

平成23年度教職大学院派遣研修研究報告書

研修生番号	23K12	氏名	坂元 亜由美
研究主題 —副主題—	運動の日常化を図る指導法の研究 —体づくり運動の教材開発を通して—		
所属校	世田谷区立二子玉川小学校	派遣先	東京学芸大学教職大学院

項目	内容
I 研究の目的	<p>放課後、学校外で児童が元気よく遊んでいる姿が減ってきている。児童の遊びの場所が公園や空き地など自然的場所からゲームやパソコンなどのメディアを使った室内の場所へ変化している。休み時間の様子等を見ていると、外で遊んでいる児童は決まっている。生活習慣の中に運動習慣がない児童が見受けられる。運動経験が少ないために失敗を恐れたり、周囲の評価を気にして挑戦しようとしなかったりする面や、遊びの中の関わり合い不足が見られる。</p> <p>文部科学省の体力調査（平成23年10月10日朝日新聞掲載）の結果から児童の体力は回復傾向にあるが、運動習慣のある児童と運動習慣のない児童との二極化が問題になっている。</p> <p>平成20年3月告示の新学習指導要領では、「生涯にわたって健康を保持増進し、豊かなスポーツライフを実現し・・・」「各種の運動の楽しさや喜びを味わうことができるようにする」と述べられている。運動習慣を身に付けるには、正しい知識の習得と実践を家庭と連携して行うことが不可欠である。日常的に児童の生活習慣を見直し改善していく必要がある。</p> <p>学校の教育活動での運動時間は、児童の生涯の健康のために非常に大きな役割を担っていると考えられる。運動習慣のない児童にとって、体育科授業は児童が体力をつけられる唯一の時間となっている。</p> <p>新学習指導要領でより一層の充実が求められている体づくり運動は、運動習慣や体力作りの意欲を高める重要な時間であっても、運動の苦手な児童や運動習慣がない児童にとっては単純な動きであるため、他の運動と比べ運動に対する意欲がわきにくい。また、体づくり運動は楽しさを味わえるような教材が少ないことが課題である。</p> <p>本研究は、体育科授業の体づくり運動において運動の日常化を図るために誰にでも運動の楽しさを味わわせることができる教材を開発することを目的とする。</p>
II 研究の方法	<ol style="list-style-type: none"> ① 児童の生活習慣や運動習慣に関する文献から、運動習慣を身に付けるための調査をした。 ② 体づくり運動や運動の日常化の先行研究や実践事例を調べ、授業モデルの収集をした。体づくり運動の授業観察を行い、体づくり運動の特性の調査分析をした。 ③ 児童の体力・運動能力、生活・運動習慣等調査を活用し実態調査の分析考察を行った。 ④ 運動の楽しさを味わわせ、運動の日常化を図るための教材開発と授業指導案作成をし、検証授業を行った。 ⑤ 検証後にアンケート調査を行い、児童の変容を成果と課題にまとめた。

<p>Ⅲ 研究の結果</p>	<p>【実態調査】 平日の運動習慣が2日以下を運動習慣がないとし、運動習慣がない児童の実態を調査した。運動習慣がない児童は、運動習慣がある児童に比べ、1日の平均運動時間は約半分だった。都の平均と比べると、三分の一になる。女子の約30%は休日に運動をしていないと答えており、運動習慣がない児童は、休日になると運動時間が0になってしまうことも明らかになった。運動習慣がない児童は、平均という数字に底上げされてしまい注目されず、あたかも運動習慣があるように思えてくるのである。これが二極化の実態である。</p> <p>【教材開発】 水道管の保温チューブ発泡ポリエチレン製 20mmを使用し、50cmから100cmの棒を開発した。運動の日常化につなげることを意識でき、生活の中で安全に使うことができる。素材の柔らかい棒なので、扱いやすく多様な動きに対応できる。落としても音が出ない。失敗しても安心して使うことができる。単価が安く、購入しやすいなどが特性として挙げられる。</p> <p>【習得一活用一探究型を取り入れた授業】 検証授業では1人運動2人運動などの基本となる運動を習得の時間（第1時）で学習する。活用の時間（第2時）では、3,4人でのグループ運動をすることでイレギュラーな動きが加わる。基本の運動を踏まえつつ、新しい動きの発見をする学習とする。探究の時間（第3時）では、グループで遊びを考える。運動習慣を身に付けるには、遊びの要素が必要である。中学年の発達段階を踏まえ、大集団での遊びを想定させ可能性を広げる。1時間の活用と探究の流れを入れ替え、考えた遊びを学級全体で楽しむ活動を取り入れた。 また、目標をもって日常でもチャレンジできるように、1人運動2人運動を中心とした 挑戦カードを作成した。</p> <p>検証授業後、休み時間も開発教材（棒）を使ってよいこととし、教室に開発した教材を置いて2週間、自由に組み合わせた。行った運動や新しく考えた運動内容は、挑戦カードに記入させた。 「とても楽しかった」「外で遊ぶようになった」が90%以上だったことから、開発した教材は児童にとって楽しく外遊びをする動機づけになっていた。運動を「好きになった」「やや好きになった」と答えた児童が多数いたことから、運動に苦手意識がある児童でも運動に楽しく親しむことができた。「楽しくない」や「嫌いになった」などの否定的な意見は0であったことは誰にでも安全に安心して使うことができる教材という点で評価できる。</p>
<p>Ⅳ 考察</p>	<p>検証後の平日の運動日数を調査すると、男子は全員が3日以上運動しているとなった。運動習慣が身に付いてきた結果となった。女子の運動習慣がない児童の平日の運動日数はほぼ変わらなかったが、担任と筆者で休み時間と昼休みの観察をすると、対象児童も開発した教材でよく遊んでいる様子が見られた。</p> <p>平日の運動時間を検証前と比べると、男子は合計が1時間以上増えた。放課後、下校後という区別が難しいのだが、学校外での遊びが増えているとみてよいだろう。女子の6月の調査での運動習慣がない児童は、休み時間昼休みとも平均が1分であったが、運動時間が20分、15分とぐんと増えたのは、成果に挙げられる。アンケートの自由記述欄には、楽しかったなどの他に「家で作ってみたい」、「家に持って帰りたい」などが見られた。運動習慣を身に付けるには、家庭での取り組みによっても大きく左右されるので、「家で取り組みたい」と児童自身から出てきたのは、開発した教材の一般化の可能性を広げられると考えられる。</p> <p>挑戦カードには、新しい運動や遊びを書く欄を作った。教材の特性をつかみ、検証授業中では出てこなかった遊びも記されていた。大勢での遊びでは、児童によって「どんじゃんけんバランスパス」といった平衡性をより高めるものや、「棒野球」など普段は遊ぶことが難しいが開発した教材を使うとできそうだと考えられた種目が増えていった。</p> <p>このように、外発的動機づけとして開発した教材と、それを提示し児童に新</p>

しい遊びを探究させる活動を展開したことが、「楽しいからやってみたい」「これはできるかな」と児童の内発的動機づけに向かわせられることが明らかになった。

児童が楽しく安全に取り組むために、ルールの徹底に課題が残った。開発した教材は児童にとって新しいので、興味深く取り組めたことは否めない。

本研究は、体づくり運動の教材開発を通して運動の日常化を図ることが目的なので、これで終わりにするのではなく、続けることで、今後の変容を見ていく必要がある。また、東京都は1校1取組にて、運動の日常化を推進している。それらと関連させていけるようにすることも日常化への手立てになる。