

# 体育科

土合 真祐

## 1 体育科における深い学びをする子供とは

体育科における深い学びをする子供とは、自分のイメージの具現化に向けた課題をもち、その解決に向けて仲間と共に試行錯誤する過程で心と体を一体として捉えながら、運動のさらなる楽しさや喜びを求めていく子供である。

### (1) 「自分のイメージの具現化に向けた課題をもち」とは

子供たちは、新しい運動と出合ったとき、提示資料や仲間の動きから、自分もできるようになりたいという願いをもち、自分なりに動き方をイメージする。そのイメージに、自分の姿を投影させながら、動きで自己表現していくことが「自分のイメージの具現化」である。子供たちは、目指す運動の行い方を理解しながら、この自分のイメージの具現化に向けた課題を見つけていく。

第5学年「仲間と思いっきり踊ろう！Our ○○ Dance」の学習を例に挙げる。人前で踊ることが恥ずかしく、動きが小さかったA児は、周りの目も気にせず、曲の感じに合わせ一心不乱に髪まで激しく揺らして踊るB児の姿を見て、「自分もあんなふうに踊りたい」という願いをもち、思いっきり踊る動きのイメージをもった。そして、少しずつB児の動きや表情を真似しながら、既習経験を生かし、「足だけではなく体全身を使って踊ること（力性）」や「上下左右の空間を広く使うこと（空間）」、そして、「人と違ったリズムで踊ること（リズム）」を自分の課題とした。

このように、子供は、自分の願いをもち、自分なりの動き方のイメージをもちながら運動する過程で、その運動の行い方に関する知識を自ら活用して、学習課題を設定していく。

### (2) 「課題解決に向けて仲間と共に試行錯誤する過程で心と体を一体として捉える」とは

運動の行い方が分かって、なかなかうまくできないとき、子供たちはその原因を動きの面（体）や気持ちの面（心）から考え、自分なりの解決策を見いだしていく。この際、重要になるのが、共に運動する仲間との身体をかけた試行錯誤の場である。子供たちは、取り組んでいる運動に関する、動き（体）や気持ち（心）についての多様な気付きを交流したり、実際に動きを試したりすることを繰り返していく中で、心と体の関係性を捉えながら課題解決を図っていく。これが「仲間と共に試行錯誤する過程で心と体を一体として捉える」である。

先の事例では、A児が所属する青チームは、互いの願いや課題を理解した上で、チームのめあてを立てて練習に臨んでいた。青チームの子供たちは、A児に積極的にアドバイスをしたり、変容を見付け称賛したりしていた。ダンスの技能面を強く意識していたA児であったが、仲間と共に自分たちのダンスをつくり上げていく中で、「気持ち（心）」と「踊り（体）」の“つながり”に気付いていった。そして、心の中で思っていることと実際の動きのズレから問いをもち、ダンスへの探究を深めていったのである。

心と体を一体として捉えていくには、仲間と課題を共有し、その解決に向けて共に試行錯誤していく過程を経る必要がある。その過程で、子供は、本気で運動に取り組もうとする気持ちを高めていく。そして、子供が本気で運動と向き合っていく中で、子供自身が心と体のつながりを感じ、自ら結び付けながらその関係性を捉えていくのである。

### (3) 「運動のさらなる楽しさや喜びを求めていく」とは

運動の行い方が分かり、その運動を仲間と共に探究していく中で、子供たちは、自分に合った運動の行い方を見つけていく。その行い方が仲間にも認められ、自信をもって運動していく中で「運動のさらなる楽しさや喜び」を求めていく。

先の事例では、青チームは、全員で考えた振り付けをしっかりと覚えることと、さらに空間を大きくつかって踊ることを目当てに練習に取り組んでいた。A児は、徐々に恥ずかしさもなくなり、思いっきり体を動かして踊れるようになってきた。A児の全身をつかっていたメリハリある踊りは、チームの仲間にも認められ、A児だけが即興的に踊る場面も加えられた。自分の踊りに自信をもったA児は、ダンスは振り付けを正確に踊ること以上に、心から楽しんで踊ることの方が大切であるということに気付いた。そして、仲間と共に踊れることに喜びを感じながら、自分たちのダンスづくりを楽しんでいった。

このように、子供は、自分が行っている運動の本質に気付いたとき、その運動の特性に応じた楽しさや喜びを味わい、さらなる楽しさや喜びを求め運動に取り組んでいくのである。

## 2 深い学びをする子供を育てるには

### (1) 子供が問いをつくるには

#### 体育科における「問い」とは

体育科における「問い」とは、子供が本気で運動と関わっていく中でもった「願い」を叶えるために、解決が不可欠である心や体に関する、子供から生まれた課題である。

#### ① 学びがいを感じながら運動できるよう、学習過程を工夫する。

子供たちは、できなかったことができた（身体的有能さの認知）とき、また、自分にもできそうだという気持ち（統制感）や、周りの仲間を受け入れられた（受容感）状態で学習していく中で、体育科での学びに意義を感じ、運動することの楽しさや喜びを見いだしていく。即ち、運動有能感<sup>1</sup>を高めることが、子供が学びがいを感ずるには重要なのである。教師が教える場面と、子供が考える場面を効果的に位置付け、習得的・活用的・探究的な学習場面を関連付けた学習過程を工夫し、運動有能感を高めていく。

#### ② 目指す姿と実際の姿の異同が明確になるよう、運動の分析・比較の場を設定する。

子供たちは、運動の行い方を理解した上で、自分の動きを分析し、目指す姿と実際の姿を比較していく中で、「〇〇するにはどうしたらいいのだろうか」と問いをもつ。このとき重要になるのが、目指す姿と自分の姿との異同を、具体的な動きとして捉え、言語で表現するということである。子供同士の動きの見合いの仕方や、ICT 機器の活用の仕方を工夫し、子供たちがより客観的な情報を基に、動きの分析や比較をできるようにしていく。

### (2) 子供が自ら問いを解決していくには【重点】

#### ① 考えるべき運動局面を焦点化し、課題とその解決方法を整理する場を設定する。

運動は、いくつもの局面から成り立っている。まずは、課題を解決していくためには、どの運動局面について考えていくかを焦点化する必要がある。また、目指す姿と実際の姿の異同を明確に捉えた子供たちは、課題の捉え方が様々である。自分、または、チームの課題は何なのかを明確にした上で、その解決の方法について既習事項を活用して考える場を設ける。そうすることで、運動の行い方に関する理解を深めたり、運動に対する新たな視点をもったりすることができる。そして、この深まった理解や新たな視点は、子供が自ら課題を解決していこうとする気持ちを高めていく。

#### ② 解決方法を選択し、身体をかけて試行錯誤しながら運動の行い方を自己決定する場を設定する。

課題解決の方法については、子供たちから複数の案が出されるであろう。場合によっては教師から選択肢を与えることもある。子供たちには、その中から、自分ほどの行い方で運動するかを選択しながら、身体をかけた試行錯誤を継続させていく。そして、自分やチームにとって、課題を解決するためには、どの行い方がよいかを検証しながら、最終的に自分やチームの能力にあった運動の行い方を決定していく。

#### ③ 仲間と共に運動していく過程での気づきや感想を言語化する。

体育科では、ただ運動ができるようになればいいというものではない。心と体を一体に捉えながら、運動に関する知識と技能を結び付けながら課題を解決していく必要がある。そのためにも、動きに関するスキルのな気づきやメンタル的な気づき、また、仲間と共に運動する中で感じたことや考えたことなどを言語化して記録しながら、前述した身体をかけた試行錯誤を繰り返していく。そうすることで課題に対する解決が、子供にとってより納得のいくものになると考える。

### (3) 子供が自分の高まりを実感するには

#### ○ 可視化した情報で変容を自覚しながら、単元の学びをふり振り返り表現する場を設定する。

新しい運動に取り組み始めたばかりの自分の姿（記録）と、変容後の自分の姿（記録）を映像や記録で比較したり、仲間や教師から評価してもらったりすることで、子供たちは自分の変容を自覚し、自分の高まりを実感することができるであろう。単元終末では、自分の変容に関する情報を受け止めるだけでなく、その変容過程での学びを振り返る。そして、その内容を互いに伝え合い、共有する場を設定することで、子供一人一人が自分の高まりをより実感できるようにする。

<sup>1</sup>「身体的有能さの認知」「統制感」「受容感」の3因子から構成されており、運動に対する内発的動機づけと正の相関関係にあることが明らかになっている。岡澤祥訓・三上憲孝「体育・スポーツにおける内発的動機付けと運動有能感との関係」体育科教育 46(10):1998 47-49