

## 研究主題「できる楽しさや喜びを味わい、自己肯定感を高めることで

### 主体的に運動に取り組むことができる体育学習

#### －『跳び箱運動』の学習を通して－

東京都教職員研修センター研修部授業力向上課

文京区立小日向台町小学校 主任教諭 金井 麻衣子

## 第1 研究のねらい

「平成29年度東京都児童・生徒体力・運動能力、生活・運動習慣等調査」の結果によれば、運動が好き、運動が得意と回答している児童の割合は、男女共に中学年から高学年になるにつれて減少している。また、1日の運動時間が60分に満たないと回答した第6学年児童の割合は、男子が32.7%、女子が49.5%であることが分かる。これらのことから、運動する時間が児童全員に確保されている体育の学習で、児童に運動する楽しさや喜びを味わわせることを充実させ、自分への期待や自信をもたせることで、主体的に運動に取り組むことができると考えた。また、より運動への興味・関心が高く、跳び箱運動が始まる中学年に働きかけることで、体育科の目標を実現するための資質・能力の基礎を培うことにつなげることができると考えた。

そこで、本研究では、中学年の跳び箱運動に取り組む。跳び箱運動は、児童が跳べたときに大きな喜びと達成感を味わうことができるとともに、自己の能力に適した技に挑戦することで、運動する楽しさや喜びを味わうことができると考えた。児童が跳び箱運動に取り組むことを通して、できる楽しさや喜びを味わい、自己肯定感を高めることで主体的に運動に取り組むことができる体育学習を目指していく。

## 第2 研究仮説

跳び箱運動の学習において、児童一人一人の課題を明らかにする工夫、運動が苦手な児童や運動に意欲的でない児童に対する指導の工夫や児童同士の関わり合いの工夫をすることにより、児童はできる楽しさや喜びを味わい、自己肯定感を高めることで主体的に運動に取り組むことができるであろう。

## 第3 研究の内容と方法

### 1 基礎研究

#### (1) できる楽しさや喜び、自己肯定感、主体的の言葉の捉え方

できる楽しさや喜びとは、技ができることだけではなく、児童が自己の伸びを感じることに、技のポイントやコツが分かること、友達と助け合いながら取り組むこととした。

自己肯定感は、「東京都教職員研修センター教育課題研究（平成20年度から24年度）」における自己肯定感の定義である自己に対する評価を行う際に、自己のよいところを肯定的に認める感情と同一とした。

主体的とは興味を高めること、粘り強く取り組むこと、振り返って次につなげることとした。

#### (2) 跳び箱運動の技の局面とポイントについて

本研究では、文部科学省 学校体育実技指導資料第10集「器械運動指導の手引」に示された跳び箱運動の局面を参考にし、児童が技に取り組む際に理解しやすい局面を設定し、提示することとした。また、局面を動きとして捉え、伝えていくこととした。そして、児童に設定した局面が一連の流れとして行えるように、局面ごとにポイントを示して指導することとした。

## 2 調査研究

### (1) 調査の概要（平成30年7月に児童・教員を対象とした質問紙調査をそれぞれ実施）

都内公立小学校、第4学年及び第5学年（昨年度、中学年の跳び箱運動を学習した学年）120人の児童を対象に質問紙を使って回答を求め、児童の意識に関する実態を明らかにした。

また、都内公立小学校5校93人の教員を対象に質問紙を使って回答を求め、跳び箱運動の指導に関する意識及び跳び箱運動を行う上での不安や難しさについて明らかにした。

### (2) 児童の調査結果

跳び箱運動の学習は、「あまり好きではない」、「好きではない」と回答をした児童は30%であり、主な理由は「跳べない」、「怖い」などであった（図1）。

### (3) 教員の調査結果

跳び箱運動の指導は、他の運動より指導しやすいと回答した教員は35%にとどまった

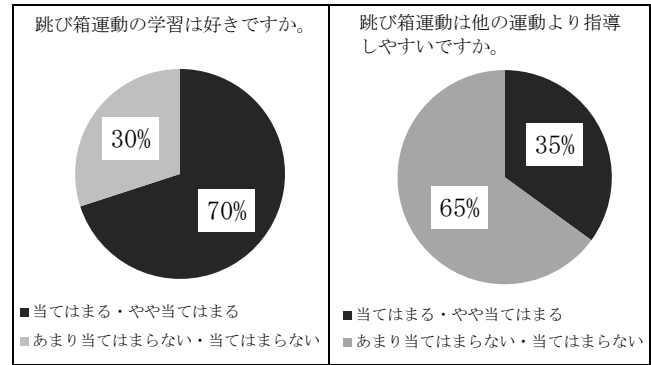


図1 児童の調査結果

図2 教員の調査結果

（図2）ことから、指導に難しさを感じていると

考えた。また、指導について「苦手と感じている児童に意欲をもたせる指導方法が知りたい」、「得意な児童、苦手な児童のどちらにとっても楽しい授業がしたい」などの回答が多かった。

## 3 開発研究

### (1) 児童一人一人の課題を明らかにする工夫

跳び箱が「跳べない」と回答した児童ができる楽しさや喜びを味わうために、自己の課題を明確にして、解決に向けて取り組める「課題見付けカード」を技ごとに開発した（図3）。技を一連の動作で行う際に、児童が理解しやすい動きの順序を①から⑤とし、できなかった動きが課題となる。そして、児童が動きのポイントを意識して取り組めるよう吹き出しに記した。

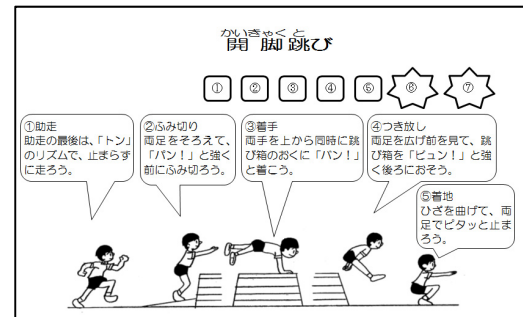


図3 「課題見付けカード」

### (2) 運動が苦手な児童や運動に意欲的でない児童に対する指導の工夫

#### ア 単元の指導計画と評価計画

児童ができる楽しさや喜びを味わい、主体的に運動に取り組むとともに、跳び箱運動の指導に難しさや不安を感じている教員が指導しやすい単元の指導計画を作成すること、児童が自己の課題を明確にし、その課題解決に取り組むことが重要である。

そこで、第3学年から第4学年の跳び箱運動の指導を系統立て、運動が苦手な児童や運動に意欲的でない児童への支援を単元の指導計画に示した。また、一単位時間の学習の流れの中に児童が自己の課題を見付ける「ポイントタイム」と、課題解決に向けて取り組む「チャレンジタイム」を設定した。そして、児童が見通しをもてるように、学習の流れを同様にするとともに、基本的な技に十分取り組んだり、自己の能力に適した技に取り組んだりできる時間を「ポイントタイム」と「チャレンジタイム」の中に設定した。なお、児童が安心して取り組むためにマットの配置等、配慮した。

## イ 教員用「跳び箱運動ハンドブック」

跳び箱運動の指導に不安や難しさを感じている教員が多いことから、跳び箱運動が苦手な児童や意欲的でない児童に対して支援や助言をするためのカードを技ごとに作成し、1冊の教員用のハンドブックとした。

### (3) 児童同士の関わり合いの工夫

児童が技のできばえを言葉で伝えやすくするために、見る視点を「踏切り位置」、「腰の高さ」、「手の着く位置」、「着地する位置」とし、互いに見合っただけばえを伝え合う活動を行った。また、児童が同じグループの仲間と技のできばえを付箋に書いて交換し、記録として残せるようにした。

## 4 検証授業（平成30年10月実施）

都内公立小学校、第3学年及び第4学年を対象として実施した。

### (1) 児童一人一人の課題を明らかにする工夫の有効性

「課題見付けカード」を活用したことで、課題を明確にして取り組むことができた。また、単元後の調査結果から、「自分の課題を見付けながら運動している。」に「当てはまる」、「やや当てはまる」と回答した児童が単元前に比べ10ポイント増加した（図4）。児童の振り返りでは、「課題を意識するとできるようになった」、「動きのポイントを知ってできるようになった」などの記述が見られた。

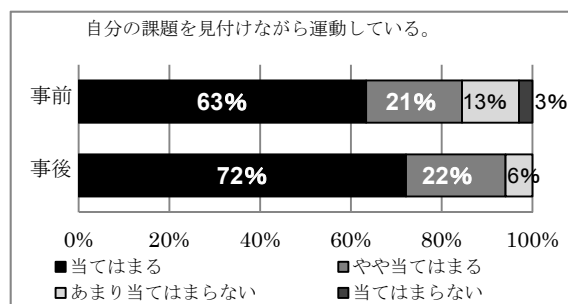


図4 跳び箱運動に関する意識調査

### (2) 運動が苦手な児童や運動に意欲的でない児童に対する指導の工夫の有効性

「ポイントタイム」と「チャレンジタイム」の取組は、「単元前に苦手意識をもっていた児童のめあてと振り返り」（表1）より、「できてうれしかった」、「できてよかった」など自己の技能の伸びを感じたり、「次も頑張りたい」など、次の学習に意欲的に取り組もうとしたりする内容が見取れたことから、有効であったと言える。また、跳び箱運動に苦手意識をもっていない児童の記述にも、同様の内容があり、「ポイントタイム」や「チャレンジタイム」の設定は、どの児童にとっても主体的に取り組むためには有効な手だてであったと言える。

表1 単元前に苦手意識をもっていた児童のめあてと振り返り \_\_\_\_\_は「自己の伸び」 \_\_\_\_は「意欲的」

	第2時	第3時	第4時	第5時	第6時	第7時	
第3学年	めあて	開脚跳びの突き放しと着地をできるようにする。	跳び箱の連続した場でしっかりと跳び箱を押す。	台上前転がうまくできるようにする。	台上前転で肘をびんと伸ばす。	開脚跳びと台上前転の二つをできるようにする。	首はね跳びにチャレンジする。
	振り返り	開脚跳びの4段が跳べるようになった。 <u>うれしかった。</u>	<u>手をしっかりと奥に着くことができうれしかった。</u>	失敗してしまったから、 <u>次は肘をびんと伸ばして、台上前転をする。</u>	4段で台上前転ができなかった。 <u>次はもっと練習してまくなる。</u>	開脚跳びを失敗してしまったけど、 <u>台上前転が成功うれしかった。</u>	首はね跳びはできなかったけど、 <u>開脚跳びができてうれしかった。</u>
第4学年	めあて	開脚跳びの突き放しと着地をできるようにする。	かかえ込み跳びのこつをつかむ。	かかえ込み跳びの着手の位置、強く突き放すことを意識して行く。	かかえ込み跳びと伸膝台上前転ができるようにこつをつかむ。	首はね跳びのこつをつかむ。	発表では、台上前転を行い、おへそを見て小さく回転できるようにする。
	振り返り	開脚跳びの突き放しと着地ができるようになった。	かかえ込み跳びのこつをつかめたので、 <u>次はできるように頑張りたい。</u>	かかえ込み跳びの2段と台上前転ができてよかった。 <u>次は、4段でかかえ込み跳びができるようにする。</u>	かかえ込み跳びは、突き放しが弱かった。 <u>もっと踏み切りから突き放しを強くしたい。</u>	首はね跳びのポイントは「ため」をつくること、はねることができるよう、 <u>次は頑張りたい。</u>	台上前転で、 <u>びたっと着地までできてよかった。</u>

単元学習後の調査結果から「苦手なことがあってもすすんで運動に取り組んでいますか。」に「当てはまる」と回答した児童は単元学習前と比べて20ポイント増加した。「当てはまる」、「やや当てはまる」と回答した児童の割合は90%になり、苦手なことがあっても諦めずに取り組むことができるようになったと評価できる(図5)。

単元学習後の自己評価「関心・意欲・態度」を3件法で問う項目において、どちらの学年にも向上が認められた(図6)。特に第4学年では、発展技に取り組む児童が増え、自己の能力に適した技に取り組み、意欲が持続したと考えることができる。

### (3) 児童同士の関わり合いの工夫の有効性

単元学習後の跳び箱運動に関する意識調査の結果から「友達のよい動きを見付けながら運動していますか。」に「当てはまる」と回答した児童が単元学習前に比べて15ポイント増加したことが分かった(図7)。また、自己肯定感調査の結果から、「自分のよいところを見付けていますか。」に「当てはまる」と回答した児童は14ポイント増加したことが分かった(図8)。どちらの調査結果も肯定的な回答が90%を超えた。

見る視点を明確にし、付箋等を活用して技のできばえを伝えるなど、友達と関わり合うことは、自己肯定感を高めるために有効であったと言える。

## 第4 研究の成果

- 児童が自己の課題を明らかにすること、友達と関わり合いながら解決することで、できる楽しさや喜びを味わうことができた。
- 見る視点を明確にし、互いの技のできばえを伝え合ったり付箋に書いて交換したりすることで、運動における自己肯定感を高めることができた。
- 児童の発達の段階に応じた単元の指導計画を立てたことや、運動が苦手な児童や運動に意欲的でない児童に対する支援の工夫をしたことで、児童は主体的に取り組むことができた。

## 第5 今後の課題

- 今年度開発した中学年の単元の指導計画を基に、高学年を含めた4年間の単元の指導計画を作成する必要があること。
- 高学年児童の発達の段階に合わせ、助言の方法や付箋の活用など、より効果的な関わり合いの手段について、開発、実施、検証を行う必要があること。

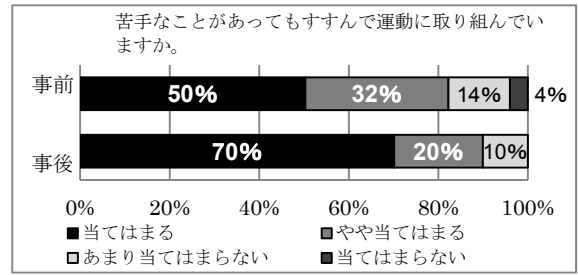


図5 運動における自己肯定感調査

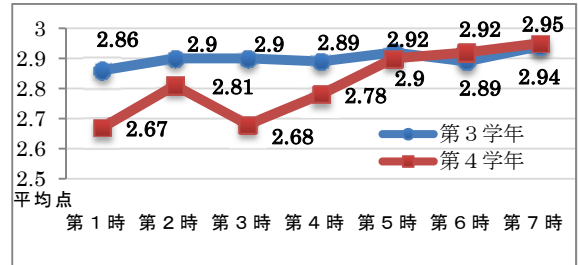


図6 自己評価「関心・意欲・態度」の観点推移

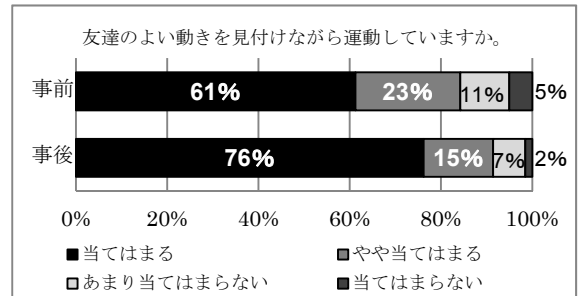


図7 跳び箱運動に関する意識調査

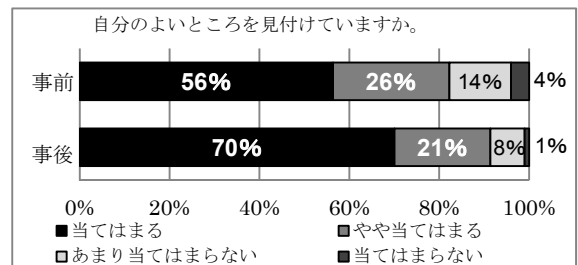


図8 運動における自己肯定感調査