

## 「人とむすびあう体育」

米 谷 豊 彦

### 1. はじめに（基調報告にかえて）

#### 「めあて学習」と「アクティブラーニング」

以下は、「小学校学習指導要領解説 体育編」（平成20年6月 文部科学省）の一節である。

「めあて学習・課題解決学習は子どもたち一人一人が、楽しさを中核にすえて、主体的に自己決定しながら学習を進めていく」

「水泳の学習指導では、一人一人の児童が自己の能力に応じた課題をもち、練習を工夫し、互いに協力して学習を進めながら、水泳の楽しさを味わうことができるようにすることが大切である」

「記録を達成する学習活動では、自己の能力に適した課題をもち、適切な運動の行い方を知って、記録を高めることができるようにすることが大切である」

これまで、本教研集会では文科省が推し進めてきた「めあて学習」を批判し、学習指導要領に対峙する実践を積み重ねてきた。さすがに前回の学習指導要領からは「互いに協力して学習を進めながら」という言葉が入ってきたが、学習指導要領の中に貫き通してきた「自己の能力に応じためあてや課題の設定」は何を意味しているのか。

2014年の文部科学大臣の「諮問」で初等中等教育におけるアクティブ・ラーニングの必要性が提起された。これは特定の指導法を指すのではなく、「主体的・対話的で深い学びの実現に向けた授業改善」の視点・考え方とされる。

今回の学習指導要領の体育科に30回以上も出てくる「自己の課題を見つけ、その解決に向けて思考し、判断するとともに、他者に伝える力を養う」という文言に久保健氏（日本体育大学）は「今回の要領改訂の重点が学習方法・学習過程の統制・スタンダード化にある」と述べ、アクティブ・ラーニングですべての子どもに確かな学習成果を上げるためには、学習内容の精選や教育条件（クラスの人数や教育予算等）の改善の必要性を訴えている。さらには、「アクティブ・ラーニングを徹底した場合、その学びは、必然的に今日の社会の現実にぶつかざるおえない」とも述べている。すなわちそれは、学びの効果によって伸びリーダーとなれる子どもたち、リーダーにはなれないが能動的に動き、集団についていける子どもたち、そして放置され切り捨てられる子どもたちである。文科省が言う「自己の課題を見つけ、その解決に向けて思考し、判断するとともに、他者に伝える」学習活動はアリバイ的なものに過ぎない。

「めあて学習」から「アクティブ・ラーニング」へ。その目指すところは同じである。

（別海町立西春別小学校 米谷豊彦）

## 2. 実践レポートに学ぶ

### 実践レポート① シュートボールで仲間意識を！

新ひだか町立高静小学校 横関美南子

#### 1. はじめに

新年度、2年生の担任となった。学級には課題が山ほどあった。最初の印象としては「みんなバラバラ」「自由ばかり」「まとまりがない」など。いろんな課題がある中、今回の実践に向け、どの単元で勝負しようかと悩んでいた。そこで、子どもたちの実態や学級の雰囲気把握した上で、選んだものがシュートボールだった。課題の多い男子の中には、球技好きがたくさんいる。女子は、何でも一生懸命に取り組める子ばかりだ。シュートボールを通して、友達との関わりを大切にしてほしい。その中で少しでも「仲間」「協力」「助け合い」「思いやり」などについて考えることができるようになってほしい。そのような思いから、シュートボールに取り組むことを決めた。

#### 2. 学級の実態

##### 4月～動物園のサル山状態～

男女で傾向が全く異なる。人数の多い男子は、4月当初、落ち着きがなく、一度盛り上がってしまうと、切り替えられずにずるずると楽しいことを引きずってしまう。集中力もなく、授業中、隣の児童にちょっかいをかけ、おしゃべりをするのも珍しくなかった。ケンカは絶えず、暴言も飛び交う。いつでもどこでも、一人がしゃべると周りも一斉にしゃべり出す。

前担任からの引継ぎで「この学級はサル山」と聞かされていた。その意味がすぐにわかった。ボスザルの存在だ。以下、ボスザルはKとする。Kが一声上げると周りの子どもたちはそれに従う。Kがいたずらを提案すると、周りの子どもたちは面白がって乗っかってしまう。ある日、Kが用事で学校を休んだ。その日の中休み、ある男子が言った。「Kがいないから、サッカーしなくてすむ!!!」と。またある女子が言った。「Kがいないから、授業中静かだったね。Kがおしゃべりすると、みんなもおしゃべりするからね。」この状況は、まずいと思った。周りの子どもたちが我慢をしたり、負担に思ったりしている部分大きい。このままだと、我慢を続けてきた子どもたちがいずれパンクする。また、Kからたちまち離れていく。K自身も、人間関係で悩むことになる。相手にされなくなり、一人ぼっちになる時がいずれ来る。まずは、Kを何とかして変えてあげたいと思った。

ただ、Kにもよいところはたくさんある。今は悪い方向へと働いているが、リーダーシップがある。Kはサッカー少年団に所属している。サッカーが大好きで、中学校進学に向けては、特待選手としてサッカーの名門校に行きたいという夢もある。サッカーに対して人一倍情熱をもって取り組んでいる。運動神経抜群なので、体育の時間も意欲的に頑張っていた。ドッチボールの時間には人一倍燃えていた。しかし、Kの弱点である暴言が飛び出した。「下手くそ!」「俺にボールをよこせ!」「お前は投げんな!」Kが言い出すと、常に行動を共にしているサッカー少年2名も一緒になって暴言を吐く。すると、一気に雰囲気が悪くなる。体育が終わると、担任のもとへ子どもたちが殺到。彼らの不満を一斉にしゃべり出す。こんな事態が日常茶飯事だった。どうしても「勝ち」にこだわってしまう彼ら。その都度、いろんな話をした。「いくらサッカーが上手でも、チームワークを大切にできないなら、一流選手にはなれない。」「せっかく上手なんだから、相手を責めるのではなく、教えてあげればいい。」など。根気強く、繰り返し、伝えた。

ボスKの他にも、人間関係で困り感のある男子、SとRがいた。

Sは、落ち着きがない。授業では集中力が続かない。苦手な算数の時間には、ストレスで目をこすり、充血させる。始業式や入学式、1年生を迎える会など、広い空間に大人数が集まる場所では、おだってしまう。

隣の子にちょっかいをかける。空間認識が弱いので、歩いていると人によくぶつかる。わざとぶつかったわけではない。自分でもよく覚えていない。ぶつかられた子は、謝ってくれないと担任のところへ言いに来る。ぶつかったことを自覚していたとしても、素直に謝れない。Rもまた、集中力が続かない。授業中は上の空。手いじり。文字の認識が弱く、ひらがなすら形になっていない。遊びの中では、いじわるやいたずら、ルールを守らないなどが目立った。指導をしても響いているようには見えない。同じことの繰り返しであった。

以上のような課題（一部）から、SとRは共に友達との関係に困り感を抱えていた。先ほど述べたボスKだけではなく、この2名についても何らかの手立てを講じ、集団の中でよりよい人間関係を築いていけるようにしなければならないと感じた。彼らの他にも困り感のある児童はたくさんいたが、K、S、Rの3名の成長なしには、学級全体の成長もあり得ないと考えていた。

女子は、ものすごく落ち着いている。小さなお母さんがたくさんいる。善悪の判断をもち、正義感にあふれている子が多く、しっかり者の女子たちである。男子が問題を起こすと、女子が報告しにくるシステムであった。女子は、男子に不満をもっていたようである。

### 3. 単元名 ボールゲーム「シュートボール」(ゴール型)

#### 4. 単元目標

技能・・・的や仲間に向けて、ボールを正確に投げることができる。(投)

外れたボールを捕ったり、仲間のパスを受けたりすることができる。(捕)

認識・・・ボールの投げ方がわかる。

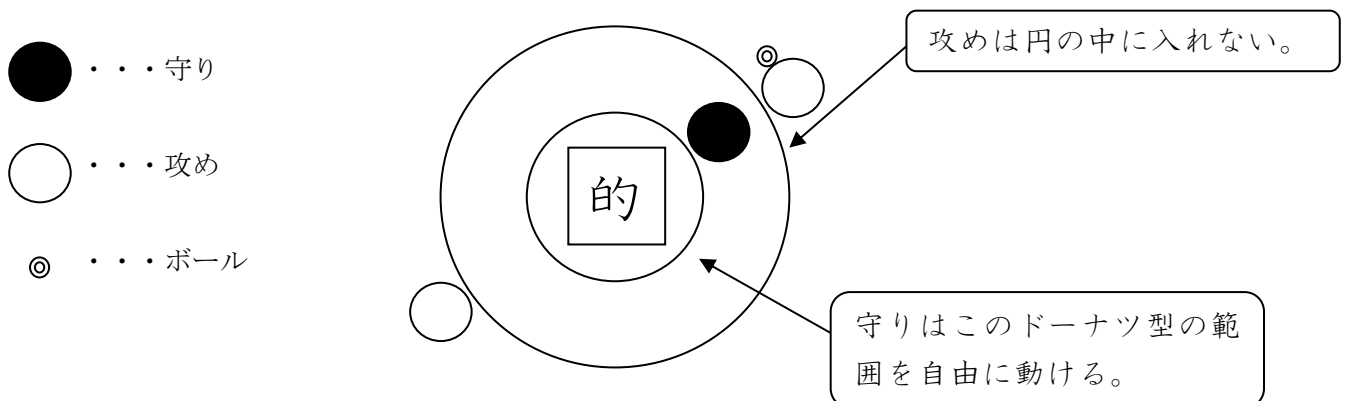
ボールを持っていない時の動き方がわかる。

意欲・・・仲間と一緒に協力して作戦を立てたり、プレーしようとしている。

#### 5. 教材について

シュートボールは手でボールを捕ったり、投げたりして、相手のゴールに攻め込み、シュートをする(的にボールを当てて倒す)ゲームである。プレイヤーは、ボールを持って走ってもよいので、低学年でも簡単に楽しめる。シュートできる範囲が360度あるので、どこからでもシュートをすることができる。思いつきボールを投げ、的が倒れると、爽快な気分を味わうことができる。攻守が入り乱れて相手ゴールを攻め、シュートするところはバスケットボール型のゲームへと発展していく。さらに、攻めや守りにみんなが関わることで、ともに上手くなろうとする仲間意識を育てることができる。

今回は、低学年という発達段階を考慮し、攻守の切り替えなし「2対1」を最終ゴールにした。下図は、2対1の形を表したものである。



## 6. 指導計画（全11時間）

1	<ul style="list-style-type: none"> <li>・授業の約束事を確認</li> <li>・学習の見直しをもつ</li> <li>・ボールキャッチ（新聞紙ボール）</li> <li>・捕り方の確認</li> <li>・新聞紙的当て（新聞紙ボール）・・・投げ方について考える</li> <li>・投げ方の確認</li> </ul>
2	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ボールキャッチ（新聞紙ボール）</li> <li>・新聞紙的当て（新聞紙ボール）</li> <li>・フラフープ的当て（ボール）</li> </ul>
3	<ul style="list-style-type: none"> <li>・的当てサーキットトレーニング（新聞紙ボール）</li> <li>・キャッチボール（ボール）</li> <li>・捕り方の確認</li> </ul>
4	<ul style="list-style-type: none"> <li>・4人での的当てゲーム（ボール）</li> </ul>
5	<ul style="list-style-type: none"> <li>・4人での的当てゲーム（ボール）</li> </ul>
6	<ul style="list-style-type: none"> <li>・2対0（ボール）・・・ボールをもっていない人の動き方について考える</li> <li>・ボールをもっていない人の動き方を確認</li> </ul>
7	<ul style="list-style-type: none"> <li>・2対0（ボール）</li> <li>・ミラー練習</li> </ul>
8	<ul style="list-style-type: none"> <li>・2対0（ボール）</li> </ul>
9	<ul style="list-style-type: none"> <li>・2対1（ボール）・・・チームで攻めの作戦を立てる</li> </ul>
10	<ul style="list-style-type: none"> <li>・2対1（ボール）・・・チームで攻めの作戦を立てる</li> <li>・作戦紹介</li> </ul>
11	<ul style="list-style-type: none"> <li>・2対1（ボール）・・・チームで攻めの作戦を立てる</li> <li>・作戦紹介</li> <li>・授業のまとめ</li> </ul>

## 7. 授業の実際

### 1時間目

まずは、「シュートボール」とはどのようなボール運動か見直しをもたせるため、移動式ホワイトボードに図を描き、説明をした。ここでは、簡単に「的当て」ということを伝えた。狙った的に上手にボールを当てるためには、投げる練習をしなければならないこと。また、最終的な2対1のゲームに向け、ボールを捕る練習も必要になってくること。これらのことを伝え、何のために「投げる」「捕る」練習をするのか、目的を明確にした。

次に新聞紙ボールを用いて「ボールキャッチ」を行った。準備体操の時間がもったいない。体育館は蒸し暑く、体も温まっているので、準備体操はせず、その分たくさんボールに触れさせようとすぐに「ボールキャッチ」。「ボールキャッチ」は、新聞紙ボールを自分の真上に上げ、落ちてきたところをキャッチするという運動。

#### ①普通にキャッチ

#### ②拍手をしてからキャッチ（何回たたけるか）

- ③頭を触ってからキャッチ
- ④頭、肩を触ってからキャッチ
- ⑤頭、肩を触り、胸の前で手を一回たたいてからキャッチ
- ⑥一回転してからキャッチ

これらのことを行ってみたところ、新聞紙ボールを真上に投げるということが意外と難しかったようで、ボールがあちらこちらに飛んでいく。離れたところに落ちるボールを走って捕りに行く姿がちらほら。もちろん落下地点に間に合わず、キャッチできない子が多かった。それを見て、「真上に高く」と声かけを行った。真上に高く上げることを意識しながら、何度かやっていくうちに慣れてきたのか「できた!」「先生見て!」という声が聞こえてきた。ねらいは「新聞紙ボールに慣れる」であったので、「真上に投げ、落ちてきたボールを両手でキャッチ」という動作がある程度できれば十分であった。

ここで、本時の課題を子どもたちに伝えた。「ボールをまっすぐ遠くへとばすには、どんな投げ方がよいか考えよう」という課題をホワイトボードに板書した。子どもが考え、主体的に取り組めるようにした。メインの活動は新聞紙的当て。的は、1枚の新聞紙を広げたものを2枚並べて、ガムテープでつなげたものである。12セット用意した。それらにすずらんテープをつけ、体育館のギャラリーから吊るした。投げる位置には、床にビニールテープを貼った。2m、3m、4m、5mのラインを用意した。的は1つの班に1セット。班の人数は4～5人なので、回転率がよかった。子どもたちはどのような投げ方をしているのか、見ていると、直立の状態で腕の力だけで投げる子、同側で投げる子が女子に目立った。ドッチボール好きの男子や野球少年は、すでに形になっていた。しかし、興味深かったことがある。野球少年にしてみれば、新聞紙ボールが軽すぎて上手く飛ばせないようだった。学級の実態を把握したところで、一度子どもたちを集め、考えを聞いた。

### 子どもの考え

- ・上から投げる。
- ・片手で投げる。
- ・投げる方と反対の足を前に出す。
- ・前に体重をかける。
- ・横向きから投げる。

### 教師の補足

- ・的を見る。
- ・つま先を的に向ける。
- ・後ろから前へ体重移動。
- ・体重移動の時に腰をひねる。

発言した子どもに実演してもらったり、イラストに大事な言葉を書き込んだりしながら全体で確認をした。

最後は、確認した「投げ方」を意識しながら、もう一度新聞紙的当てをやった。すぐに意識して動作に移せる子もいれば、苦戦している子もいた。頭ではわかったものの、実際にやると難しいようで、投げる練習がさらに必要だと実感した。

成果として、的が大きいため、中心から逸れたとしても枠内におつけることはできていた。当たった時に「パシッ!」という音がするのよかった。1時間目だったので、「的に当てる」という成功体験がたくさんできたことはよかった。

課題として残ったことはルール。「2mから当たれば、3mへ。3mから当たれば、4mへ。」というように1回でも当たれば後ろへ下がってよいことにしていた。新聞紙の端っこでも、当たれば後ろへ下がる。すぐに5mに到達。だが、全然届いていない。コントロールもできていない。それなら、近くからもっと確実に中心に投げる練習をした方がよかったですのではないかと。

改善するならば、新聞紙に円を描き、中心がわかるようし、2回連続して当たれば次へ進めるというルールがよいと思った。

- ・腰の動きが難しかった。
- ・腰をひねるのが難しかった。
- ・遠くに投げられなかった。
- ・投げ方が難しかった。
- ・ボールの持ち方がやりづらかった。
- ・最初だから上手く投げられなかった。
- ・反対の足を前に出すというのを特訓している。
- ・的にボールを当てるのが難しかった。

的に当てることができても、細かな動作はまだ厳しい。

- ・みんな頭を使ってすごかった。
- ・興味がなかったが、Sさんのアドバイスで興味を持ち始めた。

- ・体は、最初は横に向けるのがわかった。
- ・ボールの投げ方、コツがわかった。
- ・出す足が反対になるのがわかった。
- ・一番わかったことは、上から投げる

- ・パンという音が鳴ったから面白かった。
- ・すごいパチンという音が鳴って嬉しい。
- ・パンとなったのが気持ちよかった。
- ・投げるのが楽しかった。
- ・真っ直ぐ飛ばすことができた。

## 2時間目

1時間目同様、準備体操はせず、すぐに新聞紙ボールを使用してボールキャッチを行った。活動時間は10分弱。1時間目より、真上に飛ばせるようにはなってきた。「⑤頭、肩を触り、胸の前で手を一回たたいてからキャッチ」では、できる子がちらほら出てきた。

次に課題把握をした。「いろんなボールを投げてみて、どのボールが投げやすいか考えよう」という課題でフラフープ的当てを行った。フラフープを布ガムテープで壁に貼りつけた。投げる位置は新聞紙的当て同様に2m、3m、4m、5mのところにビニールテープで印をつけた。ボールは、学校にある小さめのものを4種類用意した。

数が足りないため、全員に同じボールは用意できない。班に1個渡し、順番に使わせた。班の皆が数回投げたところで、違う種類のボールと交換。全員に4種類のボールを投げさせ、最後に感想を聞いたところ、1号ドッジボールが一番人気であった。軽く、片手で扱いやすいので、投げやすいという考えが多かった。フラフープ的当てはと言うと、思っていたより、よく当たっていた。1時間目の新聞紙的当ての反省があったので、2回連続して当たれば、後ろへ下がってよいことにした。すると、全体的に3m、4m地点にいる子が多かった。届く距離からしっかり練習できた。投げ方については、意識してやっている子もいれば、同側に戻っている子も、また、新聞紙ボールに比べ、実際のボールは重たいため、下から両手で投げている子もいた。声かけをすれば、投げ方を思い出し、改善していた。

課題としては、使用するボールをどうするか。学校に適したボールが満足にない。子どもたちが投げやすいと言った1号ドッジボールも4個しかない。2対1のゲームでは足りるが、練習では足りない。(→沼倉先生にご相談。)

軽いボールが投げやすい。

- ・フラフープの中にボールが入ってよかった。
- ・4色のボールでやって楽しかった。
- ・4種類のボールを試して、**赤いボール**がやりやすかった。
- ・動きもあるし、フラフープに当てるし、ボールを使ったので、難しかったけど、そのうち僕は慣れました。

- ・Sさんのアドバイスで興味を持ち始めて、家で新聞紙ボールを作って練習したり、Sさんのアドバイスを紙に書いて、それを見ながら練習しています。
- ・みんなで「頑張ってる」って言いながら、張り切ってやっていました。
- ・全員が頑張っていたので、私も頑張りました。

- ・フラフープの中にボールを入れてみたけど、あまり入らなかった。
- ・普通のボールなので、**手で持てなかった**から少し残念。
- ・少し真ん中に入れるのが難しかった。
- ・野球をやっているも当てられるものではないと思いました。
- ・**腰をひねる**のが難しかった。

- ・普通のボールを投げて、たいぶ**新聞紙ボールと違う**などわかった。
- ・軽いボールや重いボールがありました。
- ・わかったことは、手をパーにして投げることです。このコツは**グーから投げる瞬間、手をパーにすること**です。

新しい投げ方を発見。

### 3時間目

ボールキャッチでは、「⑦頭、肩、膝を触ってからキャッチ」を追加してみた。頭、肩、膝まで触れてもキャッチに間に合わない・・・という子が多かった。「より高く上げると、落ちてくるまでに時間がかかるので、キャッチしやすくなるよ。」と、声かけをした。難しい技を1つ入れただけで大興奮、大盛り上がり。

この時間は、2組だけでの授業だったので、体育館を広く使うことができた。そこで、学級28名を、14名ずつの2つのグループに分け、Aグループは的当てサーキットトレーニング、Bグループはキャッチボールというように別のことを同時進行で行ってみた。活動時間は15分程度。時間になったら、AとBが入れ替わるように指示した。

的当てサーキットトレーニングは、体育館の壁側を使って行った。

#### START

- ① フラフープゾーン (6か所)
- ② バスケットゴールゾーン (2か所)
- ③ 動物ゾーン (3か所)
- ④ バスケットゴールゾーン (1か所)
- ⑤ 新聞紙ゾーン (6か所)
- ⑥ 動物ゾーン (3か所)

GOAL (2周目、3周目・・・と続く。)

この流れで繰り返し行った。新聞紙ボールを使用した。当たっても当たらなくても、1か所の的に投げられるのは1回のみ。どんどん先へ進む。投げたボールは自分で拾う。自分の前にやっている人がいたら待つ。これらのやり方を説明してからやらせてみた。汗だくになりながら、ひたすら動いていた。極端に渋滞

することもなかったのでよかった。子どもたちは、かなり頑張って取り組んでいたのに、この活動が終わるころには、新聞紙ボールもボロボロになっていた。

キャッチボールは、沼倉先生にお借りしたボールを使用した。もう一方のグループが壁側で的当てサーキットトレーニングをしている間、中央のスペースがもったいないので、ペアでキャッチボールをさせた。投動作は、最初の頃比べよくなっていた。しかし、問題発生。キャッチができない。このままだと、2対1のゲームになった時に、仲間のパスを受けられない。仲間の外したボールを捕ってフォローできない。

- ・新しいボール（沼倉先生からお借りしたボール）でキャッチボールができて嬉しかったです。
- ・サーキットがちょっと難しかったけど、何回かやってみたら上手になってよかったです。
- ・キャッチボールで相手に渡すのができて、嬉しかった。
- ・黄色いボールが友達場所に飛んで嬉しかった。
- ・サーキットのバスケットに入れるのが楽しかった。
- ・サーキットで的に当てれたり、キャッチボールで高く上げれたことが楽しかった。
- ・投げるのが楽しかったです。
- ・サーキットトレーニング難しかったですが、すごく楽しくて2回やろう！と思いました。でも楽しすぎて4回やってしまいました。
- ・面白かったことは、サーキットトレーニングです。いろんなミッションがあってけっこう当たったので、楽しかったです。

- ・Yの投げ方がとてもよかったです。キャッチするのも上手。
- ・Kもキャッチするのが、あと力がよかったです。
- ・Iと俺でボールを投げて上手くできたよ。

- ・サーキットは、いろんなものがあったり、一番難しかった。
- ・投げるポーズが難しい。

#### 4 時間目

4人で的当てゲームを行った。4人全員がボールを持ち、1分間で的を何回落とせるか競うゲームである。的の設置場所は、バスケットボールコートのサークル。的は、大きな段ボール（サツドラからもらってきたキッチンペーパーの段ボール）を土台とし、その上に大きさの同じ箱を3つ、縦に重ねて置いた。それらを3か所に用意した。同時に3チームができるようにした。1か所に2グループずつ配置し、「やる人」「見る人」を交代しながら行った。ボールは数が足りないため、学校の小さめボールと沼倉先生からお借りしたボールを使用した。ルールは、以下のようにした。

#### やる人

- ・サークルの中には入らない。
- ・「用意」・・・床にボールを置き、気をつけの姿勢。
- ・「スタート」・・・ボールをとって、投げ始める。
- ・ボールは自分で拾いに行く。
- ・箱が1つ落ちたら1点。
- ・箱が3つとも全て落ちたら、自分たちで積み上げ、再開する。
- ・終了の合図でその場に座る。



## 見る人

- ・外側に立ち、外れて飛んできたボールを拾う。(3人)
- ・得点を数える。(1人)

・難しかったことは、的に当てることです。だって距離がだんだん離れるからです。

・的に当てが協力してできたので、楽しかったです。  
・協力したことは、みんなで「当てるぞー！」と言ったことです。

・わかったことは思いっきり投げることです。  
・黄色のボールが持ちやすかった。  
・ブロックの下を当てたら、一気に崩れるのがわかりました。(！)  
・真ん中と下を狙えば倒れるのがわかってよかったです。

・チームと頑張って箱にボールをぶつけられて嬉しかったです。  
・四角い箱を3つ1回で倒したのがとても気持ちよかったです。  
・楽しかったことは段ボールに当たったことです。

## 5時間目

4人で的に当てゲームの2時間目。チームやルールは前回と一緒。得点を記録した。各チーム3回行い、その合計点で競った。

・箱に当てるのが少し難しかったです。  
・チームはいっぱい当てていたけれど、私は全然箱に当てられませんでした。  
・箱にぶつけるのが難しかった。  
・小さい段ボールが三段あって、その一番下の段ボールを倒すのが難しかった。

・箱に当てるゲームが、迫力があって楽しかったです。  
・狙いたいところに狙えるようになりました。  
・投げるのも少しずつ上手になってきて、スピードも出てきて、すごく狙いやすくなりました。  
・ボールで箱を倒すこともだんだん上手になってきたり、色々なことができるようになってきて、シュートボールが好きになった。

・負けたけど、練習なのでいいと思います。  
・いっぱい打てたけど、負けて悔しかった。  
・明日、本当に勝ちたいです。

勝ち負けにこだわらず、前向きに捉えているところが成長。当てられるようになって、自信をつけている子もいれば、まだ上手く当てられないでいる子も。

・みんながルールを守れてよかった。  
・みんなが丁寧に投げてよかった。  
・みんなが上手に投げてよかった。

## 6時間目

### 2対0の1時間目

チームは変えなかった。チームを変更しなかった理由としては、「4人で的に当てゲーム」の得点に大きな差が見られなかったからである。1分間の得点は、大体どこのチームも10点前後だった。子どもの能力、技術の差が見て取れる結果であれば、変更する予定であった。しかし、そうではなかったため、今のチームで2対0、そして、2対1もやっ払いこうと決めた。チームに慣れてきたところなので、子どもにとってもよかったです。

今までは1人に1つのボールが与えられていたので、個人の思うままに取り組むことができた。4人1チームとは言っても、一人ひとりがボールを好きなだけ投げることができた。休みもない。そういった意味では、個人の技術を高めるための練習であった。しかし、この2対0からは、2人にボール1つ。やっとい間意識が芽生える。この時間は、2人で協力して的に落とすにはどうすればいいのか考えさせた。

ルールは、混乱させないように今までの学習でやってきたことをあまり変えずに行った。なので、始まりは、ボールを床に置いて、「用意ピー」でスタート。制限時間もこれまで通り1分間とした。その間に何回落とせるか練習した。「考えること」をメインにしたかったので、競争はしなかった。

最初は何も言わないようにして、子どもたちがどのような動きをするのか見ていた。すると、的から外れたボールが遠くへ、あちらこちらに転がっていく。そこで、声かけを行った。「ボールを持っていない人は、どうすればいいのかな。」と。しばらくすると、上手なチームを発見した。最後は、その子たちに見本をやってもらい、ボールを持っていない人の動き方を紹介し、全体で確認をした。

### 子どもの考え

動き方・・・「まっすぐ立つ」

「ボールを持っている人の反対側に立つ」

なぜ、そのような動きをした方がいいのか・・・「カバーしやすい」

「外れたボールを拾いやすい」

的が落ちたら・・・「すぐ拾う」

### 教師の補足

動き方・・・「ボールを持っている仲間と自分の間に的がくるように動く」

「鏡のように」

「ミラーのように」

なぜ、そのような動きをした方がいいのか・・・「フォローしやすい」

的が落ちたら・・・

⇒「的を落とした人が拾う」ということにこだわらず、「攻めている2人のどちらかが拾えばよい」ということにした。

理由としては、その方が速いと考えたため。的に当てると跳ね返り、投げた人の方にボールが戻ってくることが多かった。それなら、ボールに近い人がボールを拾えばよい。的に近い人が的を拾えばよい。時間が限られているので、当てたらすぐに拾って、積まなければならない。子どもたちから出た考えでもあったのでルールをそのようにした。

しかし、シュートボールでは、本来「的を落とした人が直す」というルールになっている。中学年、高学年で攻守の切り替えが入ってきた時に、そこが面白いところである。攻守の切り替えがあるゲームになると、的を落とした人が拾って直す。すると、その人は守りに遅れる。つまり、必然的にアウトナンバーができる。攻めは有利になる。攻めやすい。そこが醍醐味の一つ。

課題として、今回設定したルールだと、本来のルールに直接つながらない。やはり本来のルール通り、「落とされた人が拾って直す」にするべきであったか、悩みどころである。

#### キャッチが課題

- ・キャッチするのが正直難しかったです。
- ・ボールを持っていない時に、自分は人の目の前に立っていなかったから、ちょっと間違えたと思った。

- ・投げる時、手を振るのが上手にできてとても嬉しかったです。
- ・何度も当てたら、四角いやつが倒れた。
- ・もっともっとすごになりたいです。
- ・2対1のバトルが楽しみ。
- ・活躍できるようになりたい。(！)

ボールを持っていない人の動きについては理解できたようだ。

- ・わかったことは、キャッチする時とんでっちゃうから、前の人がボールを持って移動したら、自分も移動するというのを学びました。
- ・ボールを持っていない人は、持っている人の前に行くってわかった。
- ・ボールを持っていない人が何をやればいいのかわかった。
- ・ぼっと立っていないで、いつでもボールを捕れる体勢になればいいんだなと思いました。

- ・協力してやないと当てれなんだなと思った。(！)
- ・ぼくは、ダメなことをしてしまいました。友達にボールを渡さないからです。(！)
- ・2人でパスをしながら当てると楽しくなって、やりやすくなりました。
- ・Oさんの投げ方が上手かったです。
- ・球、速すぎと言われました。
- ・あんまりパスしなかったから、次はパスをどんどんする。
- ・OさんとTさんのキャッチがするのがすごかった。
- ・すごく友達の方が上手かったです。
- ・Wさんが続けて当てれたところがすごいなあとと思いました。
- ・応援してくれて嬉しかった。

仲間との関わりが増えてきた。仲間のよさに目を向けている。協力することの大切さに気付いている。自分の反省を正直に書いている児童もいる。

## 7時間目

### 2対0の2時間目。ボールを持っていない人の動き方を確認。

それと、前時は回転が悪く、子どもたちが暇をしてしまったので、今回はローテーションでどンドン回していこうと考えていた。しかし、ローテーションは難しすぎた。子どもたちを混乱させてしまった。ものすごく反省。

成果があるとすれば、ミラーの練習ができたこと。2つのサークルで2つのチームが攻め、2つのチームがボール拾いを行っている間、残りの3チームはコーンを使ってミラーの練習をさせた。ボールを持っている人と自分の間に的がくるように動く。鏡のように動く。ミラーのように動く。それらのことは、理解したようだった。クルクルクルクル追いかけてこのように回っていた。

- ・最初は当てられなかったけど、どンドンやっていたら、すごく当てられるようになりました。
- ・キャッチできて嬉しかった。

- ・素早くすれば多く倒せると思いました。
- ・投げる人に合わせて動くことがわかった。

- ・チームで頑張っていて楽しくやりたいです。

- ・パスをする時、何回か両手で持ってパスしていました。
- ・動くのが難しい。

シュートは片手としたが、パスは指定しなかった。

ボールを持っていない人の動き方に課題あり。

## 8時間目

2対0の3時間目。この時間は、1クラスのみので授業だったので体育館全面を使用することができた。子どもたちが混乱しないよう単純に回そうと思っていた。体育館にはサークルが7つあるので、1チームに1サークルを与え、固定しました。ローテーションとは違い、その場から動かないので子どもたちは混乱せず、学習に集中することができた。

4人1チームの中にペアが2つできているので、1つのペアが攻めをやっている時、もう1つのペアはボール拾いをしている。それを交代しながら行った。全員、5回ずつできた。たくさん回数をこなせたことで、パスやミラーの動きが少しずつ上手になった。また、当てることも上手になってきた。2、3回連続で当てると、仲間にパスをして護ってあげる子もいた。ペアにも慣れてきたのか、最初の頃に比べてコミュニケーションが出てきた。

- ・嬉しかったことは的にいっぱい当てたことです。
- ・投げた人の前でカバーする練習があったから楽しかったです。
- ・当てるのも楽しいし、パスも上手いけた。
- ・すごく楽しいし、当てることが大好きだから、投げるのが好き。(！)

- ・ボールをもっていない人が何をやればいいのかとか少しずつでも上手になりたい。
- ・もうちょっと速く投げた方がいい。

- ・鏡みたいに動くのが難しかったです。
- ・ミラーしながら的に当てるのが難しい。

ミラーを意識しながら、シュートを狙う。  
同時に二つのことをやるのは難しい。

- ・ボールをもっていない人は、相手がいるんな場所に動いたら、自分も相手の前に立つことがわかった。
- ・2人の間は、的がくるように立つ。
- ・ボールをもっていない人は、ミラーです。

ボールをもっていない人の動き方について自分の理解しやすい言葉で覚えている。

- ・応援で「ガンバ」とか「もっと腕を下げて」とか言いながら協力しました。
- ・パスしてやると、やりやすくて、もっと楽しくなりました。(！)

## 9時間目

2対1の1時間目。体育館を2クラスで使用するので、サークルは3つしか当たらない。それに対して7チームもある。微妙な数なので、どうやって回していこうかぎりぎりまで悩んだ。そこで、進行表と得点表を作った。進行表は、それを見た時に自分のチームが何をするのかすぐわかるように。得点表は、自他チームの状況がよくわかるように。

ここでキャプテンを決定。担任一人で指示し、動かすのは、大変なので、しっかり者たちの力を借りた。キャプテンに「進行表を見たら、自分たちの場所に仲間を引き連れて行ってください。」と伝えた。これがものすごく大事で…。授業は3校時目だったので、中休みのうちに全員に進行表を見せ、見方は確認。

作戦プリントもチームに1枚配付しました。1枚のプリントを4人で囲み、話をメインにしてほしかった。1人に1枚だと視線がバラバラで合わない。また、それぞれが書くことに集中してしまう。そのような状況では、話し合いが成立しないと思ったので、チームに1枚とした。プリントには、事前に守る順番を書かせておいた。作戦プリントの記入者は、キャプテンということも決めておいた。

準備に取り掛かるが、進行表や得点表を貼ったり、ビデオを設置したり、たくさんの仕事がある。担任一人では、時間がかかって大変。しかし、そんな時に助けてくれるのが子どもたち。この頃には、的的设置の仕事などもよくわかっている。最初は保体係（5人）にお願いすることが多かったが、物が多くなると、それでも間に合わないの、手の空いている子に声をかけてやってもらっていた。気づくと、係など関係なしに

早く来た子どもたちが毎回手伝ってくれた。

進行表のおかげで、比較的スムーズにできた。キャプテンも仲間を動かし、引き連れて行ってくれたので、何とか時間は確保できた。全員2回は「攻め」をやることができた。「攻め」の他には、「守り」、「作戦」「ボール拾い」という役割も設けた。そのおかげで誰も休むことなく常に何かをしている状況になった。

サークルは3ヶ所あり、「右のサークル」「左のサークル」「真ん中のサークル」などと指示しても良かったが、それも混乱するだろうと思い、工夫してみた。的当てサーキットトレーニングの時に使用した「動物のお面付きコーン」がまだそのままの状態であったので、それをステージの上、見やすいところに置き、「サークルに名前を付けてみました。「トラサークル」「カニサークル」「ウサギサークル」と。効果があったみたいで、子どもたちはわかりやすかったのだと思う。「次、トラ!!!」「ウサギでボール拾い！」などの声が聞こえてきた。

2対1に関して言うと、みんな守りは初めての経験だったのであまり機能せず、そのおかげで、攻めやすかった。得点も思っていた以上に入っていた。練習の成果が出てきた。

作戦の方は、後から子どもたちのプリントを見返してみてもあまり理解できず…。この時間は、2対1で守りが入るとこんな風にやりづらくなるのか…というような雰囲気があったと思う。個人の動きを見ると、投げるふりをしてだまそうとしている子がいた。ただ、ボールを持ちすぎてしまう。残りの2時間で面白い作戦が出てくるようにこちら側も声かけをして、子どもの頭を働かせたいと思った。

- ・守りが楽しかった。
- ・2対1で的を当てられてよかったし、嬉しかった。
- ・相手をだまして四角いやつに当てたのがよかった。

チームの作戦とは別に個人のアイデアも面白かった。

- ・初めて守りをやったので、少し不安だったけど、やってみたら、みんなの作戦は素早く投げる作戦です。
- ・背が高い人は守りでも強い。
- ・Wさんが小さくて当てやすかった。

背の高さで気づいたこと。これが作戦に生かされると面白い。

- ・ボールを当てるのや守りを頑張りたいです。
- ・移動を素早くする。
- ・Rチームは合計点で15点です。すごいから、もっと上手になって15点をぬかしたいです。
- ・次は、守りがいてもパスを何回もして、パスが通って、的に必ず当てたいです。

- ・チームごとで作戦を考えて、力を合わせれたんだなあと思った。
- ・作戦を絶対成功させる。・チームで協力する
- ・みんなとの協力をもっと考えたい。
- ・作戦をもっと詳しく書けば、勝ったかもしれない。

守りが一人増えただけで、やりづらさを感じる。だからこそ仲間と協力してどのように取り組むか考えるきっかけになる。

- ・2対1でやったらブロックに当てるのが難しかったです。
- ・ボールを守りにとられないようにするのが難しかったです。

## 10時間目

2対1の2時間目。前時と同じ流れで学習した。進行表を見て移動することにも慣れ、時間に余裕ができた。その分、途中で指導をしたり、最後に作戦を紹介したりすることができた。

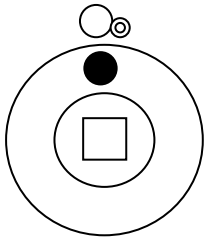
途中、一度全体を集めた。せっかく2人いるのにボールを持ちすぎている子が多いなど感じていた。ボールが動かないと、守りも動かない。守りを動かさなければ、シュートチャンスも生まれないので、そのことについて話をした。すばやくパスし、守りを動かし、揺さぶることを確認したが、こちらの方でしゃべりすぎ

てしまったと反省。もう少し、問いかけて、問いかけて、子どもの方から言葉が出てくるようにすればよかった。時間もない…と思うと、早く進めたいので、一方的に説明してしまう時があるので、自分の課題である。

その後、なるべく早くパスしようと意識する子どもが出てきた。しかし、上手くキャッチできない子が多かった。キャッチについて練習不足であったと反省。キャッチの仕方については、「指を開いて、両手でキャッチ」程度の確認で終わっていた。キャッチができれば速いパス回しができ、攻めやすくなっていたと思う。ただ、この時間よく頑張っていたと思うことは、各チームの作戦会議である。前時は作戦を立てても、いざやってみると、全然違う動きをしていた。作戦を実行しようとしているのかもしれないが、イメージしたことと、自分の動きが合致しないような状態。結局は、本能のまま、何も考えずにやっている感じがした。2対1の初日なので、仕方ないと思っていた。それに対して、この時間は、作戦をやってみようという意識が出てきた。面白い作戦があったので、最後に紹介をした。

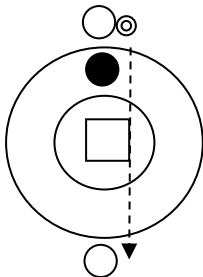
#### チームKの作戦

1



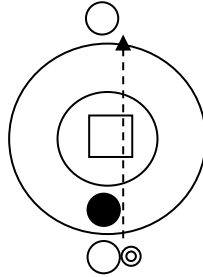
まずは、2人の間にまとをはさんでいる状態。

2

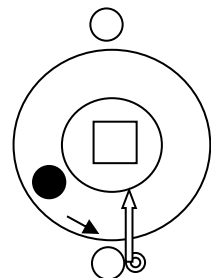


2、3のようにパスを連続して行う。  
守りを動かす。揺さぶる。守りを疲れさせる。  
これを繰り返す。

3



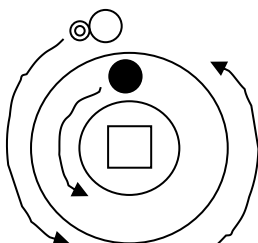
4



・ボールのところへ守りが到着する前にシュート。  
・守りが遅れていたらシュート。

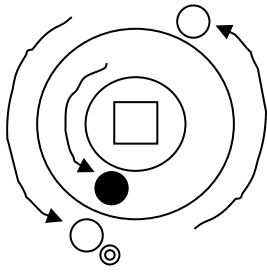
#### チームDの作戦

1



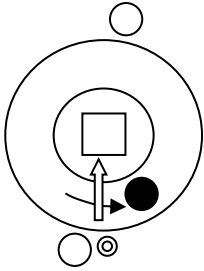
ミラーを保ったまま、スピードをつけてぐるぐる走る。  
守りも追いかけてくる。

2



攻めがいきなり止まる。

3



守りは急に止められず、行き過ぎる。  
攻めはその隙にシュート。

作戦をばらすことにはなるが、学び合いが大切である。「OOチームの作戦をやってみよう！」と思うのもありだし、「OOチームの作戦にちょっと付け足してやってみよう！」でもいい。「OOチームよりもっと良い作戦を考えよう！」でもいい。とにかく参考になればよい。また刺激になればよい。紹介されたチームは、みんなの前に出て「すごい!」「おもしろい!」と言われるだけでモチベーションが上がる。ここにきて、昨日よりも守りが上手になった。明日の最終戦、攻めは苦戦すると思う。

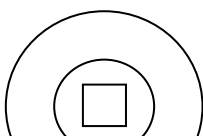
- ・難しかったことは、相手（守り）が速かったから当てるのに苦労しました。
- ・ボールの投げ方を直して、もっと前に当てるようにして、もっともっと上手になりたいです。
- ・明日が最後のシュートボールで、作戦が上手くいくようにしたいです。
- ・相手をずらして、シュートを明日できるようにしたい。
- ・作戦会議が終わって、その書いたことをAとやってみたら成功して嬉しかったです。
- ・DYがパスしたら、ぼくが、相手が来る前に投げる。それを何回か続けていると3点とれました。とても嬉しかったです。(！)
- ・守りの時、何回もきたけど、頑張ってとめたし、ファインプレーもできたから嬉しかった。
- ・今日はなかなか当てられなかったけど、友達が作戦通りにやってくれたから、作戦が成功だと思う。
- ・私は、ボールのパスが上手くなりました。
- ・クラスのみんなど少しずつ頑張っていくと、上手くなっていく。
- ・みんなで助け合いながらやりました。次の作戦は、走り回って当てる作戦です。
- ・明日Rチームに勝ちたい。

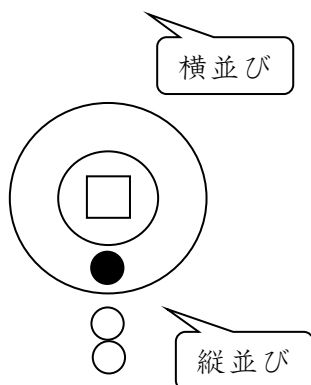
11

2対1の3時間目。シュートボール、最後の授業。3校時目だったので、中休みに5分程度、事前にチームで作戦を考えさせた。その時に少しヒントを与えてみた。なぜなら、あと1つ、子どもたちから出してほしい作戦があったから。2年生には難しい。でも、出てきたらすごい。ヒントを与えてみた。理解できなくても仕方ないとは思いつつ、シュートボールの「まとめ」となる最後の授業であったので、いろいろな方法があることについては考えてほしかった。

2対0で、みっちり「ミラー」の動きを学習していたので、子どもたちの動きはそればかり。成果なのだが、それだけではないのだよ…と、私拭きたい部分もあった。そのため、下図のようなヒントを与えた。

ヒント





攻めの2人がこのような状態からスタートする時、どんな動きが考えられるか。  
2人のポジションは、横でも縦でもいい。みんなならここからどのように動いて、まを落とすか。

このヒントを出した後、作戦会議の時間を5分間とった。子どもたちの休み時間も確保しなければならいので、5分がたったので、終わりを伝えた。しかし、最後というだけあって、子どもたちのやる気がすごかった。その後も黙々と会議をしている班がほとんどであった。

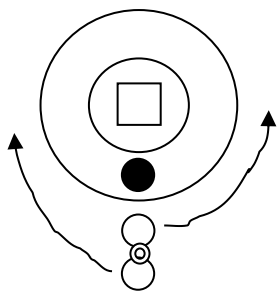
最後の2対1開始。スムーズに進み、時間に余裕があったので、全てのチームが1回ずつやったところで、一斉に作戦会議の時間をとった。新しい作戦を考えるというよりも、みんな最終確認をするよう指示した。

これまで、チームRがずっと1位であったので「Rチームに勝ちたい」と意気込む児童が多かった。そのため、毎度ゲームが終わる度に子どもたちは得点を気にしていた。守りに入る子どもたちは、チームRに点数を入れさせなければよいのだと気づき、必死で守っていた。

子どもたちは作戦を実行しようとしてよく頑張った。全体を通して、大変意欲的に、また楽しく取り組んでいたもので、よかった。これまで1点もとることができなかったペアも今回は何とか1点を取り、ものすごく喜んでいた。

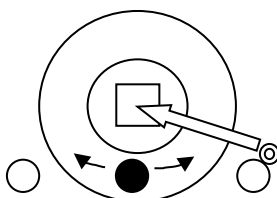
「チームさとや」は与えられたヒントをもとに作戦を考えていた。上手くはいかなかったけど、子どもたちはあきらめないでやり続けていたのでよく頑張った。最後に全体の前で紹介した。

1



攻めの2人が縦に並ぶ。1人がボールは隠した状態で持っている。同じタイミングで、反対方向へ走る。

2



守りは、どちらがボールを持っているのかわからないので、どちらにつけばいいのか迷う。迷っている間にシュートしての的を落とす。



- ・楽しかったことは、相手に1点しかとらせなかったことです。
- ・今までは上手じゃなかったけど、今じゃキャッチやパスを上手くできるようになったよ。今までやってきた中で、2対1が上手になりました。
- ・たくさんできるようになってって、シュートボールが好きになった。
- ・今日は最後だから一生懸命やったから8点とったから嬉しい。
- ・2人での的を当てられて嬉しかった。2対1は勝ったり、負けたり勝負だったから頑張ったなと思います。
- ・また2学期やりたかったです。
- ・攻めの時にキャッチができてよかったです。
- ・今までよりすごい得点をとれたし、作戦を守れたし、学んだことがたくさんあったし、今日はKと協力してたくさん得点をとれたから。(！)
- ・攻めでみんな当てたから、それに作戦もよかったと思う。
- ・Aのやり方が面白くてぜひやってみたかったです。(！)
- ・SとKのいい1点はチームの中で一番いいプレーだと思います。また今度、やれたらやりたいです。(！)
- ・チームのみんなもすごく頑張っていました。
- ・Kチ
- ・ボー

・難しかったことは、守りが上手になっていて的に当てるのが難しかった。

・点数がどんどん下がっていった。作戦が全部上手くいかなかった。(チームR)

## 8. 実践のまとめ

### 成果

#### (1) 投げる動作が身についた

最初に新聞紙ボールで新聞紙的当てを行なったことがよかったと思う。自分の手のサイズに合わせてボールを作ったことで、片手で持つことができ、また、ボールも軽いので、投げる練習に最適だった。ガムテープを貼った部分には子どもの名前を書いたので、自然と愛着ができ、マイボールとして大切に使っていた。ボールが怖い子どもにとっては、いきなり実際のボールを使わせて行うよりも抵抗が減ったと思う。そのため、怖がらずに練習に取り組めたと思う。

単元の最後、11時間目のときには、直立で投げたり、同側で投げたりする子はほとんど見られなくなっていた。もちろん完璧とは言えないが「的を見る」「上から片手で投げる」「投げる方と反対の足を前に出す」という基本的な動作は、ほぼ全員がクリアできた。

#### (2) 能力差に関係なく誰もが楽しく取り組める

ドッチボールやサッカーなどの球技を一般的なルールでやろうとすると、どうしても能力に差が出てしまう。苦手な子でも楽しめるようにするにはどうすればいいのか考えなくてはならない。

今回のシュートボールは低学年という発達段階に合わせ、攻守の切り替えなしの2対1までとした。ルールも単純だったので、理解できない子はいなかった。運動範囲もバスケットボールコートサークル1個分。ボール拾いの子が周りにいるので、遠くへ転がってもフォローしてくれる。1分間という時間の中で、ボー

ルは2人に1つ。運動量的にも丁度よかったと思う。体力が心配されたDでも、みんなと同じように取り組み、得点をとっていた。練習も含めると、1回も得点できなかった子はいない。少なからず全員に成功体験を積み重ねることができた。

子どもたちは、今回のシュートボールをカチツとした授業として捉えるのではなく、ゲーム感覚として楽しんでいたように思う。

### (3) チームの協力

2対1から守りが入り、急に攻めにくくなったところで、チームごとに作戦を考えさせた。作戦会議が子どもたちを成長させた。班に1枚の作戦プリントを配付。それを囲い、仲間同士「あーだ」「こーだ」とコミュニケーションをとっていた。時には「作戦を見られた!」「〇〇が話し合いに参加してくれない!」などのもめ事もあった。しかし、どこのチームも積極的に作戦を考え、実行しようと頑張っていた。1つのペアが攻めている時には、もう一方のペアが応援をしていた。そんな姿を見て、チームっぽくなってきたなと感心した。

### (4) 子どもの変容

#### ボスKの場合

ボスKの感想を読んでもみると、「体を横にすることがわかった。」「ぼっと立ってないで、いつでもボールをとれる体勢になればいいだなと思いました。」「投げる人に合わせて動くことがわかった。」などとある。これらの感想からは、ボールの投げ方やボールを持っていない時の動き方について、しっかりと理解していたことがわかる。

また、「まっすぐ飛ばすことができた。」「ボールをしんに当てれた。」とあり、的の中心を捉え、正確に投げていたこともわかる。

このように理解力もあり、運動神経も抜群なKなので、彼のレベルについてこられない子も当然いる。周りが自分のレベルに合わせてくれないと、暴言で相手を責め立て、挙句の果てに独りよがりなプレーをしてしまう。それがこれまでの彼であった。しかし、今回は「自分が一番」と考えるのではなく、友達のよいプレーを認めることができていた。それが次の感想からわかる。「I SさんとOKさんみたく、パスを回せて、相手が来た瞬間、的に当てることを真似する。」「Kチームが僕のチームよりすごく上手くいってて3位でした。それで、負けた時、真似すればよかったな—と思いました。」いつも俺様気取りのKが人のよさを認め、それを取り入れようとしていたことに成長を感じた。

さらに、普段から特にきつく接していたIとのキャッチボールで、「Iと俺でボールを投げて上手くできたよ。」とある。Iは、おとなしく、あまり活発とは言えない男の子なので、いつもKに暴言を吐かれ、よく泣いていた。けれど、今回のシュートボールの中で友達を泣かすような場面はなかった。今まで冷たく接していた子とも活動を共にできたこと、そして、一緒に上達していくのを感じ取っていたことに感心した。

2対1最後の日、Kのチームは6位だった。結果発表が終わり、チームで反省をしている時に急に泣き出した。「負けた」ことが悔しかったようだ。学級の中で、常に一番だったKは「負ける」という経験をあまりしてこなかった。すごく落ち込んでいたが、「負けた」という経験ができて、逆によかったと思う。今までだったら、泣きながらも「お前のせいで負けたんだろ!」「〇〇と同じチームがよかった!」などと言っていたかもしれないが、友達を責めることは一切なかった。まだ、そういった思いが少なからずあったかもしれないが、泣きながら、心を落ち着かせ、いろんな思いを抱えていたのではないかと思う。

この件につながる話の一つある。Kの感想に「次は2対1で僕が活躍できるようになりたい。」とあった。みんなは上手いプレーをどんどん成功している中、自分ではできていない。自分はやろうとしているが、やはりチームの仲間は自分のレベルについてきていない。でも仲間のせいにするのはいけないことだし…。といっ

たような考えの中で、K自身悩みながら、葛藤しながらやっていたのではないかと考える。そんな思いもあっての涙だったのではないかと思う。思い通りにならないことがあっても我慢できるようになった。自分についてこれないなら…と、友達を切り捨てるのではなく、ペアであるSと協力してやっていた姿が多くあった。自分ばかりがボールを持つのではなく、状況を見ながらSにパスをし、声かけしながらやっていた。そして、最後の感想が次である。「SとKのいい1点は、チームの中で一番いいプレーだと思います。」もちろん、最終戦に負けて悔しいという思いはあるけれど、自分たちのよさにも目を向けることができた。「勝った」「負けた」の結果にこだわるのではなく、仲間と協力してできたという「過程」に目を向けることができたのだと思う。Kは、技術の面でも精神の面でも一番成長したのではないかと思う。

### 運動が苦手なDの場合

全体を通して、Dは楽しく取り組むことができていたように思う。それはDの感想からわかる。

「やってみたら楽しかったです。」「楽しかったのは、的に当てることです。下を思いっきりやると、一気に倒れるからです。」「すごく楽しいし、当てるのが大好きだから、投げるのが好き。」Dの感想を読むと、「楽しい」という言葉がほぼ毎回使われている。さらに「好き」という言葉も使われている。Dにとってこの学習は「苦」ではなかったと思う。確かに授業中の様子を見ていても、みんなと同じように取り組んでいた。今までのように疲れたからと言って、座り込み、休むということもなかった。体力的には問題なかったようだ。

一方で、Dの感想を見ていくと、体力的なことよりも人間関係のことで課題が見えてくる。「ぼくは、ダメなことを今日してしまいました。友達にボールを渡さないからです。」という反省文が書かれていた。自分のしたことを振り返り、反省していることは立派。見方を変えれば、ボールをずっと持っていたくなるほど、意欲がある。ただ、仲間との協力はできていない。ペアである相手はどう思っていたのか。ペアであるYは、この件について次のように書いていた。「協力してやらないと当てれないんだなと思った。」やはり、不満があったようだ。

しかし、2対1の最終日、Dは、「最後の時間を楽しくやって、(中略)もめ事もけんかもあるからみんな楽しく楽しく1年生の時もけんかばかりあるけど、(中略)いろいろ楽しいこと嬉しいこと悲しいこととかいろいろあるけど、僕たちの心があるから僕たちは、みんな」という完結していない感想を残している。きっと「楽しかった」と言いたいのだろう。もめ事やけんかもあるけど、楽しくできた。そんなことを言いたいのだろう。1年生の時は嫌な思い出ばかりだったのかもしれないが、その時に比べると今は少しでも友達と仲良くできたり、協力できたり…。自分や学級の変化に気付いていたのかもしれない。ペアであるYは「ぼくは1点とか入れたり、学んだことがたくさんあったし、今日はずきと協力してたくさん得点をとれた。」と書いていた。この2人の間に「協力プレー」があったとわかる。自分ばかりボールを持っていたDも相手のことを考えられるようになり、成長していったのだと思う。

担任として、心残りが一つある。Dの間違った認識に対して、指導し損なった部分がある。彼の感想に「嫌なことがあります。それは、ボールです。」とあった。ここだけ読むと、ボールが硬かったり、重かったりして、不満があったのかな…とも思うが、その後の説明で「わざと顔面に当ててくる人や円に入ってるボールをキャッチしてくる人がいます。」とあった。顔面に当たって痛い思いでもしたのかなと思う。「投げ方には、注意。思いっきり当てようとしても誰かを泣かしたり、歯が抜けたり、頭から血が出てきたり、大変だからです。だからパスの時に友達にぶつけないようにして、あとは投げる時にやさしく」という感想もあった。自分が痛い思いをしたから、人にはさせないように「やさしく投げる」ということなのか…と思った。しかし、実践の中でやさしいパスをしたら守りにとられてしまう。彼は、状況によってパスの強さが変わるということをわかっていない。相手にとって、必ずしもやさしいパスがいいわけではない。守りにとられないために強いパスを出すことも大事。そのようなことを理解させる必要があったと反省している。

## 課題

### ① 捕る練習が不足していた

キャッチの練習が不十分だった。キャッチボールを一度だけやったが、身につくわけがないと反省。2対0の練習に入った時にはボロボロだった。ただ、2対0を3時間やったので、2対1をやる頃にはパスも少しずつ上手になってきてはいた。しかし、キャッチができたらもっと速いパス回しをして攻めに生かせると思う。

### ② 投げる動作に関わって（投げる方と反対の手）

投げる動作の中で「投げる方と反対の手」をどうするかについては指導していなかった。全身を使って投げているので、反対の手が何もしていない訳はない。「投げる方と反対の手は前に出す」などと、指導があった方がよかったのか。子どもたちからも反対の手についてどうしたらよいのか意見は出てこなかった。指導はしなかったが、自然に動かしている子もいるので、それで十分なのか。疑問でもある。

### ③ ルールについて

シュートボール本来のルールでは、「的を倒した人が直す」となっている。これは、攻守の切り替えが入った時に必然的にアウトナンバーをつくるため。今回やってみての発見だが、ボールを的に当てると、跳ね返って戻ってくることが多かった。時間は1分間しかないので、近くにいる人が近くのをとればよいと考えた。つまり、「的を倒した人が直す」にこだわらず、「攻めのどちらか近い方が直せばよい」と。しかし、このルールでは、攻守の切り替えが入ったゲームにつながっていかないと反省。やはり、「的を倒した人が直す」を徹底した方がよかったのか疑問である。

## 9. おわりに

今回、実践報告を行うまでには、沼倉先生をはじめ、共に学習会に参加してきた静内小の小川先生、貫気別小の田畑先生など、たくさんの先生方のご指導やご協力がありました。感謝の気持ちでいっぱいです。また、本日の実践報告を聞きに来てくださった方々にも深く御礼申し上げます。大変ありがとうございました。

今回の実践は、自分自身の教員生活において、貴重な経験となりました。成果や課題を今後の実践に生かしていきたいと考えています。2学期は学芸会や公開授業研修会など、また様々な場面で子どもたちと共に成長していきたいと思います。

## 実践レポート② 「かかわりあう」ってむずかしいけど…

### ～マットを使った運動遊びを中心に～

音威子府村立 音威子府小学校 三野宮 公恵

わたしは、へたくそです。

勘所を十分に押さえた終わり方ができません。だから、子どもたちの「書く活動」まで時間を作ってやれません。

理由はわかっています。途中で何かひらめいたら、計画していたことをすぐ忘れて、別のことを欲張ってしまうからです。そしていつもあわあわ、急がせている。時間がない、時間がないと。結果、計画したことがぐだぐだになって、ねらいに到達しきれない、尻すぼみの授業展開となるのです。

わたしは、へたくそです。

子どもたちがみんなが満足できる、かかわらせかたを仕組むことに失敗しています。これは、学級づくりのまずさにも起因もするでしょう。いつも叱ってばかりの先生と思われているかも。(だいぶ丸くなったはずなのに)

たかだか、7、8才の1、2年生をコントロールしきれないオーバー50教師は、いつも自分自身の自己肯定感を大いに下げています。

今年は、4名+4名=8名の1、2年生担任です。この4月に2人の転校生を迎えましたが、これが年子の男兄弟。同じ教室にいます。これがめんどくさい。

いままで、小さな猿山のボスだったRも、この転校生登場で、脅かされた自分の位置を守るべく、張り合っては、トラブルを重ねています。

男子6名のうち、「先走り隊」とか「もちゃもちゃ隊」とか言われている肉食男子が4名。この時期には当たり前ですが、自制のきかない、自己中心タイプが幅をきかせています。

しかし彼らは、積極的で好奇心が旺盛でやりたがりリアクションも早くて、子どもらしい子どもです。授業の楽しさを感じてくれたときには、大きな力を発揮します。体育授業は大好きで、大好きだから並ぶのも早いし、発言もばんばんするし、動きたくてしょうがない人たちです。さっきまでいがみあっていたとおもったら、べたべたくっついてじゃれ合っていたりします。

指導の如何でいかようにでももっていかれたはずですが、今回の『マットあそび』の授業も、みんなが満足できるかかわらせ方を仕組むことができませんでした。『結び会うこと』と『児童観』と『学習の組み立て方』がうまく合致されられなかったのかな、と反省をしております。もっとできるはずだったのにな…

そんな中でも、子どもたちが楽しんで運動し、基礎的な感覚づくりをできているものと感じています。すぐれた教材の活用で、学習計画を組むことができているからです。

どんな教材を選び計画しているか…

### 低学年期の子どもにもってこいのねこちゃんたいそう

理由～・リズムにのって楽しくできる。

- ・柔軟性のある時期に、様々な感覚づくりができる。
- ・短くて、ぎゅっつつまっているので、授業の帯で取り入れやすい。

科学的に、細部にわたって、どのような感覚づくりができるのかは 別な文献や資料で…

### 「動物歩き」「お話マット」から側転への道…そこに無駄がない系統性で計画

理由～・「動物歩きのおきて3」は、目、首、腕、おしり（腰）といった、体の感覚がつかみやすい。

- ・動物歩きから、側転等の技の系統、発展の中で、勘所となる感覚言葉が一貫して使える。
- ・何より楽しい。

### 単技の質の完了にこだわりすぎない

理由～・できる・できないで子どものやる気をそがないのは大事。

- ・お話マットで、流れのスムーズさを意識しながら、単技のダイナミックさや大きさの向上もはか。
- ・何より楽しい。

### ペアやグループで、コツや気づきを

理由～・かかわらせたい。共にうまくなることの

喜びは大きいはず。

- ・自分の姿はリアルタイムで見えないが、友だちの姿は見るができるはず。
- ・伝え合うには、動きの『言葉』や感覚の『言葉』が必要である。言葉をさがすと、自分自身の動きの気づきにもつながるはず。言葉は科学的な目を養ってくれるはず。
- ・何より楽しい。

## そして、むずかしい！！

とにかく、やってみました。

研究授業にも手をあげて、自分を追い込みながら。

学習計画では、最終目当てを『わが班の動物ストーリー』を作ることとしていました。

が、トラブって事情聴取したり泣き止み待ちしたりすねおわり待ちしたりしているうちに時間がかさみ、マットの学習計画が間延びしてきた気がしました。

ここは無理せず『ペア』でのかかわりにスイッチ。4人のグループよりも、まずは2人の関係から『折り合う』ことや、意見を『受け止める』経験を積むのがよいと感じました。発信が得意で受信が苦手な子どもが多かったこともあります。

考える場面でも…

動物あるきの3つのおきて

○腰（おしり）はたかく

○手のひらはまっすぐ

○目はまえへ

を、いつもふりかえらせながらコツや気づきを聞いていくと、少しずつ、要所を捉えた発言になってきました。

「できたことわかったこといいねみつけたよ」より

2年男T～くまさんの山とびで目線が下でおもしろかったです。

〃 ～Mさんがくまさんで足が高く上がってイイネ！

2年男H～げんきはんのS Tチームのまわり方がとてもいいと思います。

2年女T～Sさんがつるの大また歩きがとても上手で、（クルリンパの時）手をつかわずに立っていたのでいいと思います。

〃 ～わかったことはこしがすごくたかかったのがいいと思いました。

1年男S～Tさんがガオ～のところがえんぎりよくがでていいね。

1年男H～Rさんが山とびのとき、たかくあしをがんばっていいね。

〃 ～いがいとぼーずがうまくできました。

1年男R～Hくんがすごくこしもたかかったしめもまっすぐみてました。

〃 ～みんなこしもたかかったしきれもよかったです。

特に、目線「どこを見るとうまくいくか」を主にポイントにしてみました。低学年にはやや難しかったようですが、

「ねこちゃん体操の『ふ～っ』の首だろうか、『はっ』の首だろうか」

という問いかけは、わかりやすかったらしく、気づきの発言の中にも登場してきた表現方法でした。

「山とびのときは『はっ』の首だよ！」というふうに。

ペアでの発表会は…

学習指導計画にあるように、様々な動物あるきを使って進めているうちに、少しずつ『側転』の形がなんとなく出来上がってきたので、『側転を入れた動物ストーリー』には挑戦させてみました。

まだまだ、側転と呼べる形にはなっていない子ばかりでしたが、やる気はいっぱいで、ペアの取り組みはまずまずいい感じでした。4人グループより、ノンストレス

並行型、交差型、出会い型の動きを紹介して練習していたので、それをアレンジしながら考えていました。なんとか、発表会までこぎつけたぞ！という感じ。

## 結 果…、

11月から跳び箱遊びも始まります。まだ道半ば。 もう少し感覚づくりとともに、「かかわりあいを楽しめるしかけ」を工夫したいと思うයි。

かわいい8人のために。

## 実践レポート③ 「誰もが楽しめるマット運動」を目指して

桧山・厚沢部町立館中学校 白山 尚

○はじめに

厚沢部町立館中学校は、桧山管内南部の厚沢部町中心地より南東に約10kmの盆地地帯にあります。産業の主体は農業です。次いで林業、木材業が占める農村地帯です。小さい地区ですが約500世帯、1000人ほどが暮らしています。江戸時代末期に松前藩が館地区に城を建築した跡があり、5月には函館から五稜郭祭のスタッフを招きながら館城祭として幕軍・官軍に別れての行列が有名な地域です。また以前から地域では野球少年団が盛んに行われていましたが、過疎化の影響で子どもたちも少なく現在は、小学生から大人まで含めたバドミントン少年団が盛んに行われています。現在、館中学校は生徒数全校18名（1年生2名、2年生7名、3年生9名）です。生徒数の減少から来年度は町内3中学校が統合となります。生徒は木訥でやさしく、自分の考えを率先して出そうとすることは少ないです。多少物足りなさを感じることがありますが、誠実で真面目です。

体育に関わっては、運動が好きな生徒が多いです。集団的なスポーツより、マットや陸上競技など個人でもできるスポーツに意欲を持つことが特徴としてあげられます。そのため、マット運動に前向きに取り組む生徒が多いです。

### I、マット運動の特性について

- 1 非日常的な動きだが、模倣や遊びからマット特有の動きへ展開できる。
- 2 技の系統性が明らかであり技を構造化しやすい。
- 3 技ができていくことで喜びを感じ、新しい技への意欲になりうる。
- 4 ひとつの技を繰り返したり、複数の技を組み合わせ表現することで、自他の良さを認識できる。
- 5 運動の中で身体をコントロールする能力や必要な筋力がついていく。

### II、授業における特性について

- 1 技ができていくことやできる技をより良くすることを目指す学習が中心であるが、意欲やねらいを持たせて学習を進めることができる。
- 2 技が構造化されているため、技カードやスモールステップでの学習がしやすい。
- 3 他からの出来映えや評価が得られやすい。
- 4 互いに補助し合うことができる。

### III、他学年の学習指導案から

#### 1. 研究主題

課題を持って主体的に学習に取り組む生徒の育成  
～自分の思いや考えを伝え合う授業実践の工夫～

2. 単元名

器械運動「マット運動」

3. 単元について

器械運動は、個々の技がよりできることや、できる技を組み合わせることで表現することがねらいであり、体の動かし方を工夫したり、練習の工夫をすることによってねらいを達成しようとする運動である。その中でマット運動は器械運動の基本をなす運動ととらえ、鉄棒、跳び箱、平均台の各運動より先に行うことがその後の運動に活用できることが多い。特にマット運動では自分の体を支える両肩支持や逆さ感覚が大変重要になってくる。このことは、接転系の技である前転や後転といった技ばかりでなく側転やハンドスプリング系の技にとって非常に重要になる。生徒にとってできるできないがはっきりするため生徒の興味関心が大きく分かれる種目である反面、生徒の興味関心が高い技であるロンダートや側転前ひねり90°、ハンドスプリングなどの倒立転回系の技にあこがれ練習に励む生徒も多い。

マット運動をはじめ器械運動全般が日常ではあまり見られない動作が多いので、動き作りや感覚作りが非常に大切になってくる。そのためには、動きや感覚作りで大切にしたい両肩支持、逆さ感覚の習得をも目指して側転系やハンドスプリング系の技を中心に「できばえ」を考えながら授業を進めたい。その際、タブレットのような情報端末を使用して生徒の動きを撮影し、すぐに再生して動きの確認やイメージを膨らませるように利用する。

また、今年度の本校の研究テーマのひとつに少しでも近づけるべく、個人競技化しやすいマット運動において、他の人の運動も見ながら、練習をおこない。授業終わりの感想を各段階でその人へのアドバイス（感想だけでも可）を記し、それぞれの課題は違ってもみんなの練習を見ながら、練習の仕方を見ながら自分の動き作りに役立てたり、励ましあうことによって一体感の持てる授業を構築していきたいと考える。

4. 単元の目標

- (1) マット運動の特性の中の「両肩支持」「逆さ感覚」に興味・関心を持ち、自ら進んでマット運動を楽しむことができる。
- (2) 安全に留意して協力し合い励まし合いながら、また、技のできばえを確かめ合いながら活動することができる。
- (3) 技の仕組みを理解し、自己の課題に向かい意欲的に進んで学習することができる。

①オリエンテーション（既習技確認）	1時間	
②新しい技に挑戦（主に接転系）	1時間	
③側転系、倒立転回系の技	6時間	
④側転系、倒立転回系の連続技へ	3時間	本時・・・1/3
⑤発表会と反省	1時間	

6. 生徒の実態

体育に関する生徒のアンケートから運動に対して、5名全員が運動に対する興味関心が高い。個人競技や球技のような集団競技のどちらについても関心が高い。新体力テスト等を見ると男女ともそれぞれが得意な種目や苦手な種目があり、学級全体としては平均的な運動能力を示すことになる。特徴的なのは筋力や柔軟性が高く、持久力や瞬発力が低いように感じる。しかし、まじめな生徒なので苦手な種目でも投げ出さずに運動に取り組むことができる。



男女間の仲も良く、互いに何でも言い合える間柄である。授業中は互いに声を掛け合いながら、アドバイスしたり、励まし合って運動をおこなっている。

7、本時の学習

(1) 本時の目標

- ・課題の技に意欲的かつ安全に取り組むことができる。 【関心・意欲・態度】
- ・個々の技の仕組みを理解し、連続技（2つの大技をつなぐ）として表現できる。 【表現・技能】

(2) 観点別評価

学習活動における具体的評価基準	【関心・意欲・態度】
十分満足できる状況（A）と判断した具体的状況	自ら進んで意欲的に、運動する取り組みがみられる。
努力を要する状況（C）と評価した具体的状況	悩んでいる生徒については、前時までの学習を振りかえさせながら、連続技へのヒントを出す。

学習活動における具体的評価基準	【知識・理解】
十分満足できる状況（A）と判断した具体的状況	個々の技の仕組みや出来映えを考えながら、連続技に取り組むことができる。
努力を要する状況（C）と評価した具体的状況	連続技のつながりが方など分からない場合は、ヒントを出す。

(3) 本時の展開

	生徒の活動	教師の支援	◇評価観点 ●留意点	評価の方法
導入	○ウォーミングアップをおこなう ・ランニング ・準備体操・柔軟 ・補強運動	・ケガ防止のためしっかり行うことを指示する	●ケガ防止のため暖房は入れておく。	
	○前時の学習内容を振り返る	・前時までの学習内容を振りかえさせる。		
	○本時の学習のめあてを確認し、見通しを持つ。	・本時のめあてを提示し、課題を把握させる。	●大技とはできた技や、挑戦している技のこと	
10分	2つの大技の連続技を考えよう。			

<p>展 開</p>	<p>○各自、個々の技の練習</p> <p>○個々の技の練習をしながら、連続技を考える。</p> <p>○2つの技をつなぐ連続技の練習をおこなう。</p>	<p>・運動の評価を必ずおこなう。 ※タブレットを利用し、撮影しながら動きの確認をおこなわせる。</p> <p>・安全のためセーフティマットの使用も可能であること知らせる。 ※タブレットを利用し、撮影しながら動きの確認をおこなわせる。</p>	<p>◇安全に気をつけながら意欲的運動をおこなっている。</p> <p>【関心・意欲・態度】</p> <p>●連続技のつなぎに前転や後転、バランスを入れて方向転換して良いこととする。 (つなぎ方は色々ある</p>	<p>・教師の観察</p>
<p>35分</p>	<p style="text-align: center;">マットの配置</p>		<p>ことを理解させる)</p> <p>◇つなぎ方と連続技としての完成度を評価する。</p> <p>【表現・技能】</p>	<p>・教師の観察</p>
<p>10分</p>	<p>○本時の学習の振り返りをおこなう。</p> <p>○本時の感想や理解したこととしたことアドバイスをファイルに記入する。</p> <p>・次時の学習を理解する。</p>	<p>・本日の学習内容の振り返りを口頭でおこなう</p> <p>・本時で理解したことと感想をノートに記入させる。</p> <p>・次時の学習内容を告げる。</p>	<p>●自分の言葉でまとめさせ、発表させる</p>	<p>・教師の観察</p> <p>・記入状況</p>

#### IV 考察及びまとめ

① 授業の流れとしては、マット運動の基本的な動きとしてウサギの足うち、三点倒立の運動をしてから、班を組まずに個人の技練習に取りかかり、そばにいる人たちと観察し合ったり、アドバイスし合う形態で進めた。マットをまとめて配置したことで誰もが全員の技を観察することができた。

②1時間の授業では、自分の練習や他の人の観察もあり、他へのアドバイス記入の時間がとれないことが多

かった。(授業後に記入したこともある。)

③ 他からの評価やアドバイスで、その後のモチベーションに良い効果をもたらされたと感じた。

④ 誰がどの生徒を見るかは、決まっていなかったが生徒の中でアドバイスが受けられない生徒がいないように、互いに声をかけながら観察していた。

⑤ タブレットを利用することによって、自分の運動を把握し意識する所を確認できた。

まとめにならないが・・・

小さい頃から、ほぼ同じ顔ぶれで保育所、小学校と通ってきている生徒たち、小さい集団ではあるが、人間関係は流動的です。学級集団としては、非常におとなしく、こちらから問いかけても反応が少ない集団であったため、各教科でも互いの話し合い活動を重点に取り組んできた。活動を促すとそれなりに活発に話し合いをするが日常的な生活の中ではおとなしくなってしまう。

マット運動に関しては、意欲的な生徒が多かったため、練習熱心で活発な授業であった。アドバイスや評価についても技術的な差によらず、どの生徒からもアドバイスを素直に受け入れていた。また、新たな技ができるようになることも大切であるが、今できる技の出来映えを追求することも授業では大切にしてきたことで、技に磨きをかけようと熱心に取り組んでいた。

多くの教職員の関わりの中で、少しずつですが自分たちの気持ちを表現するようになってきた生徒たち。体育の授業でも無理のない自分の目標をたて、ほんのわずかでも集団で学ぶ意義や、仲間とのコミュニケーションの方法も含めて楽しく授業ができたのであれば幸いです。

		マット運動技習得表					(前年度までの調査)			
番号	群	技	男子					女子		
			A	B	C	D	E	F	G	H
1	前転群	前転	○	○	○	○	○	○	○	○
2		開脚前転	○	○	○		○	○	○	
3		飛び込み前転	○	○			○			
4	後転群	後転	○	○	○		○	○	○	
5		開脚後転					○			
6		伸膝後転					○			
7		後転倒立					○			
8	倒立群	補助倒立	○	○	○	○	○	○	○	
9		三点倒立	○	○	○	○	○	○	○	
10		かえる倒立					○			
11		首倒立	○	○	○	○	○	○	○	
12		前腕倒立								
13		倒立								
14	側転群	側方倒立転回	○	○	○		○		○	
15		側転後ろひねり90°		○	○		○		○	
16		側転前ひねり90°		○			○			
17		アラビアン転回								
18	スプリング群	はね起き					○			
19		ネックスプリング								
20		ヘッドスプリング		○	○		○			
21		ハンドスプリング					○			
22		前方宙返り								
23		バック転								
24	後方宙返り									
25	バランス群	V字バランス	○	○	○	○	○	○	○	
26		水平バランス	○	○	○	○	○	○	○	
27		Y字バランス								

## 実践レポート④ 「命を守る水泳」の授業づくり

新冠町立朝日小学校 沼倉 学

### 1. はじめに

私の勤務校は本年度全校児童53人の小規模校で、2・3年生は複式学級になる人数ですが、町で複式解消のための加配教員が配置され、学年1クラスの6学級+特別支援学級1学級の7学級でスタートしました。

私は2014年度から3年間、本校で体育専科教員をしていました。6学年全ての体育を担当し、週に1回、同町内の小学校にも行って高学年の体の指導もしていました。6学年を見ることができたことで、6年間を見通したカリキュラムを作成したり、体育的行事に向けての取組を発達段階に応じたねらいや課題を設定して推進することができました。このレポートでは朝日小学校で取り組んできた水泳の授業づくりについて報告します。

## 2. 朝日小学校の水泳授業の概要

朝日小学校は校内にプールが設置されています。近隣の小学校ではプールが設置していない小学校も多く、その場合は、スクールバス等に年に3回ほど町営プールに行き指導する場合があります。それから比べるとシーズン中は毎日入ることができるので、大変恵まれています。一般的なプールと違って縦が20mと短くはありますが、児童数を考えれば十分な大きさです。プールの授業はブロック毎(1・2年、3・4年、5・6年を合わせて行う)に行き、複数体制で指導するようにしています。その年の気温にもよりますが、だいたい7月第2週毎から8月末までがプールシーズンです。その週は体育の時数も普通の週より多くして、水泳の授業で10～12時間ぐらい行います。また、水泳学習の最後には水泳発表会を開いて、学習の成果を保護者にも見てもらっています。

## 3. 1年目のとりくみ

朝日小学校の前は中学校で指導をしていました。日高管内の中学校ほどの学校にもプールがなく、水泳の授業をやっていないのが実態です。そのため私はそれまで水泳授業の指導経験がありませんでした。自分の水泳経験としては、小中高と水泳の授業を受けてきたことと、大学生の時に、「海の祭典」という海での遠泳を中心としたイベントのスタッフをしていました。また、学校体育研究同志会が考案した「ドル平泳法」を中核とした指導体系を学んできたので、初心者指導についてはある程度理解していたつもりでした。

1年目は水泳指導が初めてだったので、まずは朝日小学校での授業の進め方を教えてもらいながら、具体的な指導内容に少しずつ同志会などで学んできた指導のエッセンスを入れていきました。例えば低学年では、ドル平で大事にしている呼吸を取り入れ、プールに入る前の陸上で練習をしてそれから水中で練習をしました。中学年では、「水の中で息を吐き続けるとどうなるか?」という問いを出し、実際に実験をしてみても体が沈むことを確かめ、結果、肺に空気がある事によって浮くことを科学的に学習しました。高学年では平泳ぎの学習が入ってきますが、手を足の協応を理解させるために「実験」と称して、手を前に伸ばしたけのびと横に広げたけのびをやることで、前に手を伸ばさないと推進力が得られない事などを体験的に学んだりしました。水泳で一番大事な「呼吸」と「リラックスして浮くこと」を理解してできるようになって欲しいと思っていました。

しかし、実際はそう簡単ではありませんでした。特に一番私が気になったのが、子ども達の中にある「水泳=速く泳ぐこと」という意識でした。子ども達は漠然とではありますが水泳で早く泳げる様になりたいと思っていました。だから、とにかく手足を早く動かして前に進もうとしました。息継ぎも鼻に水が入ったり逆に苦しくなるから積極的にしようとせず、途中で苦しくなったら足を付き、そこから速く前に進もうとがむしやりに泳いでいました。

これは子ども達だけでなく、教師の中にも「水泳ってそういうものだ」という意識があったのかもしれない。私が来た時、水泳授業の締めくくりは「水泳記録会」という名称でした。そして内容も、20m自由形のタイム計測(高学年は平泳ぎも)があり、さらに遠泳が入っていました。子ども達はタイム計測があるので、とにかく速く泳ごうと更に体を緊張させた泳ぎをしていました。そんな泳ぎ方で遠泳ができるわけがありません。遠泳はよっぽど泳ぎが上手な子がやるか、根性のある子が、必死になってがんばって距離を競っている

印象でした。それでも、高学年になればある程度泳げる子どもが多かったと思います。ただ、それは毎日のようにプールに入れるという恵まれた環境がそうさせてきた気がして、きちんとした指導によって泳げる様になったのではないように思えました。6年生でも20mを泳ぎ切れない子が数名いました。

水泳授業が始まる前、実は校内研修で水泳指導について学習会をする機会もありました。ただ、まだプールに入れる時期ではなかったため、ペーパーと映像資料で泳ぎ方のポイントや練習方法などを先生達に情報提供しました。ドル平についても隣の町営プールで撮ってきた映像を見てもらいました。しかし、みんなで取り組もうという共通認識までにはできませんでした。ドル平自体初めて見る先生が多く、先生達が持つ「泳ぐイメージ」と離れていたからからではないかと思います。そもそも、水泳は何のために学習するのかという根っこの部分の確認ができなかったから、泳法や指導法の伝達で終わってしまったように思いました。

#### 4. 1年目の成果～「命を守る学習」の導入

1年目のとりくみは、水泳授業としては中途半端に終わった感が強かったが、1つ大きな成果が残った。それ、「命を守る学習」と題した、着衣水泳やカヌー体験を取り入れた授業です。その時の教頭先生が体育専門で、趣味がカヌーなどのアウトドアだったこともあって、「沼倉さん、プールでカヌーやったらいいと思うんだけど、やってみない？」という話を振ってきました。実は、新冠町にはカヌーができるスポットがあり、カヌー少年団もあります。それで、用具を借りることも可能だったのでやってみることにしました。カヌー体験のメインは「沈む体験」です。ライフジャケットをきてカヌーに乗り、初めはプールの上を楽しく走らせますが、途中で先生達がカヌーを大きく揺らし、最後は沈没させるという体験です。この体験学習のねらいは、「沈んだ時にいかに落ち着いて水に身を委ねるか」を実感することです。誰でも突然水に落ちれば慌てます。中にはパニックになり、そのために危険な状態になることもあります。しかし、ライフジャケットも着ているので、落ち着けば自然に水の上に浮いてきます。そういう体験を安全な場所でしておくことで、万が一そういう場面にあった時も落ち着いて行動できればいいなと考えています。それにプラスして、5・6年生には着衣水泳も位置づけました。この学習はその後毎年継続しています。

#### 5. 2年目のとりくみ～「水泳記録会」を「水泳発表会」に

水泳の授業の全体像が見えた2年目に取り組んだのが、「水泳記録会」を「水泳発表会」に変更することでした。水泳授業の最後を「記録の計測」で締めくくるのでは無く、そのシーズンの練習の成果の発表の場にしたいと考えました。また、「競泳」だけでなく「水辺文化」の発表の場にしたいという思いがありました。具体的には、低学年でのタイム計測をやめました。中・高学年のタイム計測も止めても良かったんですが、過去に記録を測っているの、子ども達の中にタイムが知りたいという要望もあったので、それらは残すことにしました。

その分、遠泳については高学年が上限100mだったところを200mにして、長く泳ぐことにより高い価値付けをしました。

それから、「水泳文化発表会」を行うことにしました。低学年は「歌声水泳」を取り入れました。お話や歌に合わせて潜ったり浮いたり、ちょっとした集団演技(ミニシンクロ)を発表しました。中学年は「泳法発表会」をしました。一人ひとりオリジナルの泳法を考えて、それを発表することにしました。高学年は音楽をいれた「シンクロ発表」に挑戦しました。

それらの発表を見据えて指導内容も変えました。＜資料2参照＞

ただ、あまりドル平の指導にはこだわりませんでした。ドル平については指導者側で共通理解と継続性が必要です。しかし、ドル平については他の先生方の共通認識になっていないのと、それを継続的に研修する素地が日高には無いように思ったので、「呼吸」「脱力」といったエッセンスは押さえつつ、ドル平そのものの指導はしませんでした。

2年目の内容については、子ども達にも発表会を見に来た保護者にも好評でした。特に、中・高学年で昨年

よりも長く泳げる児童が多くなりました。

## 6. 3年目のとりくみ～「命を守ること」を学習の中心に

3年目は体育専科教員の任期も最後の年だったので、これまでのとりくみの集大成にしたいと考えていました。この年も職員会議で水泳学習の提案をすることになっていたもので、その中である程度の指導の見通しを提示したいと思いました。同志会の水泳指導の本や、文科省から出ている「水泳指導の手引」も見ながら、資料を作っていました。

水泳指導の手引を見ていた時にあることに気がつきました。その手引の中でも、少しですが「シンクロナイズド」「高飛び込み」「スキューバダイビング」といった競泳以外の水辺文化のことが取り上げられていたり、泳ぐ時の浮力や抵抗など物理的側面の解説が書かれていました。しかし、水泳指導になると内容が近代四泳法の指導法しか取り扱われていないのです。それでは水泳を指導するための内容がとても狭くなり、何のために水泳の学習をするのかということがよく分からないと思いました。

前の年に水泳文化発表会をして感じたことは、近代四泳法にこだわらずに水中で様々な色々な動き方や体の使い方をすることは、水に抗わずに、水の中で自在に動く術を身につけることになり、延いては自分の命を守ることにつながるのではなかということでした。そして、たとえ海や川といった自然の水の中だけでなく、プールの中であっても水泳は「命を守ること」が何よりも大事なんじゃないかと思いました。そのことを水泳の授業づくりの根っこにしてカリキュラムを考えました。

<資料3参照>

## 7. 泳ぎ方を教えない指導法

この年は学校事情で、1学期の途中から4年生の担任をすることになりました。なので、全体のカリキュラムは私が立てたものの、指導は各ブロックに任せることになりました。私が体育専科として直接指導のモデルも示しながら進めようと思っていましたが、それは叶わなくなってしまいました。けれども、各担任が過去2年間一緒に指導をしてきたことを活かしながら、先生毎の工夫も入れて授業を進めてくれました。

私は中学年の指導をメインにやることになりましたが、その中で目標にしたことがありました。それは中学年全員を20m泳げる様にさせること。そのためにある指導法をやってみようと考えていました。それが「泳ぎ方を教えない」ことでした。

この方法は、その前年度末に参加した研究集会で大分県の先生に教えてもらいました。その先生の考えは、「水泳指導の中でバタ足や手の掻き方、呼吸などの良いとされるフォームを教えることによって、子ども自身が持っている自然な体の動かし方が崩れて、益々泳げなくさせている。競泳で良いとされているフォームは、ある程度泳げる選手がより長く(400mぐらい)泳ごうとした時に必要になってくる技術なので、初めて25mを泳ごうとする子どもには必要が無い」ということでした。そして、具体的な指導は「泳ぎ方は教えずに、子ども自身が持っている泳ぎ方を、できるだけゆっくりさせる」というものでした。この指導で、その先生が当時教えていた5年生は全員200m以上泳げる様になったというのです。とても斬新でとても興味が湧きました。映像資料も見せてもらいましたが、確かにフォームとしては不格好ですが、ちゃんと呼吸をしながらゆっくり泳いでいました。しっかり呼吸を確保して、脱力しながら浮いて進んでいる、形は違えどドル平を同じだなと思いました。そこで、この年はこの方法で指導してみようと思っていました。

この年に指導した中学年は、低学年の時に私が指導してきた児童で、けのびや伏し浮きなど水に浮くことや、歌声水泳で潜ったり姿勢を変えたりすることなど色々やってきたので、だいぶ水に慣れていました。フォームについては、多くの児童が「なんちゃってクロール」で泳いでいました。低学年の頃から子どもの中には一般的な水泳のイメージとしてクロールのフォームがあって、自然にそれを真似しようとやっていました。バタ足も自然に覚えて、特に早く進もうともの凄い勢いでやる子がほとんどでした。それで、バタ足については「バタ足じゃなくて『パタ足』」と言って、ゆっくり「パタパタやりなさい」と指導していました。以

前はさらに「手の掻きはこうだよ」「呼吸はこうだよ」と指導していましたが、今回は今持っている泳ぎ方に足したり引いたりせずに、ただゆっくり泳がせることをやってみました。

練習方法は、まず常にペア学習にして、学年が混ざるようにバディを組ませます。そして、1人が泳ぐ時にもう1人が進行方向を遮るように前に立ち、ゆっくり少しずつ後ろに歩きます。後ろに下がりながら「ゆっくり泳いで」「力を抜いて」と声をかけます。泳ぐ人はそのゆっくりペースに合わせて、慌てずに呼吸をしながら泳ぐという具合です。

始めは歩く側もゆっくりのペースが掴めず、泳ぐスピードに押されてどんどん後ろに早く進んでしまいました。けれども、それだとすぐに泳ぐ側が疲れてしまってプールの途中で足がついてしまいました。だから、私がゆっくり後ろに歩く速度の見本を示し、かなりゆっくり歩くことを掴ませました。

長く泳ぐポイントは呼吸の確保です。呼吸については、ドル平の呼吸法で、「水中では息を吐かずに、顔を出した時に一気に『パッ』と行ってすぐ吸いなさい」と指導しました。顔を上げる方向は前でも横でも斜めでも、子どもがあげやすい方向にあげさせました。ただ、大事なポイントがあって、それが2回目の呼吸のタイミングでした。息継ぎが上手くできなくて途中で止まってしまう子どもの大半は、自分の体がまだ水中に沈んでいる時に無理に呼吸をしようとかんがえて疲れてしまったり、顔が水上に出ないうちに慌てて呼吸をしようとして水が口や鼻から入ってしまうパターンでした。確かに一度呼吸をすると、体は自然に沈んでしまいます。しかし、慌てずに脱力していると自然に再び水上に浮かんできます。肩が水上に出たタイミングで顔を上げると、楽に呼吸ができます。このタイミングが掴めると、一気に呼吸は楽になって、長く泳げる様になってきます。なので、ペア学習では歩いている子どもに肩が浮いたかどうかも観察させ、浮いたら「肩浮いたよ」「呼吸して」などと声をかけさせました。

始めはゆっくり泳がせられることが窮屈で、特に元気な男子は「先生じゃまです」「自由に泳ぎたいです」などと言っていました。その子たちはいつもがむしゃらな泳ぎでプールの真ん中ぐらいで疲れて足がついてしまっていました。でも、ゆっくり泳ぐペースを掴んできた子が、1回に泳ぐ距離が長くなって足をつく回数が減ってきたのを見て、ゆっくり泳ぐことをがんばり始めました。

この時の中学年は3・4年合わせて21人でしたが、前年までに20mが泳げた児童は5人で、後の16人はまだ泳げませんでした。けれども、ゆっくり泳ぐことが掴めた子がどんどん増えていって、最後の発表会前までには20人が20mをクリアし、更に長い距離に挑戦していました。

4年生に1人だけどうしても水が苦手な子がいて、その子は2年生までは水が恐くてほとんど潜ることもできませんでした。3年生でようやく長く水に顔をつけられるようになりましたが、泳ごうとすると体に力が入って、脱力させることがとても難しい子でした。4年生では少しずつ力を抜くことができるようになりましたが、どうしても呼吸が恐くてできませんでした。個別でも何度か指導しましたが、結局その子だけは呼吸ができなかったこともあって20m泳ぐことができませんでした。それでも、低学年の頃から比べるとだいぶ水に慣れ親しんで友達と楽しそうに遊ぶ姿も見られるようになったので、水泳の授業が少しでもその子の実になってくれていればいいなと思いました。

途中から担任をしていたこともあり、4年生には振り返りの作文を書いてもらいました。作文の中からも自分達なりに目標を持って泳いでいたことや、達成感・満足感を味わいながら水泳の授業を終えたことが読み取れました。〈資料4参照〉

## 8. おわりに～今年のとりのくみから

体育専科の任期が終わり、今年は1年生の特別支援学級の担任をしています。そして、低学年の体育は私がメインで見えています。今年の水泳発表会では「水中よさこいソーラン」をやりました。よさこいソーランは運動会で全校で踊っていて、低学年も大好きでした。それを水中でやると、腰を低くして構える所で必然的に潜らなければいけません。時間差で跳び上がる振りでは、一定の時間潜っていなければならないところもあ



ります。楽しく踊りながら、水に潜ったり出たりすることを楽しんでやっていました。最後は簡単な体形移動も入れて、最後は輪になって手をつないで伏し浮きをして「花火」を表現したりしました。このアイデアは前年の低学年がやっていたものをいただきました。高学年ブロックも水泳授業の後半はラジカセをプールに持ち込んでシンクロの練習をしていました。私が専科として指導しなくても、各担任がカリキュラムを元に水泳の授業づくりをし、それが学校の体育文化として定着しつつあります。1年目からスタートした着衣水泳とカヌーの授業も、子ども達が楽しみにしている授業になってきています。

「速く泳ぐこと」「きれいに泳ぐこと」とこだわらず、「楽しく泳ぐこと」を大事に授業づくりをしていきたいと思えます。そのためにも、海でも川でもプールでも、水泳学習の根本は「命を守ること」という共通理解を教師全員で図り、カリキュラムに沿いつつも創意工夫のある授業づくりを、学校として行っていけたらと思えます。

### 3. まとめにかえて

今回は5本のレポートが出そろい、非常に有意義な討論を行うことができた。

**実践レポート①「シュートボールで仲間意識を！」** は横関美南子先生（新ひだか町立高静小学校）の実践である。新年度担任することになった2年生の学級は、「動物園のサル山状態」と言っているほど課題が山積していた。そんな学級を友達との関わりを通して「仲間」「協力」「助け合い」「思いやり」を意識する子ども達の集団にしていきたいと考え取り組んだのが、体育の「シュートボール」である。単元設定の理由が非常に明確であり、意義深い取り組みである。

まず、子ども達への教材の提示の仕方が丁寧であり、みんなで考えたり、話し合ったりする場面をたくさん設定していること、授業の進行とともに子ども達の考えや変容をこれだけ丁寧に記録しているレポートはこれまであまり見たことがない。時間もエネルギーもたくさん費やしたと思うが体育の一教材によってばらばらな子ども達から集団への変貌を促す試みは、「体育という教科にはこんな力がある」ということを改めて教えてくれたレポートである。

**実践レポート②「かかわりあうってむずかしいけど…～マットを使った運動遊びを中心に～」** は三野宮公恵先生（音威子府村立音威子府小学校）の実践である。さて、こちらにも猿山のボスが登場。少人数ながらも、転校生によって学級内の人間関係の微妙なバランスが崩れ、トラブルを重ねていく子ども達。

単元名は「マットを使った運動遊び」である。教材感の中に「できること」「わかること」「結びあうこと」を明記し、「ねこちゃん体操」から「動物歩き」、そして「お話マット」へと展開している。異質集団である「ペア」または「4人グループ」で「お話マット」をつくっていく中で、友達のよさや、ともに高まっていくことの楽しさが感想の中にたくさん表れている。子ども達がこの単元で得たものはこの後に続く「跳び箱遊び」に、そしてそれが学級集団の成長につながっていくことが予想される。

**実践レポート③「誰もが楽しめるマット運動」** を目指して は白山尚先生（厚沢部町立館中学校）の実践である。誠実で真面目だが、自分の考えを率先して主張することが少ないという全校生徒数18名という小さな中学校での実践である。白山先生は「個人競技化しやすいマット運動において、他の人の運動も見ながら、練習をおこない。授業終わりの感想を各段階でその人への

アドバイス（感想だけでも可）を記し、それぞれの課題は違ってもみんなの練習を見ながら、練習の仕方を見ながら自分の動き作りに役立てたり、励ましあうことによって一体感の持てる授業を構築していきたいと考える。」と述べている。個人情報との関わりもあるので、この集録では割愛させてもらったが、レポートの中に「学習カード」や「連続技カード」として、子ども達の感想や仲間へのアドバイスが数多く記載され、子ども達のモチベーションにつながったこと、またタブレットの活用も効果的だったと述べられている。

**実践レポート④「命を守る水泳」の授業づくり** は沼倉学先生（新冠町立朝日小学校）の全校児童53名の小学校での実践である。沼倉先生は、これまで水泳の授業で「ドル平泳法」などにも取り組んできたが、本校の状況からすれば「ドル平泳法」にこだわらなくてもいいのではないかと考えた。1年目は「命を守る学習」ということで「着衣水泳」や「カヌーで沈む体験」に取り組んだ。そして2年目は、本校で以前から行ってきた「水泳記録会」が子ども達に「水泳＝速く泳ぐこと」という意識を持たせていると考え、水辺文化の発表の場としての「水泳発表会」（計時の部は残しつつ）に変更し、「遠泳」や「歌声水泳」、「集団演技（シンクロ）」なども取り入れるなどそれぞれの学級が工夫しながら取り組んだ様子を発表している。これまで水泳指導と言えば近代泳法を中心とした泳ぎ方の指導法しか取り扱われていなかった現実を踏まえ、水泳学習は何のためにするのかとすることを改めて考えさせられたレポートである。

2017年の「保健体育（体育）部会」には私のも含め、5本のレポート討議が行われたが、どのレポートにも共通しているのが、教材の価値をとらえ、「わかる」「できる」ことを通して子ども達が「むすびあう」ことを重視している点である。ペアからグループへ、小さな集団から大きな集団へ、人の関わりをつくる、ひいては体育を通して「人をつくる」試みである。

討論の中でも、体育カードを工夫し、書くことを通して子ども達の思考の記録を残し、授業記録をまとめることによって、レポートにもたくさんの子どもの姿が現れているレポートが多かった。また1日目だけであったが、北翔大学の学生10数名参加があった。未来の体育教師として体育という教科の本質の一端でも垣間見てくれたらと感じた。

次年度は、ぜひ高校のレポートの参加、また部活やスポーツ少年団などについても話し合っ行って行けたらと考えている。

（別海町立西春別小学校）