

体 育 科

1 育成したい「思考力」

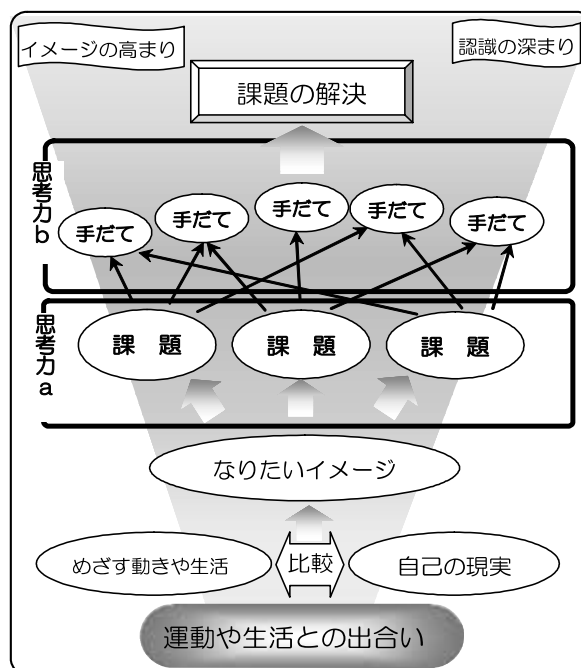
- a めざす動きやよりよい生活と自己の現実を照らし合わせながら，適切な課題を設定する力
- b 課題解決に向けての手だてを選んだり，見出したりする力

a めざす動きやよりよい生活と自己の現実を照らし合わせながら，適切な課題を設定する力

「適切な課題を設定する力」とは，めざす動きや生活と自己の現実の有り様を比較し，なりたいイメージを描きながら，それを基に，どこに自己の課題があるのかを考える力である。

その力を育成するためには，運動や生活をしていく中で，実際に試したり，映像や観察等で振り返ったりすることにより，自己の現実を明確に認識しておくことが必要となる。なぜなら，基準となる自己が不明確ならば，めざす動きやよりよい生活との比較から描く「なりたいイメージ」が曖昧になり，自己の課題も明確にならないからである。

このように，自己の現実を明確に認識することは，「適切な課題を設定する」上で，大きな意味もっているのである。



【体育科「思考力」モデル図】

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

これは，課題に対して，アナログン^{*1}や過去の生活場面を想起したり，その際用いた手だてを生かしたりして，課題の解決に向かっていく力のことである。例えば，「跳び箱の開脚跳び」で考えてみると，「腕を支点として体重移動をするには？」という課題に対して，「馬跳び」というアナログンを想起したり，「腕の支持によって腰を高くするには？」という課題に対しては，過去の遊びから「カエルの足うち」を想起したりして，手だてを見出していくのである。

また，めざす動きや生活を具体的に分析して，自己が補う点を明確にし，手だてを見出すことも考えられる。自己の現実に照らし合わせて，跳び方の美しさに関する「腰の高さ」よりも，踏切から着手までの「体の投げ出し」に関する練習方法を見出すような思考がこれにあたる。

この思考力は，保健領域でも同様である。「けがの防止」で考えてみると，「学校内でのけがを少なくするには？」という課題に対して，過去の生活から「廊下を走っている」という行動面を想起して，改善のための手だてを見出していく。また，今の自分は「廊下での過ごし方」といった行動面よりも，「隠れた危険を見つける」という環境面からの防止策を見出す方が大切だという判断もできるだろう。

なお，本校体育科では，学習対象についての経験が少ない場合には，解決の手だてそのものを見出す力よりも，教師の提示したいくつかの選択肢の中から自分に合ったものを選ぶ力を育成することを重視している。

*1：その運動につながる「動きのもと」のこと。例えば側方倒立回転のアナログンとしては，体を支持する動きとして手押し車，逆さになる動きとして壁倒立等である。

2 「思考力」を育成するための思考様式

(1) 思考様式の分類

課題を設定する際	<p>【視覚化】</p> <p>映像 2年「マット遊び」自分の課題を見つける時には、VTRと自分のイメージを比較する。</p> <p>関係を図や表 3年「毎日の生活と健康」体温の変化と生活の仕方の関係から見る。</p> <p>5年「心の健康」心と体の状態を関係図に書く。</p> <p>【言語化】</p> <p>言葉 2年「マット遊び」アドバイスを送る時には、見た様子を言葉で表現する。</p> <p>オノマトペ 2年「遊園地へ行こう」(表現リズム遊び)動きや様子をオノマトペで表す。</p> <p>【見る視点】</p> <p>部位 2年「マット遊び」動きを観察する時には、体の部位に着目する。</p> <p>スピード 6年「走り高跳び」自分の跳び方を振り返る際には、スピードの変化にまで着目する。</p> <p>体を構成する組織 4年「育ちゆく体とわたし」食生活から自分の成長を振り返る際には、骨づくりの視点から見る。</p>
課題を解決する際	<p>【過去の運動や生活場面を想起】</p> <p>遊び 1年「のりものランド」(表現リズム遊び)お話を構成するためには、これまでの動きを組み合わせる。</p> <p>生活 3年「毎日の生活と健康」体にとってよい環境に着目する。</p> <p>アナログン</p> <p>【めざす動きや生活を分析】</p> <p>動き 5年「バスケットボール」スペースを意識した守りやカバールの動きに着目する。</p> <p>5年「バスケットボール」パスをつなげるためには、相手の動きに着目する。</p> <p>6年「バスケットボール」ディフェンスの動きに着目する。</p> <p>場 2年「シュートゲーム」パスをもらう時には、だれもいないところに動く。</p> <p>3年「ポートボール」ゴールや敵、味方の位置を見る。</p> <p>6年「バスケットボール」どのように動けばよいかを考える際には、空きスペースに着目する。</p> <p>心情 2年「動物ランド」(表現リズム遊び)場面に合った動物の心情に着目する。</p> <p>複数の視点 2年「虫の国へ行こう」(表現リズム遊び)動きを増やすためには、「空間」「場面設定」を変えながらイメージを広げる。</p> <p>5年「自然の力」(表現運動)動きを考える際、「時間」「空間」「仲間」の観点から見る。</p> <p>4年「育ちゆく体とわたし」生活の仕方を改善する際には、「いつ」「どんな時に」「どのくらいの回数」かに着目する。</p> <p>5年「ハードル走」動きをよくするためには、細部に分けて見る。</p> <p>5年「自然の力」(表現運動)戦いの様子を表すには、「みんな」「いっしょに」「大きく」の観点から見る。</p> <p>5年「けがの防止」防止策を考える際には、「行動面」「環境面」に着目する。</p> <p>6年「走り高跳び」「スピード」「角度」「リズム」「曲がり方」に着目する。</p> <p>6年「病気の予防」病気の原因を「病原体」「生活行動」「環境」「体の抵抗力」の観点から見る。</p>

※ これらの思考様式は、実践の一部であり、全てを掲載しているものではありません。

(2) 分類から明らかになったこと ～課題の解決に至るまでの思考様式の重要性～

これまでの実践で有効性を認められた思考様式を、体育科で育成したい「思考力」に基づいて分類した結果、課題解決の手がかりを見出すことができる思考様式が設定されている。

① 課題を設定する際に

めざす動きや生活と自己の現実を比較しながら、課題を設定する際、自己の現実を明確に捉える必要がある。しかし、実際に自分の状態を捉えようとしても、判断するものが残らず、明確に捉えきれなかった。そこで、消えてなくなるものを「**視覚化**」「**言語化**」して表出する視点での思考様式が有効となる。また、どこを見ると自分の状態が明確になるのかに気付かせる「**見る視点**」を含んだ思考様式も存在した。こうした視点をさらに細分化すると以下のようになる。

ア 視覚化

形として残すことができない自分の動きを、写真や動画等の**映像**で振り返ったり、目に見えない**関係を図や表**に表したりすることで、自分の状態を明確に捉えることができる。

イ 言語化

自己が感覚で捉えている動きや心の状態等を、**言葉**や**オノマトペ**（擬音語・擬態語）により表出することで、自分の状態を知ることができる。

ウ 見る視点

全体を捉えるよりも、見る視点を絞っていくことで、自己の現実を明確に認識することができる。体全体を大まかに捉えるのではなく、**部位**に着目したり、ある動きの中でも、特に**スピード**に目をつけたりすることが効果的である。保健領域では、成長と食事の関係を見る際には、**体を構成する組織**といった部分から考えることで、自分の状態を明確に捉えることができる。

② 課題を解決する際に

これまでの実践を振り返ると、課題を解決していくためには、「**過去の運動や生活場面を想起**」して手だてを選択したり、「**めざす動きや生活を分析**」して手だてを見出したりしていくことが多かった。これらの方法を詳細に見ると以下のようになる。

ア 過去の運動や生活場面を想起

今、実際に行っている運動や日々の生活は、これまでの自分の経験とかかわっているものがあり、浅いものから深いものまで様々である。その中でも、かかわりの深い運動や生活で課題を設定した場合、それを解決していくための手だてを、「**今までの経験**」から選んでいくことが多い。こうした際には、**アナログ**を生かしたり、過去の**遊びや生活**から手だてになるものを想起したりするような思考様式が有効である。

イ めざす動きや生活を分析

めざす動きや生活を細かく捉えることで、自己が補う点が明確になる。その際、**動き**、**場**、**心情**といったより具体的な視点が大切になる。例えば、6年「バスケットボール」では、ディフェンスの動きに着目して、どこにどう動けばよいのかを考えていく。このように、**場や動き**といった具体的な視点から手だてを見出す思考様式が有効であろう。

また、一連の動きやある現象をまとめて見ていくよりも、いくつかの視点に分けて分析していくことで、より具体的な解決へと導くことができる。そのため、**複数の視点**から見ていくような思考様式も必要となるだろう。