

## はじめに

---

子どもの学びのすじ道に寄り添い、その子ならではの追究を進めさせてやりたい。そんな思いを大切に、体育実践を模索し続けてきました。そんな中で、次のような挑戦に向かった子どもがいます。

**「ぼくは、頭跳ね跳びで半回転ひねりに挑戦しようと思っています」**

様々な子どものすじ道に寄り添って、その学びを支えようと実践してきましたが、流石に半回転ひねるなんて無理だろうと思いました。だから、本当にこの子が「頭跳ね跳び半回転ひねり」を完成させたのを目の当たりにした時、心底驚いたことは言うまでもなく、改めて「子どもって凄い」と尊敬の念を禁じえませんでした。

教師の中の常識に縛られず、子どものすじ道に寄り添うことで気づかせる学びは、こうした「凄い」と思える挑戦だけにとどまりません。だからこそ、子どもたちの様々な挑戦を支える学習をつくろうと取り組んできました。一人ひとりの子どもが、本気になって自分の追究に向かう体育学習。教師のすじ道に子どもを合わせるのではなく、一人ひとりの子どものすじ道を一緒に作り出していく体育学習。時に、「この子の学びは這い回っていないか？」と思い悩み、全ての子どもの全ての学びに目が届かないことに不安も感じながら実践を続けてきました。そして、だからこそ、子どもたちが追究の心を膨らませ、自分で自分の学びを進める体育学習をどう実現していくのか、試行錯誤を続けてきました。

本書は、こうした子どもの自律的な学習力を育むことに向けた体育実践の取り組みや考え方を、少しでもお伝えできればと願い執筆しました。本書を手にとっていただいた方が、体育の学びを通して子どもに育まれる力を見つめ直す契機にさせていただくことができればと願っています。

## 目次

はじめに .....	1
------------	---

# 第1章 体育で 本当に育みたい 資質・能力とは

1. 生涯にわたって運動に親しむ  
資質・能力は育まれているのか? ..... 6
2. 学校体育が目指すべきことって何だろう ..... 9
3. 体育で本当に育みたい資質・能力って何だろう ..... 13

# 第2章 子どもの工夫を引き出し、 動きを高める 体育学習

1. 子どもの工夫を引き出す体育学習 ..... 20
2. 多様な価値観で進める体育学習への意識改革 ..... 23
3. 子どもの動きの実際 ..... 30

# 第3章 ～

## 子どもの生活と学習を ひとつにする 奈良女附小の学習

1. 体育学習を生活に広げる ..... 44
2. 生活と学習をひとつにしていく ..... 51
3. 「めあて」と「ふりかえり」 ..... 60
4. 「子どもが発表する機会」を大切にする ..... 66
5. 日記を綴る学習生活 ..... 73

# 第4章 ～

## 子どもの 自律的な学習能力を育む 運動ランド

1. 1年生の運動ランド ..... 85
2. 2年生の運動ランド ..... 100
3. 3年生の運動ランド ..... 117
4. 4年生の運動ランド ..... 131
5. 5・6年生の運動ランド ..... 144

おわりに ..... 162

第 1 章



体育で  
本当に育みたい  
資質・能力とは



# 生涯にわたって運動に親しむ 資質・能力は育まれているのか？

学校体育の最も大きな目標のひとつに、「生涯にわたって運動に親しむ資質・能力を育むこと」があります。新学習指導要領の文言では「豊かなスポーツライフを実現するための資質・能力」となっています。その意図はわかる気がするのですが、小学校の間からスポーツの下請け教育を迫られているようで、あまり好きではありません。バスケットボールやサッカー、ラグビー、体操競技、陸上競技などの基礎力をつけるのが目的になっているように感じてしまうのです。そのように捉えると、スポーツの基礎を教えるという意識が強まり、子どもの豊かな学びを支えるという意識が遠のいてしまうように感じるのです。

この大きな目標は、これまでの学校体育の取り組みを通して、実現することができているのでしょうか。

私は、教員を目指す大学生の講義「小学校教科教育法（体育）」を受け持つとき、いつも学生さんたちに「みなさんは、体育が好きですか」と問いかけます。そして、これまでの小学校・中学校・高等学校でどのような体育学習を経験してきたのかという話とともに、どうして体育が好きになったのか（どうして体育が嫌いになったのか）を語り合ってもらうようにしています。すると、学生さんたち自身も気づいていなかった「体育が嫌いになった理由」が見えてくることがあります。

まず、みんなで話し合っている中で見えてくるのは、体育が嫌いな学生さんたちの中に、体育も運動も嫌いな学生さん、体育は嫌いだけれど

運動は嫌いではない学生さん、中には運動は得意だけれど体育はあまり好きになれなかった学生さんもいるということです。

## 🌒 「体育は嫌いだけれど、運動は嫌いではない」って？

学生さんたちと話し合っていると、例えば、体育が嫌いだったという学生さんの中に、フィットネスやヨガ教室に通っていたり、ときどきジョギングを楽しんでいたりする学生さんがいることがわかってきます。「体育が嫌いだったんじゃないの？」と問いかけると、「体育は好きじゃなかったけど、フィットネスで体を動かすのは嫌いじゃないし…」「自分で体を動かしていると、何か心もすっきりするし気持ちがいい。体育はそうじゃなかったなあ…」と、自分の経験と重ね合わせながら、体育が嫌いだった理由を考え始めます。「フィットネスやヨガ、ジョギングと学校の体育は何が違うのか」、「運動は嫌いじゃなかったのに、どうして体育が嫌いになったのか」、そういうことを考えていると、学校の体育では「みんなと同じことをしていて、人と比べられることが多かった」とか「みんなに見られて緊張することがあった」。このように話す学生さんが出てきます。中には「逆上がりが最後までできなくて、みんなが『頑張れ』と応援してくれる。そのことがつらかった」と話す学生さんも出てきます。

## 🌒 私が体育嫌いになった理由は…

そんな話を聞いているうちに、体育嫌いで運動嫌いだった学生さんも、「みんなと同じことをしているうちに、自分は運動が得意ではないのだとよくわかった」と話し出します。そして「いつの間にか、自分は運動

と関係のないところで頑張ればいいと思ってきたし、だから、運動系のサークルとかには絶対入らないって決めていた」と続けます。周りの学生さんも「そうそう、私も同じだ」とうなずきます。運動センス抜群で運動が大得意なのに学校の体育は嫌いだったという学生さんは、「私は、どんな運動でも他の人より上手にできる方だったけれど、学校の体育では、もうできることばかりを何度もやらないといけなかった」とも意見を続けていきます。

このような語り合いで、学生さんたち自身が気づいていった体育嫌いの中身とは、学校の体育では、

運動の中身が決められていることが多く、みんなが同じことをできるようになることが求められた。みんなの前で、自分がどれぐらいできるようになったのかを見せなければならぬことも多かった。すると、みんなの中で自分がどれぐらいできるのか、できないのかがはっきりわかる。もしかすると、本当は運動が嫌いじゃなかったかも…。でも、運動は苦手だと思ってしまった。だから自分は体育が嫌いで、体育以外のところで頑張ろうと思うようになった。

そんな、学生さんのたどってきた道が見えてしまいます。つまり、学校での体育の経験を通して、生涯にわたって運動に親しまないと思うようになったというのです。何という悲しいことでしょうか。学校体育が、生涯にわたって運動に親しまない子どもに育てしまっているかもしれないのです。そして、何年かこの講義を続けていく中で、このような思いを語る学生さんが結構な割合にいることもわかってきたのです。

## 2 学校体育が目指すべきことって何だろう

熱心な先生ほど、「みんなができるようにさせてあげたい」と強く願っています。だからこそ、その技ができるようになるために何が必要か、教材研究を重ね、運動のメカニズムを分析します。子どもたちが取り組みやすいように、スモールステップの学習カードを準備し、躰きの対処法を模索し、より多くの子どもができるようになる指導法を追い求めていきます。学習指導要領に例示されている技は多岐にわたりますから、一つひとつの技の習得に時間をかけてはいられません。できるだけ、多くの子どもが短時間で効率よくできるように、さらに指導法に磨きをかけていきます。そして、より多くの子どもたちに技ができるように指導していきます。結果的に、みんなで同じ技に取り組み、同じような課題で取り組みを進めることになりますから、どの子が早くできるようになってどの子が最後までできていないかが、誰の目にも明らかになってしまいます。

より多くの子どもが、学習指導要領に例示されている多くの技ができるようになっていけば、その指導は優れた指導であると言えるでしょう。

### 本当に目指すべきものは…

でも…。

もしかすると、多くの子どもたちに一定の技能を育む代償に、生涯に

わたって運動に親しまない決意を育んでしまっているかもしれないのです。一定の技能が育まれた子どもたちの中に、示された道筋をたどることは得意だけれど、自ら考えてより良い学びを創り出す力が培われていないかもしれないのです。多くの子どもたちに、一定の技能を育むことは大切です。しかし、体育学習の指導者なら、子どもたちの技能を育みながらも、体育だからこそ発揮される思考力や判断力や表現力に目を向け、体育だからこそ育まれる学びに向かう力や人間性までも目を向けることが大切です。私自身、奈良女子大学附属小学校に赴任してきたころ、先輩の先生に「学級の中で一番体育が苦手という子どもが、生き生きと輝くような体育学習を目指なさい」とよく言われました。「体育は、運動を教える教科なのではない。運動を通して人間を育てるのが体育学習なのだ」とも言われました。技能がついたかどうかで一喜一憂するのではなく、運動を通して人間を育てられているのかどうかを心を砕く、そんな体育教師になりたいと願っているのです。

## 実は、これまでも教育や体育の見方を変えようとしてきた

技能だけではない、一人ひとりの子どもが輝くような体育学習のあり方を考える機会は、これまでも何度もあったのだと思っています。古くは、系統主義から経験主義へと教育の考え方が見直された時期がありました。しかし、児童の経験を大切にす教育は、「這いまわる経験主義」という批判のもとに衰退していったといいます。私が学生のころの「楽しい体育」への取り組みは、多くの先生方が「体育は、子どもたちが楽しめれば良いのだから、ドッジボールでもさせておけばいい」と、その真意が全国に伝わらなかったとも聞いています。私が教師になってからは「新しい学力観」のキーワードとともに、旧来の知識・技能を重視す

る学力観から、思考力や問題解決能力、児童の個性を重視する学力観が提唱されるようになりました。しかし、この取り組みもまた、基礎・基本を軽視しているため「学力低下」を招いていると批判されるようになりました。繰り返し教育や体育の見方を変えようとしてきても、最終的には知識・技能が定着しているかどうかで判断が下されてきているのです。ついつい私たち体育学習の指導者も、自分の学級が「全員、跳び箱の開脚跳び越しができるようになったのか」を気にしてしまっているのです。

## 本当に「学力低下」を起こしていたのか？

世の中の人たちは、「開脚跳び越しができる子どもの割合が減っている」ということを聞くと、それは「学力低下」だと考えます。しかし、それは本当でしょうか。

そもそも、新しい学力観ということ唱え、知識や技能ばかりを重視するのではなく、自分自身が取り組むべき問題に向き合ったり、その問題を乗り越えるための思考力を発揮したり、個性的に学んだりすることを重視する学力観を大切にしようとしてきたのではなかったのでしょうか。それなのに、どうして開脚跳び越しができる割合が減っているだけで、学力低下と断定しているのでしょうか。一番大切なことは、決して「学級のみんが開脚跳び越しをできる」ことではありません。一人ひとりできるようになる技が違って、なんの問題もないはずで、極論すれば、体操選手か教師にでもならない限り、大人になって開脚跳び越しができなくて困ることはないのです。「学級のみんが、開脚跳び越しができる」ことよりも、もっと大切にすべき学力があったはずなのです。その学力が育まれたかどうかの吟味なくして、「学力低下」と断じるこ

とには首をかしげざるを得ません。

## 主体的・対話的で深い学び

私は、これまでに何度もあった教育や体育の見方を変えようとする取り組みは、教師が何をどう教えようとするのかという教育と、子どもが何をどう学ぶのかという教育との間の揺れなのだと捉えています。子どもの側から教育を考える取り組みは、何度も批判を浴び否定されてきたようにも見えます。それでも、その問いが消え去ることはなく何度でも問い返されています。そこに、追い求めるべき教育の本質があるからだと思っています。

今また「主体的・対話的で深い学び」をキーワードにして、子どもの側に立った教育が問い直されています。ここで問われているのは、一律一斉に同じ技能を身につけさせるのではなく、一人ひとりの子どもが自分の問題として学びを捉え、その子なりに思考力・判断力・表現力を発揮して自己更新していくような学び方・生き方を育てていくことです。そういう体育学習でこそ「学級の中で一番体育が苦手という子どもが生き生きと輝く」ことを実現していけるのだと考えています。「学級全員、開脚跳び越しができる」ことばかりに目を奪われていては、このような学びを実現することが難しいと考えているのです。

# 3 体育で本当に育みたい 資質・能力って何だろう

ここまで、学校体育が「生涯にわたって運動に親しむ資質・能力」を育んできたとは言いきれないことや、学校体育が目指すべきことは何なのかについての大枠を考えてきました。ここでは、もう少し踏み込んで、新しい学習指導要領で問われている「新しい時代に必要となる資質・能力」の切り口から、体育で本当に育みたい資質・能力を考えてみたいと思います。

## 新しい時代に必要となる資質・能力ってどんなことだろう

例えば、特に体育という教科の中では、確かな技能を育むという視点がとても強く意識されてきたように感じています。体育という教科は技能系の教科なのだから、確かな技能をつけさせるという視点はもちろん大切です。そして、その技能を育むための教材研究も本当に大切なことだと実感しています。ただ、それらの研究を深めていったがために、子どもに求める技能の幅がとても狭いものになっているように感じているのです。子どもに求める技能が狭くなっている、典型的な例を考えてみましょう。

マット運動の前転を例に見てみます。教材研究をしていると「まず手を肩幅に広げてマットに着きます。腰を高く上げながら回転をはじめ、腕で体を支えながら頭の後ろを着けるようにします…」のようなことが

わかってきました。すると、見つけ出した要点が満たされていないと、評価を減点してしまうようなことが起こってはきませんか。「この子の前転は、手が正しく着けていないから減点しよう」「この子は、頭のてっぺんをついてしまっているから良い成績はつけられない」のような評価です。確かに、評定をつけるにあたっては、学級の全員に同じ課題を与え評価基準をはっきりさせた方が、客観的で公平な評価ができます。しかし、これからの時代に必要になってくるのは、次々に更新される未知の事柄に対応していく資質・能力です。教師が示したポイントをたどるばかりでは、自ら未知の事柄に対応していく力は育まれません。一人ひとりの子どもたちが、自らの課題を主体的に選び取り、精一杯に思考力・判断力・表現力を発揮して、自らの生活を改善していくことのできる資質・能力をいかに育むのかに目を向けていくことが大切になってくるのです。

## 新しい時代に必要な資質・能力を育むためには…

新しい時代に必要な資質・能力を育んでいくにあたっては、従来の一律一斉に同じ技能の獲得を目指す体育指導がふさわしいとは思えません。

例えば、長いマットを準備して、その上をいろいろにコロコロ転がるような動きに取り組みさせてみてはどうでしょう。そのような動きに取り組む中で、「ぼくは、マットの上を鉛筆のようにコロコロ転がったよ」「私は、ゴムまりになって止まらずに転がったよ」のように、その子なりのこだわりの転がりを見つけさせたいと思います。身につけさせたい技能は、マットの上を様々に転がるための身のこなしであったり、前向きに転がっていたのが途中で後ろ向きに変わるための体の使い方であったりと、その子なりのこだわりの動きの高まりです。うまく前転ができない

子は、自分なりに工夫した斜め転がりをつないでコロコロ転がったって問題ありません。一人ひとりの子どもが、自分の発想を生かして様々な身のこなしを身につけていくことを大切にしたいのです。その中で、その子の技能が高められるように学ばせてやりたいのです。一人ひとりの個性的な転がり方を認めながら、みんなでその動きを真似てみる。そうした活動の中に、手を肩幅について頭の後ろを着きながら回る前転にも挑戦させていきます。一人ひとりの子どもが、自ら主体的に課題を選び取る場を設定し、その子なりの追究方法で存分に取り組めるような学習にしてやるのです。そのような学びの中でこそ、新しい時代に必要となる資質・能力を育む体育学習が実現できるのではないのでしょうか。

## 「生きて働く知識・技能の習得」ということ

そんな悠長な学ばせ方をされていて、学習指導要領に例示されているたくさんの方の技を、ほとんど習得しないままになってしまわないのですか。そういう風にたずねられることも多々あります。

私は、学習指導要領に例示されている技は、みんなに習得させるべき技だとは考えていません。子どもたち一人ひとりが、自分のやりたい動きを追究していく中で取り組ませてみたい技の例示だと考えています。その技に取り組んでもいいし、別の動きを追究してもいいのです。大切なことは、一人ひとりの子どもが自分の取り組みたい技や動きを見つけ、工夫したり試行錯誤したりして自分の動きを高めていくことです。自分自身の課題を自ら選び取る学習の中で、主体的に思考力・判断力・表現力を働かせて課題解決へ向けた追究を行い、その結果として技能を高めていくことこそが大切なのです。大切なのは「生きて働く知識・技能の習得」なのです。その技能は一律一斉のものである必要はありませんし、

効率よくみんなが同じようにできるようになる必要ありません。その子にとって本当に追究しがいのある技能に取り組んでこそ、その子にとって文脈を伴った「生きて働く知識・技能」となるのです。繰り返しますが、学習指導要領に例示されている技ができないからといって、大人になって困ることはありません。例示されている技やその他の動きを習得するための学びを通して、様々な資質・能力が育まれるような学習をつくることこそが重要だと考えているのです。

## 「未知の状況に対応できる思考力・判断力・表現力」を 発揮して取り組める学習

「例示されている技すべてを習得させなくても良い」

そう考えると、すごくゆとり（この言葉を使うことが適切なかわかりませんが）が出てきませんか。だって、早くみんなにできるようになってもらうことを願って、その技が早くできるようになるためのポイントを見つけ出し、どのように伝え練習させてできるようにさせるのか、と焦らなくても良いのです。その技に取り組むことを課題にする子どもが出てくれば、その子がどのように課題追究に向かうのかに目を向けることもできます。すべての技に取り組ませなくても良い分、じっくりと課題追究を進めさせることもできます。その子にとっては、どうすればできるのかはまだわからない課題に向かって、あれこれと思考・判断・表現の力を発揮して取り組むことになります。効率的にマスターできるように準備された学習カードの道筋に沿った学習ではありません。その子自身が「未知の状況に対応できる思考力・判断力・表現力」を発揮して取り組むことを大切にできるのです。もちろん、子どもの力だけですべてうまく学べるとは限りませんから、個別に助言したり、時に練習方法を

教えたり、躓きからの脱出法を相談したりすることは大切です。教師は、こうした一人ひとりの子どもの学びに寄り添えるよう、普段から教材研究に取り組んで備えます。教師の大切な役割は、教師主導で教えることよりも、子どもの学びに寄り添い支えることにあります。時に助言を与えたり教え導いたりもしますが、一人ひとりの学びの良さに気づき、その良さを位置づけてやることも、とても大切な役割となります。子ども自らが「未知の状況に対応できる思考力・判断力・表現力」が発揮できるように、導くことが大切だと考えているのです。



### 学びを人生や社会に生かそうとする 「学びに向かう力・人間性等」の涵養

これまでに考えてきたような学習を実践していると、一人ひとりの子どもが個性的な学びを展開していくようになります。同じ技能の追究に向かったとしても、自分の課題にしていることが何なのかということへのこだわりが出てきますし、たどってきた学びの道筋にも自分ならではの意味を持たせてふりかえる子が増えていきます。運動があまり得意でない子どもたちも、自分ならではの取り組みを進める中で、友だちと比べて自分の学びが劣っているのだと体育嫌いになる必要もありません。自らの課題を乗り越えるまでに長い時間がかかった子どもも、時間をかけて進めた学びを自分ならではの学びとして自己評価するようになっていきます。

体育の学習は、子どものストレートな欲求が出やすい学習です。だからこそ、子どもたち一人ひとりが「僕は、この動きに挑戦してみたい」「私なら、この動きをこういう風に工夫する」と、それぞれの子どものやりたいことが実現できる学習をつくってやるのが大切です。自ら追

究すべき課題を見つけ出し、持てる力を発揮してその課題解決に向かい、これまでできなかったことができるようになる経験を重ねていくことは、子どもにとって本当に楽しい学びであるに違いありません。子どものストレートな欲求が出やすい体育の学習の中で、自らの課題を解決する学びの楽しさを味わわせることは、学びを人生や社会に生かそうとする「学びに向かう力・人間性」を育む上でとても大切になると考えているのです。

私は、先輩の先生から「体育は、運動を教える教科なのではない。運動を通して人間を育てるのが体育学習なのだ」と学びました。まさに、体育だからこそ育むことができる「学びに向かう力・人間性等」があるのだと実感してきたのです。

第 2 章  
～

子どもの工夫を  
引き出し、  
動きを高める  
体育学習

# 1 子どもの工夫を引き出す体育学習

体育学習で育んでいきたい資質・能力の中に、問題解決的な学びを進める資質・能力があります。例えば、自分が追究したい課題を自分で見つけられるような力もつけてやりたいですし、課題を追究する上で自分の動きがどうなっているのかを捉える力や、友だちの動きの良さを感じ取り自分の追究に生かす力も育んでいきたいです。自分や友だちの動きを客観視する力が育ってくれば、自分の課題解決に向かう道筋を見通す力や、躓いたときに試行錯誤しながら粘り強く追究に向かう力を育てていくことも大切な視点のひとつです。

このような、体育学習の基本となる問題解決的な学び方は、主に器械運動系（かつての「基本の運動」領域）の学習で身につけさせることが効果的だと思っています。ただ、この時に私がいつも意識しているのは、学びの価値観を「できる・できない」だけに限定しないことです。つまり、技能的な価値観だけに絞って学習を進めると、子どもの発想が広がらなかつたり運動有能感が低くなつたりしてしまうだけでなく、思考力・判断力・表現力を発揮する場が限定的になったり学びに向かう力が育まれにくかつたりするように感じています。ですから、「できる・できない」だけでなく多様な価値観から工夫できる学習をつくっていくことが、とても大切になると考えているのです。