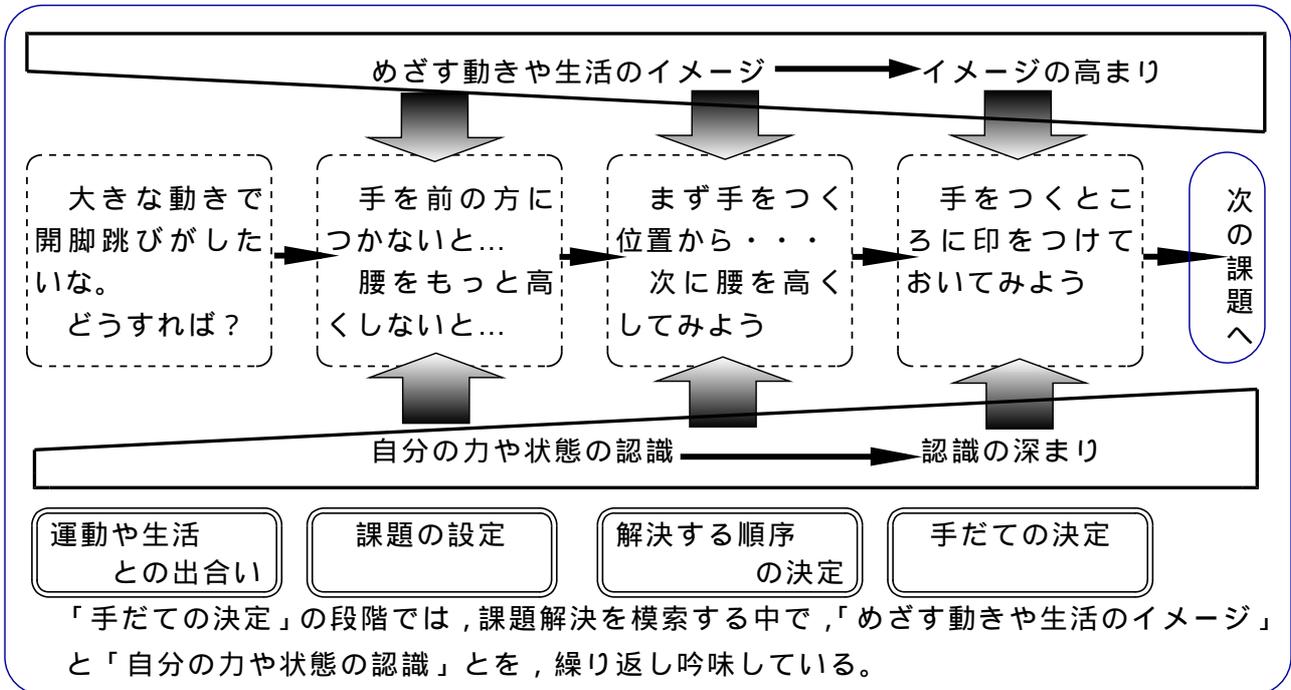


体 育 科

1 育成したい「思考力」

- a めざす動きや生活と自己の現実を照らし合わせながらイメージをもったり，課題を設定したりする力
- b 課題解決に向けての手だてを選んだり，見出したりする力



- a めざす動きや生活と自己の現実を照らし合わせながらイメージをもったり，課題を設定したりする力

よりよい動きや生活を子ども自らが見出していくためには，まずめざす動きや生活のイメージと自己の現実を比較することが必要である。この比較を繰り返すことで，めざす動きや生活に対する吟味は進み，そのイメージはそれぞれより具体的なものとなる。さらに両者の異同点を分析することにより，目標達成に向けて適切な課題も見出せる。例えば，きれいに跳び箱を跳びたいと願った子どもが自分の姿と友達の動き（めざす動き）を比較する中で，「跳び箱の前方に手をつく」ことに問題点を見出すようにである。

こうした比較が成立するためには，自分がめざす動きや生活のイメージをしっかりと思い描くことが大切である。めざす動きや生活が具体的に描けなければ，自己の現実と照らし合わせても，異同点はあいまいになってしまい，適切な課題は設定できない。また，自分の力や状態の見極めが甘くても同様な結果を招いてしまう。

- b 課題解決に向けての手だてを選んだり，見出したりする力

よりよい動きや生活を子ども自身が身に付けるためには，設定した課題に対して適切な手だてを考える必要がある。

子どもは課題解決のために練習の方法や場の工夫を考える時には，過去の遊びや運動経験を手がかりとし，その中からよく似た動きをピックアップする。また，めざす動きを細分化したり順序だてたりしながら解決を図っていく。

例えば「跳び箱の開脚跳び」で、子どもは「手の突き放しを強く」という課題に対しては低学年で経験した「馬跳び」を、「腰を高く」という課題に対しては過去の遊びである「カエルの足うち」を、手だてとして想起する。そして、次に跳び方の美しさに関する課題である「腰の高さ」よりも、跳ぶ動きそのものの課題である「手の突き放し」を選択する、というように取り組む順序性を考えるのである。

低学年など学習内容に対して経験が少ない場合には、教師の提示したいいくつかの選択肢の中から自分に合ったものを選ぶこともある。

2 「思考力」を育成する単元編成

(1) 繰り返し思考活動がある教材の開発

体育科の特性を生かし、子どもが技能の向上や作戦・戦術の工夫を図る中で、思考活動が繰り返されるような単元を構成する。そのために「時間的な広がり」や「空間的な広がり」、ルールなど、目標の達成に対して考える要素や段階が多い教材を用いたい。

例えば、高学年のボール運動では、「個々にボール操作技術を習得する」段階から「ゲームの内容を知りルールを工夫する」段階、「自チームの特徴を生かした作戦を考える」段階、「相手チームに合わせた作戦を考える」段階というように、思考活動を繰り返しながら「思考力」を発展させていく。その思考活動の各段階で「解決しなければならない問題は何なのか」、「どんな手だてを行えばいいのか」を見つめ直させることで、チームの作戦・戦術の向上とともに課題を見つける力や手だてを考える力を育てることができると考える。

陸上運動、器械運動など個人運動の領域では、これまで思考する場面が比較的少ないものが多かった。そこで、先述の「人数」や「空間」、「時間」などの要素を加味することにより、思考活動を増やしていきたい。例えば、マット運動の場合、集団（人数の要素を加味）で行わせることで、運動を組織する思考が必要となる、というようにである。

表現領域で、一つの題材を扱う場合でも、スピードの変化や空間の高低、人数の加減などの要素を加えることで思考活動は広げられる。また、保健でも総合的な課題解決が必要な教材を用いることで、自分の生活を繰り返し追究させ、課題解決のおもしろさを味わわせることができると考える。

(2) 思考力を転移、深化させる教材配列

身に付けた「思考力」を転移したり深化させたりする教材を意図的に配置することで、思考様式の定着を図る。

例えば、ボール運動では、3つの型（バスケットボール型・サッカー型・ベースボール型）を同一学年に配置することが一般的だが、前の教材で考えたルールや作戦を転移・活用できるように、以下のように意図的に配置したい。

中学年では一貫して、「チームの特徴を生かした攻め方や守り方、ルールの工夫を考える」という思考様式を育成する。3年生1学期の「ティーボール」では、自チームの特徴に合わせた攻め方について考えさせる場をもつ。そうすることで「ヒットになりやすい打ち方」や「よく打つ人を真ん中にするような打順の工夫」などを子どもは考えるであろう。また、みんなが楽しめるルールを工夫させることにより、「全員が参加できるルールにする」という思考様式を身に付けさせるようにする。

次に2学期の「フットベースボール」では、相手に合わせて攻めたり守ったりする工夫について考えさせていく。そうすることで、子どもは「ボールがよく飛んでくるのはどのあたりか」「どこをねらうとヒットになりやすいか」などに課題をもち、それを解決する工夫を考えていくであろう。ルールも「ティーボール」で身に付けた思考様式を基に変えていくようにする。

このように、先につけた思考様式を生かしたり高めたりする教材を配置することで、「思考力」を定着させることができると考えている。

	1学期	2学期	3学期
3学年	ティーボール	フットベースボール	ポンポンラリー
	チームに合った攻め方	相手をよく見て攻めや守り	味方の動きに合わせて
4学年	ソフトバレーボール	ポートボール	フットサル
	相手の動きをよく見て	場所を広く使って	攻めの形を考えて

【中学年・ボール運動の教材配列】

3 「思考力」を育成する学習指導の実際

2年生 単元－「うごき いっぱい『レッツゴーゆうえんち』（表現リズム遊び）」－

【育成したい「思考力」】

自分にできる動きと、遊園地の乗り物の様子を結び付け、遊園地の乗り物の動きに合った自分の体の動きを多様にイメージしたり、自分がしてみたい動きを選んだりできる。

(1) 教材開発について

表現リズム遊び及び表現運動では題材から多様な動きのイメージをふくらませることが「思考力」を育てることになる。それには、題材の動きを時間の経過に従って見たり、細かい部分の動きに着目したりするなど様々な視点からめざす動きのイメージを見つめること、題材の動きを実際の自分の動きと結び付けることが必要である。そこで以下のような学習を展開した。

題材として、子どもにとって魅力的で一度は乗ったことがある遊園地の乗り物を取り上げる。遊園地の乗り物は、回転する、上下に動く、揺れる、蛇行する、スピードが変わるなど水平運動や垂直運動につながる動きを多様に含んでいる。そのため、動きのイメージを浮かべる際、子どもの「関心・意欲・態度」を誘発しやすい。また、生活経験を掘り起こしながらスピードや高さの変化、聞こえる音などに気付かせる。そして、単調な自己の動きと比較させることで、題材の動きをより具体的に捉え、自己の動きとしてイメージする力を育成することができる。

前単元「たんぼぼ」で子どもは、時間の経過（たんぼぼの生長過程）に沿って見ることで、一つの題材や場面から様々なイメージを思い浮かべるといった「思考力」を身に付けた。そこで、本単元でも乗り物の動きには、ゆっくり出発、速く する、だんだん止まるなどの場面があることに気付かせる。そして、場面ごとに様々なイメージを思い描かせることで、身に付けた「思考力」を活用できるようにする。さらに、単元内で、回る乗り物と同様の思考をスピードが出る乗り物でも活用させることで、思考の定着を図りたい。

(2) 単元の流れ

単元計画 (総時数 7 時間)

運動課題やオノマトペをもとに動かそう (毎時間の初め)	動きをいっぱい見つけよう (2 時間)	展開の工夫
	運動課題 (走る, 跳ぶ, 回るなど) やオノマトペを見付け, それをもとに口伴奏しながら動く。	単元導入及び毎時間の初めに, 運動課題を基に見付けた動きやオノマトペを付箋紙に書いて樹形図「動きの木」に貼っていくことで, 様々な動きに気付かせる。
	<ul style="list-style-type: none"> ・ 走り方にもいろいろあるね。ササササと走ったり, ピューンと走ったりできるよ。カキンカキンと言いながら歩くとロボットみたいだよ。 ・ 「走る - 止まる」「跳ぶ - 転がる」のように 2 つの動きを組み合わせるとおもしろいね。 ・ 見付けた動き方やオノマトペを付箋紙に書いて, 「動きの木」にいっぱい貼ったよ。 	
	遊園地の乗り物に変身しよう (4 時間)	
	回る乗り物 (コーヒーカップ, メリーゴーランド, 飛行塔, 観覧車など) になって動く。	回る, 走るといった乗り物の大まかな動きのイメージを砕くために, VTR や写真を提示し, 速さや高さ, 方向, 音といった視点からその動きを具体的に捉えさせる。
	<ul style="list-style-type: none"> ・ 回る動きの中で見付けた「早く, ゆっくり」や「手をつないで」が乗り物の動きに使えるよ。おしりで回る動きも見付けたよ。 ・ だんだん高くなったり, ゆらゆら揺れながら歩いたりしたよ。止まった時のポーズも工夫しよう。 	
	スピードが出る乗り物 (ゴーカー, ジェットコースター) になって動く。	動き方やオノマトペを書いた付箋紙を樹形図から乗り物の写真の所に移動させることで乗り物の動きを実際の体の動きと結び付けさせる。
	<ul style="list-style-type: none"> ・ スピードが出る乗り物だけど走り回るだけじゃないんだ。ゴーカーはくねくね走ったり, 壁にぶつかって向きを変えたりするよ。 ・ ジェットコースターは, ガタンガタンと上ってピューと落ちるよ。側転をしたり, 後ろ向きで走ったりしてもいいな。 	回る乗り物と同様の方法でスピードが出る乗り物でも題材や自己の動きのイメージをもたせる。
	発表会をしよう (1 時間)	
	遊園地のいろいろな乗り物になり, メドレー形式で見せ合う。	
	<ul style="list-style-type: none"> ・ 動きがいっぱい見つかったね。変化があって楽しいね。 	

(3) 学習レベルでの支援と評価

【経験との結び付け】

ジェットコースターのVTRや写真，絵を提示し，スピードや走る方向，音といった視点から助言し板書することで，分析的に対象を見つめさせ，単に走るだけといったイメージをより具体性のあるイメージへと高める。(第2次 3/4)

どの子どもも遊園地でジェットコースターに乗ったり，その動きを見たりするといった経験はあったが，実際に自分の体で表現させると走り回ることには終始していた。それは，乗り物の動きを全体的なイメージでしか捉えておらず，しかも自分の体の動きと結び付いていなかったためである。

そこで，VTRや写真，絵を提示し，「スピードは?」「コースの形は?」「音は?」と経験を掘り起こすような助言をした。すると自己の動きと比較しながら「ぼくは走ってばかりいたけど，初めはゆっくり上って，ヒューンと落ちるんだ。」「ぐるんぐるんと回転するところもある。」など，乗り物の具体的な動きやオノマトペに気付くことができた。そして，このような気付きをジェットコースター



の出発から到着まで時間の経過に沿って板書した。また，回ったり，急に落ちたりするところを「こんなふうに」と指を動かしながら発表する子どもがいた。そこで，線で動きを描かせ，実際の乗り物の動きが視覚的に想起できるようにした。

評価においては，「走る」以外のイメージをもっているかについて発表内容から捉えることにした。

【評価】

方法 子どもの発言の様子(総括的評価は実施しない。)

B: ジェットコースターについて「走る」以外のイメージをもつことができる。

カタカタカタカタと
ゆっくり登る。

止まって，
急に落ちる。

ぐるんぐるんと
回る。

バックする。
トンネルを通る。

【思考様式の意識付け】

ジェットコースターの動きにふさわしい樹形図上の付箋紙を選択させたり，新たに考えた動き方を付箋紙に言葉や図でかかせたりする。そうすることで，これから行いたい動きのイメージをもてるようにする。(第2次 3/4, 4/4)

ジェットコースターがいろいろな動きをすることに気付いた子どもは，それを自分の体でどのように表現すればよいか考え始めた。そして，回る乗り物や，ゴーカートの動きをした時と同様，樹形図「動きの木」の中から使えそうな動き方やオノマトペはないか見付け，ジェットコースターの絵や写真の下に付箋紙を貼り直した。また，新たに考えた動き方があれば，さらにかき足していった。

* 樹形図「動きの木」は全部で9本ある。それぞれの幹には，遊園地の乗り物の動きに出て来ると予想された「走る」「歩く」「まわる」「ころがる」「おちる」「のぼる」「ゆれる」「とぶ」「止まる」の運動課題が書かれている。そして，幹の周りの付箋紙には，「くねくね」「ゴロゴロ」「手をつないで」などといった見付けた言葉が書かれている。中でも オノマトペは，動きを簡単に引き出しバリエーションを広げやすいため，多用させるようにした。



<こんな動き見つけた>



<動きの木にかこう>



<この動きを使おう>



<いろいろ動けそうだ>

上記の写真のように、乗り物の動きにとらわれることなくまず様々な動きを経験させておき、それを後から乗り物の動きと結び付けさせることで、子どもは自分なりの独創的な動きを考えようとした。例えば、ジェットコースターが回転する場面では、単にぐるぐる走り回るだけでなく、側転や前回りを途中に入れると感じが出るといった意外なアイデアを思い付いた。

ところが、実際に動き出すと個が抱いたイメージが活かされていない状態が多く見られた。VTRを見せると子どもは「先頭の友達について走っているだけだ。」という自己の状態に気付いた。その原因としては、グループで表現した経験が少ないのに自由にグループをつくってもよいとしたこと、付箋紙に記名させなかったこと、ジェットコースターのイメージがいくつもあったことなどが考えられる。すなわち、一人一人が「ジェットコースターが しているところを～な動きで表したい。」という明確な動きのイメージをもっていなかったのである。

そこで、ジェットコースターのイメージを「走る」「上って落ちる」「回る・まがる」の3つのボードにまとめた。そして、自分の <私がしたい動き> 動きのイメージを名前入りで付箋紙にかかせた。

さらに、動く際には一人でという条件にし、友達とよさを見付け合わせたり、まね合いをさせたりした。

また、「ガタゴトガタゴト」と口伴奏をしながら動いているA児を取り上げ、口伴奏をすると抱いたイメージがより動きとして表しやすいことに気付かせた。

このことにより、一人一人が自分は「どのように動きたいのか」というイメージをはっきりともち、動こうとするようになってきた。

評価にあたっては、動きのイメージをもっているか

どうかを発表内容や行動観察、付箋紙に書いた内容などから捉えた。

【ジェットコースターの動き】での付箋紙の内容(一部)

【ゆっくり登る】

だんだん高くなって
つま先で とことこ
カタカタカタカタ
カキーンカキーン
ガタンゴトン
ぐらぐら



【急に落ちる】

走ってから
海にとび込むように
ヒューン
ウィーン
ゴトゴトゴト



【回る・まがる】

側転 前回り
速くゆっくり
竜巻みたいに
手をつないで
グルングルン



【バックする】

だんだん速く
揺れながら
ひっくりかえる
ピューンピューン



【トンネルを通る】

波のように
じぐざぐに
電車みたいに
ピュンピュン



【止まる】

後ろ向きで
ひっくり返って
キョッ



【評価】方法 発言や行動観察、付箋紙に書いた言葉や図

B：ジェットコースターが走る以外の動きを実際の体の動きとして表現することができる。	A：Bに加え、自分が抱いた動きと実際の動きを整合させることができる。
回転するところでは、「側転や前回りをしたい。」と付箋紙に書いている。	初めゆっくり登るところでは、だんだん高くなり、いったん止まってからピューと走っている。

【育成したい「思考力」】

1日の生活の仕方や身の回りの清潔について、健康によい生活と今の自分の生活を照らし合わせることで、より自分に適した生活の仕方考えることができる。

(1) 教材開発について

本単元は、健康の保持増進には、1日の生活が深くかかわっていること、また、体を清潔に保ち、生活環境を整えることが必要であることなどを中心に構成されていて、子どもたちにとっては初めての保健学習である。

本単元では、最初に「健康」について考えさせる。健康を守るには、食事・睡眠・運動・清潔などたくさんの要素が関係しているため、その解決には思考活動を繰り返さなければならない。子どもたちは、こうした思考活動をくぐる中で健康を考えることの奥深さに気付くとともに、自分の生活を多面的に見直していこうとする意欲を高めることができると考える。

また、生活・体温調べや手の汚れ実験などの活動を取り入れることで、今まで指導されてきたことがなぜ必要なのかを具体的に分析し、今後も実践していくことができると考える。

(2) 単元の流れ

単元計画（総時数 4時間）

健康によい生活の仕方考えよう (2時間)	展開の工夫
<p>健康の大切さや健康によい生活とはどのような生活なのか話し合う。</p> <p>生活の仕方（食事・運動・睡眠）と体温の関係について調べ、自分にとっての健康によい生活の仕方を話し合う。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 病気になったときとても苦しかったよ。好きな運動やゲームもできないよ。熱がないとき、ご飯がおいしく食べられるとき健康だ。 ・ 1日のうちでも体温は違うよ。体温が上がらないと、頭や体はしっかり働かないんだ。朝ご飯を食べないと体温がなかなか上がらないな。朝ご飯をきちんと食べるよ。 	<p>生活・体温調べや手や空気の汚れ調べの活動を通して、生活リズムや清潔の大切さを実感させる。そして、自分の生活を見つめ直すことの必要感をもたせる。</p>
<p>体の清潔について考えよう (1時間)</p> <p>手や腕の汚れを調べ、手や体の清潔の必要性と方法について話し合う。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ きれいだと思っても手は汚れているね。目には見えないけれど、ばい菌もついているんだ。石けんを使って手洗いをするよ。ハンカチも毎日替えないといけないな。 	
<p>教室の清潔について考えよう (1時間)</p> <p>空気の汚れを調べ、換気の必要性と方法について話し合う。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 空気中にはたくさんのほこりやばい菌が飛んでいるんだ。知らないうちに吸っているよ。休み時間や掃除の時には窓を開けてきれいな空気と換えないといけないな。 	<p>体の清潔での思考様式を換気の必要性や具体的な方法を考える場で転移・活用させる。</p>

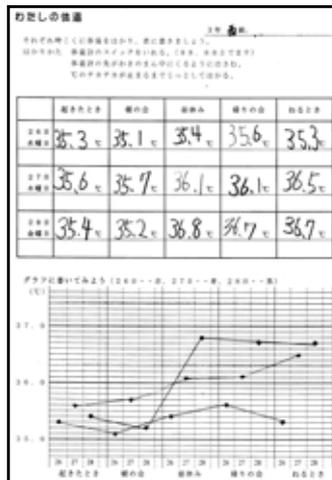
(3) 学習レベルでの支援と評価

【経験との結び付け】

体温調べによって、1日のうちでも体温は変化していることや生活の仕方（食事・運動・睡眠）と体温の変化には深い関係があることに気付かせる。その後、生活調べを基に自分の生活を振り返ることで、体温という視点から具体的に分析し、自分に適した健康によい生活の仕方を見付けられるようにする。
(第1次 2/2)

子どもたちは、これまでの生活の中で健康によい生活には「好き嫌いをしないで何でも食べる（食事）」「外で遊ぶ（運動）」「早寝早起きをする（睡眠）」などが大切であると分かっている。しかし、それがなぜ大切なのか理由となると説明することはできない。また、「生活リズムをととのえよう」と指導されたことはあるが、生活リズムがどのようなものであるかを考えたり、体にリズムがあることを感じたりしたことはないと思われる。

そこで、体温という視点から食事・運動・睡眠の大切さや生活リズムに気付かせ、自分の生活の見直しにつなげていった。体温は、保健室に来室したときに測定しており、子どもたちにとって身近に経験していることである。また、健康状態と結び付けて考えやすい。子どもの中には、体温はいつも同じくらいだと考えていて、37を越えたり前回より0.2上昇したりしただけで、熱があると心配する子もいる。



1 「健康調べ」を通して気付いたことを書きましょう。

2 生活の仕方でも健康の状態はどのように変わりますか。

3 自分にとってよい生活習慣で健康的な生活を送る方法を考えましょう。

体温調べをすることにより、体温は日によって違いがあり、1日の中でも変化していることが分かった。そして、友達と比べることで、人によって体温が異なるが、朝起きたときは低く、その後高くなり、夜寝る頃にはまた低くなるというリズムがある人が多いことに気付いた。

体温と食事・運動・睡眠の関係を調べた後、もう一度自分の体温リズムは健康的か、生活調べと比較しながら振り返った。低体温と高体温の目安となる所を資料で提示するとともに、それぞれの体温調べに赤線を引いておくことで考えやすいようにした。また、よい生活パターンを緑の画用紙で、悪い生活パターンを赤の画用紙で表裏になるように作成し、黒板上で操作した。子どもたちは、「起きるのが遅いと朝ごはんが食べられない」「朝ごはんを食べていないと勉強や運動に力が入らない」などと発言し、生活リズムについて具体的に分析していくことができた。



評価においては、自分の生活を振り返り、できているところや直したらよいところを見付け、なぜそうするのか理由や具体的な解決策を考えることができているかをワークシートや発言から捉えた。

【評価】

方法 ワークシートに書かれた言葉や発言
B: 生活調べから、よくできているところや直したらよいところを見付けることができる。

1日3食しっかり食べるよ。朝ごはんを食べていないときがあったので、きちんと食べる。	休み時間は外で遊ぶことを続けるよ。運動ができていないので、運動をがんばる。	早ね早起きができています。寝る時こくが遅いので、もう少し早く寝る。
---	---------------------------------------	-----------------------------------

A: Bに加え、その具体的な解決策や理由を書くことができる。

ごはんを食べないと体温も上がらなくて、頭も動かないのでごはんをしっかりと食べるよ。	休み時間に教室でいることが多かったので、昼休みは運動場に出て遊ぶようにする。	夜は9時30分までに寝るよ。そのために、ゲームやテレビの時間を少なくするよ。
---	--	--