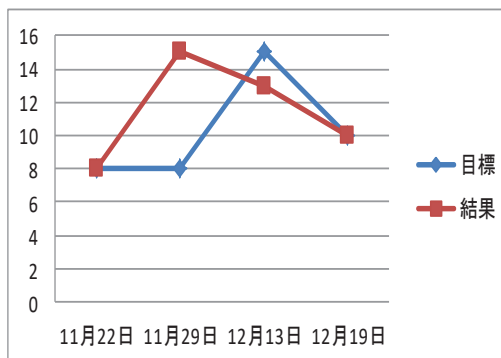


図3-6 生徒Fの運動課題における変化

(エ) 体の成長は、4月と11月では、身長は0.2cm伸び、体重は2.9kg増加した。反復横跳びの測定結果は5回増加している。

キ 考察

高等部では、個々に合わせたアプローチを取り入れたことで、「関心・意欲・態度」面のアプローチである「自己目標設定」では目標達成に向けて精一杯運動し続けたり、記録の伸びを変容として実感することで運動のモチベーションを維持しながら取り組む姿勢を引き出すことができた。さらに3段階を目標とする生徒にとっては、「知識・理解」と「技能」面から個の実態に応じたアプローチを講じていくことで表現の変容に有効な生徒もいた。いずれの生徒も達成した際にはうれしそうな表情や肯定的な振り返りでのコメントの記入が見られていた。

4 成果と課題

(1) 成果

アプローチの視点を授業者で検討し、個別に支援した結果、「自分から運動に取り組む」「頑張って体を動かす」という姿を引き出すことができた。また、小学部や中学部では、「技能」として基本的なアプローチを行うことで、「できた」という達成感を味わい、そこから意欲の向上に繋がっている傾向が見られた。

一人ひとりの表現方法は違うが、「一人ひとりが目標に向かって 精一杯身体を動かす姿」を多く目にすることができた。併せて「精一杯身体を動かす」ことを積み重ねることで、技能面の向上にもつながった。また、普段見落としがちな児童生徒の表情や些細な行動に目を向けることができた。

(2) 課題

個別のアプローチは明確に実施され、個々の表現は見られたので、更に授業全体の中でアプローチをどの部分に取り入れて実施しているかを明確に整理することで、授業のねらいにあった表現を引き出すことができると考える。また、「体づくり運動」の小学部から高等部までの系統性を再度検討することで、発達段階にあった指導ができ、さらに自分からの表現が見られると考える。

【引用・参考文献】

- 1) 文部科学省（平成24年7月発行）学校体育実技指導資料 第7集 体づくり運動 ―授業の考え方と進め方―（改訂版）
- 2) 授業で使える全単元の学習カード 小学校体育低学年. 東洋館出版社
- 3) 気になる子どものできた！が増える 体育指導アラカルト. 中央法規
- 4) 特別支援教育時代の体育・スポーツ 動きを引き出す教材80. 大修館書店
- 5) (2009. 10発行) 体育科教育別冊 新しい体づくり運動の授業づくり. 大修館書店