

# 小学校体育科における望ましい授業の立案と 学習指導の方法

## — 演習科目「児童体育」での授業実践を参考に —

小木曾 一 之

要旨：本稿では、小学校で体育授業を立案し、実践する際に考慮すべき点を「児童体育」の授業の中で行う模擬授業に基づいて議論する。体育は生きた人間の行動を学ぶ教科である。したがって、体育授業に携わる小学校の教師は、身体運動の基本的な仕組みと子ども達の身体的・精神的な発育発達を理解し、これらに基づく授業を立案しなければならない。中でも「学習のねらい」と「場づくり」は特に重要である。教師は、目的を明確に児童に示し、その目的を効率よく達成するために工夫した「場」を提供しなければならない。ただし、児童の活動欲求の充足度は、授業評価と密接に関連しているため、授業中における児童の活動（活発か、非活発か）に応じて、その内容を柔軟に変更する必要がある。また、そのような授業の中で、教師は児童に運動感覚的に理解できる明確な言葉で動きに関するアドバイスを伝えなければならない。結論として、体育授業では、人間の動きのメカニズムに基づいた明確な目的を設定し、それを効率的に達成するための「場づくり」を工夫しなければならない。そして、教師と生徒は、そのような授業の中で運動感覚的なコミュニケーションを取ることが重要である。

キーワード：場づくり、学習のねらい、運動感覚、小学校学習指導要領、  
学習指導案

### はじめに

皇学館大学教育学部教育学科では、2年時（第4セメスター）に教育職員免許法規則「教職に関する科目（小学校）」の教育課程及び指導法に関する科目である「体育科教育法」が必修として置かれ、3年時（第5セメスター）に「教科

に関する科目（小学校）」として「児童体育」が置かれている（必修）。この「児童体育」は幼稚園教諭一種免許状取得要件の「教科に関する科目（幼稚園）」、保育士資格取得要件の「保育の表現技術」科目の必修科目でもある。

演習科目である「児童体育」が3年時の前期に配置されている理由は、受講生の多くが9月に実施される小学校あるいは幼稚園の教育実習に向けて、2年時後期の体育科教育法の講義で修得した「知識」を児童体育において「実践」へと結び付けていくためである。また、中学校教諭一種・高等学校教諭一種免許状（保健体育）を小学校教諭一種とともに取得しようとする学生にとっては、2年時後期に配置される「生理学」などの理論を実際の授業でどう生かしていくかを考える授業となる。したがって、この「児童体育」は、実際の子ども達と対峙する、いわば「競技会」ともいえる教育実習に臨む上でのトレーニングの場として考えられる。

このようなカリキュラムは、2008年に文学部教育学科から教育学部教育学部に変更された時点から実施されている。しかし、実際には、「児童体育」を受講する約40～50名の学生のほとんどが「保健体育」を専門領域とする学生ではない（授業は1つの授業が40名程度のなるよう複数に分けられて実施されている）。加えて、その半数が鉄棒の逆上がりやマット運動の後転ができないといった運動技能レベルの受講生である。したがって、将来、小学校の教員になる彼らには、もう少し身体運動が「できる」状態になって現場に出てほしいところではあるが、実際、「体育科」を専門的に学ぶのは「体育科教育法」と「児童体育」の2科目しかなく、せめて身体運動を「わかっている」状態で送り出すことが現実的な目標である。

## 1. 授業計画

「児童体育」の授業では、授業の立案、指導案の作成、授業の準備、授業の実践、授業の評価と次回に向けての反省と修正を学生自身が行うことができるように、以下のような授業計画を組んでいる。

### 授業を立案するための知識の修得

- 1 現代にみられる児童の発育発達の実態および社会全体の健康事情
- 2 小学校学習指導要領の内容とそれに基づく学習指導の在り方

### 授業の立案

- 3 授業の立案と指導案の作成方法
- 4 授業実践において注意すべき行動

### 授業の実践と修正

- 5～14 模擬授業

### まとめ

- 15 小学校における望ましい体育授業をつくるには

なお、模擬授業は、3～4名程度のグループに分かれ、チームティーチングによって行う。模擬授業については、本来であれば単独もしくは2名程度での実施が望ましいところではあるが、受講人数と授業回数（15回）の関係からこのような人数での実施となっている。

## 2. 「児童体育」授業の内容

### 1 限目. 現代にみられる子どもの発育発達の実態および社会全体の健康事情

体育科は、「生きている人間の行動を直接扱う」教科である。そのため、我々人間が行動するための基本的なメカニズムや児童の心身の発育発達を理解していなければ、どのようなアイデア溢れる授業をしたとしても、児童の心身に過度な負担を与えたり、ケガを生じさせてしまったりする可能性が高くなる。そのため、「児童体育」では、

- 児童は成人と比較して運動時における有酸素性代謝に対する無酸素生代謝の割合が低い（高強度の運動を苦手とする）
- 児童の運動能力は暦年齢ではなく、骨年齢に依存する（身体の成熟度に依存する）
- 成人と児童とでは生理学的に大きな違いがあるにもかかわらず、身体トレーニングにより生じる筋力などへの効果は成人と同様に生じる

○児童期には神経系が大きく伸び、基本的な身体動作を獲得するには最も重要な時期である

ことなどを具体的なデータを見せながら解説し、児童に特有な心身の特性をしっかりと理解させ、認識させる。

同時に、児童期は健康を維持・増進させていくための身体運動をはじめとした生活習慣を定着させる重要な時期であるため、現代社会における生活習慣病の増加の実態、例えば糖尿病や高血圧症の実態<sup>1)</sup>やその危険度を低下させる上で身体運動が重要な役割を果たすこと<sup>2,3)</sup>などを提示し、その防止のためにも、小学校での体育授業で「運動が好きな子ども」を育てることが将来に対する予防医学としても重要な役割をもっていることを認識させる。

「児童体育」が始まった当初の授業では、このような児童の心身に関する基本的な特性を認識させないまま模擬授業を行ったため、特に体育会系クラブに加入している運動能力が高い受講生の中には、小学校体育授業を単に競技志向の強い「クラブ活動」の縮小版として捉え、成人と同様の競技に必要な技術や体力の向上を狙った授業計画を立てる者が多くみられた。したがって、小学校の体育授業を立案していく上では、児童と成人の違いをしっかりと認識し、子どもの特性に沿った授業を組み立てることが重要となる。

## 2 限目. 小学校学習指導要領体育科の内容とそれに基づく学習指導の在り方

2回目の授業では、小学校学習指導要領体育科に記載される各学年の目標及び内容を示し、それに応じた授業の立案を考えさせる。2017年度は新しくなる小学校学習指導要領体育科<sup>4)</sup>について検討し、豊かな心や健やかなからだを育成する目標のもと、これまで体育授業時数が第1学年から第6学年まで一律90単位(1単位時間45分)であったものが第4学年までは一律105単位と全体で約10%増加すること、そしてその目標として(学年で異なるが全体として)、

○からだを動かす楽しさや心地よさを味わう

○様々な基本的なからだの動きや各種運動の特性に応じたからだの動きを身につける

○自己の課題を見付け、その解決に向けて思考し判断し、解決の方法や活動を

工夫する

○自分の考えたことなどを他者に伝える力を養う

○きまりやマナーを遵守する

等があげられていることを提示し、模擬授業の立案に反映させる。

また、今回の改訂でも、体育科改訂の基本的な考え方として、「運動や健康に関する課題を発見し、その解決を図る主体的・協働的な学習活動を通して、『知識・技能』、『思考力・判断力・表現力等』、『学びに向かう力・人間性等』を育成する」とあるように、自主的・主体的な活動や仲間と協力した課題解決、そしてその結び付けが学習の中心にあることは明白である。それゆえ、体育授業では教師が「教える」のではなく、「助言やヒントを与えることによって、児童自ら学習させる」授業を構成することを意識させる。

体育の学習において技術やゲームの進め方などを「教えてしまう」ことは、教師にとって最も簡単で、最も早く児童を目標に到達させることのできる方法である。しかし、それでは児童自らが他者観察、自己観察をする中で、どうすればよいのかを試行錯誤しながら目標に到達する過程を失くしてしまう。運動学的見地から言えば、実はこの過程が運動技能を獲得し、運動財を得る上で重要であり、児童はここで「どうすればうまくいくのだろう」という問いかけを自分の身体に投げかけながら運動に取り組む。この問い掛けこそが様々な運動感覚を自分の中に蓄積していくことになる。そのような過程で得られた様々な運動感覚は、将来、新しい運動を経験し、獲得していく上でのヒントとなる。小学校中学年以降の子ども達が新しい運動を素早く習得してしまう「即座の習得」<sup>5)</sup>という能力もまた、他者観察と自己観察の中で培った共感能力と豊富な運動経験（感覚）によるものである。したがって、授業では運動課題ができるようになるコツなどのヒントを与えながら、児童の気づきを「待つ」ことも大切になる。

### 3 限目。授業の立案と指導案の作成方法

指導案は、学習指導要領で示された小学校体育科の内容領域の中から1つの領域を選択し（ただし、水遊び、浮く・泳ぐ運動、水泳、保健については除く）、

各グループで作成する。作成する指導案は模擬授業時だけの略案ではなく、単元全体についてのものとする。指導案は地域や学校によりその構成は異なるが、「児童体育」では以下のような構成で指導案を作成させている。

1. 単元名
2. 運動の特性 (1) 一般的な特性 (2) 子どもから見た特性
3. 児童の実態
4. 授業の構想 (1) 学習過程 (2) 場の設定
5. 単元のねらいと道すじ (1) 学習のねらい (2) 学習の道すじ  
(3) 準備・資料
6. 本時の学習 (単元計画第 時 / 時)
  - (1) 本時のねらい [ 関心・意欲・態度 ] [ 思考・判断 ] [ 技能 ]
  - (2) 学習の展開 (学習活動・内容および指導上の留意点・評価方法)

中でも「学習のねらい」と「場の設定」については、授業を行う上でしっかりと考えさせる必要がある。「学習のねらい」では、「仲間づくりをする」、「協力する態度を育てる」などを第一のめあてとする受講者が多い(県の授業研修などでも現役の教師がそのようなねらいを第一のめあてとしていることが時折みられる)。もちろん、このようなめあては体育授業で得られる価値ある1つの要素ではあるが、それは他の活動でも得られるもので、体育科の主目的とはなり得ない。体育科の主目的は、「身体運動を介して何を学習するか」であり、そうでなければ体育授業を行う意味がない。また、「バスケットボールを上手にできる」、「バスケットボールのルールを知る」などを主目的とする受講者も多い。しかし、日常生活でバスケットボール自体やそのルールが活きる場面はほとんどない。体育の学習では、様々な運動を介して身体を巧みに扱う技能をどのように身につけるかが主目的となるはずである。例えば、バスケットボールであれば「リズム良く物を扱うことができる」、ハードル走であれば「障害物を安全に、素早く、効率よく超えていく身体の使い方ができる」、リレーでは「全力を発揮しながらバトンパスを上手にできる(2つのことを同時にでき

る)」、鬼遊びであれば「相手の動きを判断し、素早く動いたり、方向転換したりすることができる」などである。これらのことは小学校学習指導要領体育科で示された「様々な基本的なからだの動きや各種運動の特性に応じたからだの動きを身につける」ことに他ならず、児童に考えさせるべき最も重要な事項の一つである。

「場の設定」とは、授業の目的を達成するため、どのような工夫を行うか、ということであり、単に物理的な「場」を指すものではない。したがって、グループをどのように分けるか、児童の実態に合わせてルールをどのように変更するか、学習ノートをどのように使用するか、といった工夫も指す。授業の成否はこの場づくりに大きく依存するといっても過言ではなく、この場づくりこそが授業のアイデンティティとなる。したがって、「場の設定」はアイデア豊かな楽しい授業を行うため、しっかりと考える必要がある(図1)。

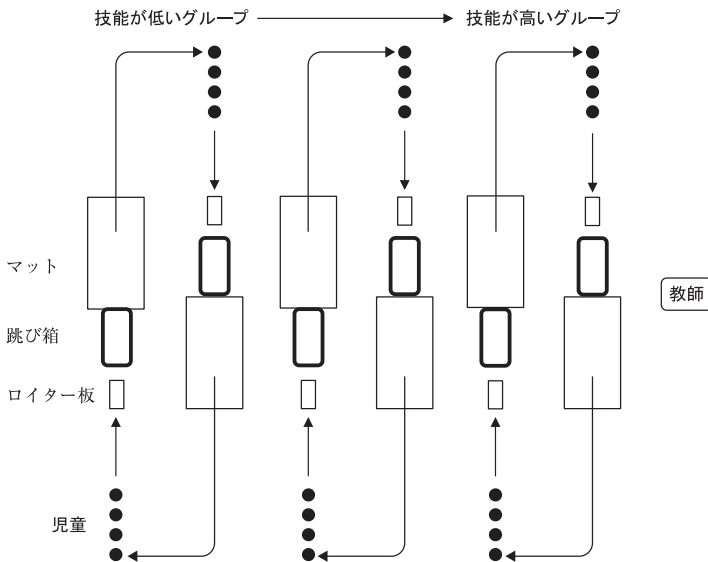


図1. 飛び箱運動における場づくりの例。飛び箱を巡回させる配置にすることにより、待機時間や移動時間が少なくなる。同時に、待機している時や移動している時、様々な方向から同じ技能グループや一つ技能が高いグループの友達の試技を観察することができる。教師は跳ぶ方向や場所が重ならないため、より全体を見渡すことができる。

また、授業の形態には、①運動させていく中で、自然と授業の目的を経験していくことのできる授業、②子ども達に運動の目的を意識させ、子ども達それぞれに向けて工夫を行っていく授業、そして③上記2点の混合形態があることも理解する。①はまだ身体の使い方が運動感覚的にわからない（自分の身体がどのように動いているかわからない）低学年の児童などに対し、場を工夫することで、活動するうちに自然とその授業目的を達成していく授業形態である。例えば、鬼遊びなどで相手の行動を見て急にダッシュしたり、止まったり、方向転換したりできるようになることがそれに当たる。②は器械運動などでどのようにしたら技がきれいにできるかなどを仲間と考えながら活動していく形態である。

指導案の作成は図2のように進め、少なくとも2週間前には授業で使用する用具の確認をし、1週間前には指導案を作成させ、模擬授業の練習を行う。使用したい用具がない場合、出来る限り担当する受講生に工夫して手作りさせるが、自分たちで作成できない場合は用具を購入する。指導案の修正は少なくとも3回ほど行い、その中で授業の目的と方法についてより明確にしていく。そのため、修正は文章チェックだけではなく、担当学生と授業内容について次のような点を主に話し合いながら行う。

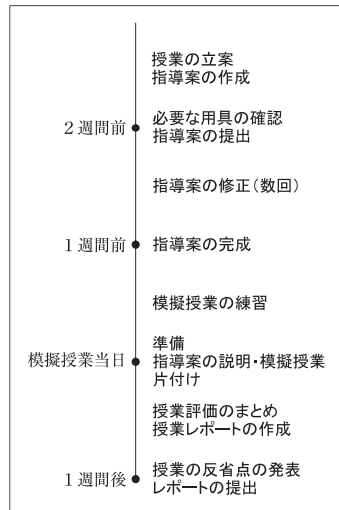


図2. 模擬授業を行うまでとその後の流れ

1) 単元全体を通して、「どんな目的を、どのような方法で、どのように効率よく、効果的に達成するのか」について明確に整理し、記述できているか。

2) 児童の学習活動を具体的にイメージして指導案が作られているか（授業中に見られる楽しさ、うれしさ、活発さなど）。

3) 単元名は、単元全体の目標と内容を明確に表したもののか、単に内容領域と同じ「走・跳の運動」や「器械運動」のようなタイトルではどのような取り



組みをするのかわからない。

4) 単元で取り上げる運動が「どのような条件で、どのようなことをする運動なのか」について明確に把握しているか。同時に、その運動で要求され、発達が促される精神的・体力的・社会的要素について明確になっているか。

5) 授業の対象学年の目線で取り上げる運動の好きな面と好きでない面を明確に理解し、示されているか。また、それをもとに、特に授業の導入段階で、好きでない要素をできる限り減らし、運動に積極的に関わっていける場づくり(工夫)がなされているか。

6) 運動の一般的特性や児童から見た特性、そして児童の実態などに合わせて、効率よく、効果的に目標を達成するための「場づくり」ができていないか(単に運動をさせるだけでは授業にならない)。

なお、指導案はあくまでも、授業の全体像を教師自身がしっかりと把握するためのものであり、指導案自体を書くことが目的ではない。同時に、指導案はあくまでも「案」であり、その時間設定や内容に縛られることなく、児童の学習状況を見て柔軟にその内容や時間を変更していく重要性も理解する。指導案作成時のイメージ通りに授業は必ずしも進むわけではなく、イメージより児童の活動が低調な場合は内容を修正したり、イメージ以上に集中して活発に取り組んでいる場合はそのまま時間を延長したりすることが、授業を楽しく活発なものにしていくといえる。

#### 4 限目. 授業実践において注意すべき行動

模擬授業が始められる1週間前には、講義の中で実際に受講生全員が児童役となり、体育授業を受ける。その中で、小学校学習指導要領体育科にある、とりわけ「からだを動かす楽しさや心地よさを味わう」ための授業を行うためにはどうすればよいのかを児童の立場から考える。授業では、児童の評価が高くなる状況と低くなる状況を予告なしに行い、そのような場面で受講者がどのように感じるかを話し合いながら、授業の効果的な進め方を学修する。

##### 1) 教師は3つの「者」であれ

教師は教材研究等をする「学者」、児童の心身の状態を見抜く「医者」そして

「役者」でなければならない。特に、学習課題へのモチベーションを高めるための「役者」であることは重要である。オーバーアクションや元気のいいポジティブな言葉がけなどは児童のやる気を高める有効な武器になる。逆に、暗く抑揚のない問い掛けや恥ずかしそうな身振り手振りがどれだけ児童のモチベーションを低下させるか実際に経験し、模擬授業に活かすようにする。

## 2) 授業の中でのルールを決める

体育授業には基本的に机と椅子がない。このことは、授業が波に乗れば非常に活動的なダイナミックな授業になる一方で、児童の統制が取れず、授業が成り立たなくなる可能性も高いことを意味する。したがって、単元の最初に子ども達と「ルール」を決めておくことが重要である。例えば、ボールゲームで児童にボールを渡せば、ボールに意識が集中してしまい、教師の説明を聞かなくなることは当たり前である。したがって、「説明時にボールを持っている場合、体育座りの脚の下にボールを入れておく」などの約束を前もってしておくこと効果的なことを理解する。そのようなルールの中で、自由な発想・自由な工夫・自由な取り組みを引き出す働きかけをしていくようにする。

## 3) 授業の目標を明確に伝える

単元や各授業の始まりに、その単元あるいは授業での目標を明確に児童に伝える。そして学習活動中にも、巡回しながら言葉かけをし、授業の目的を伝える重要性を考える。単に楽しく活動しているだけの状態になってしまうことを避けるため、繰り返し目標の伝達をする必要性を認識する。

## 4) 教師の立ち位置を考える

授業中、教師の立ち位置は非常に重要である(図3)。児童に顔を向けて話すことはもちろん、その立ち位置によって教師の声や表情が良く分からなかったり、ホワイトボードなどでの説明がわからなくなったりしてしまう。できる限り児童全員の顔が見え、声がしっかり伝わる位置を常に考えておく必要がある。

## 5) 児童が主役、教師はサポート

授業では「児童が主役」であることを常に意識する。学年の違い(発育発達の違い)によっても異なるが、教師が目立つ授業は良い授業にはなり得ない。児童が高く評価する体育授業は、精一杯の運動学習量が確保され、活動欲求の

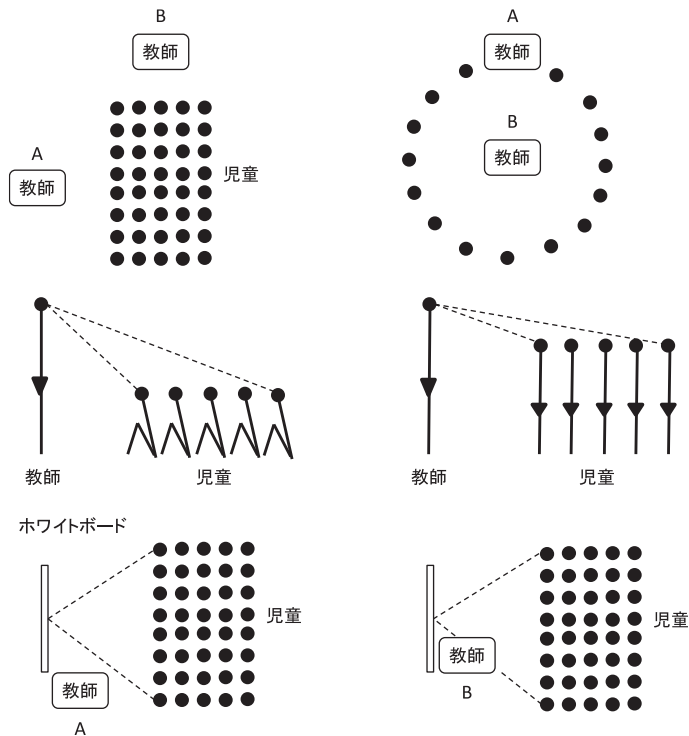


図3. 教師の立ち位置の重要性. 教師が立つ位置, 児童の並ませ方で, 説明の伝わり方等が大きく違ってることがわかる. どの位置に立つのが適切かを考える.

充足が図られた授業である。したがって、教師が行うマネジメント場面（説明や指示など）はできる限り少なくし、児童の学習場面を多くする必要がある。教師による説明や指示は、出来るだけ短く、的確かつ分かりやすくしなければ、授業へ意欲が低下してしまう。

#### 6) 待機や移動時間を少なくする

児童の運動学習量を確保し、活動欲求の充足を図るため、待機や移動の時間を短くすることも必要である。そのためには、説明や演示を1つ1つ理解したかどうか確認しながらまとめて行い、学習活動の時間をより長く継続して確保することが重要となる。学習活動中、頻繁に児童を集めて説明することは、児童の意欲を明らかに低下させてしまう。また、説明後、「よしやろう」と学習の

場に広がっていく児童をもう一度集めて伝え忘れた説明をするなどの行為は、「え～、また戻るの」とより大きな意欲の低下を招くことになる。また、場づくりによって、説明の場をそれぞれの学習の場から最も近い位置にするなどの工夫も必要となる。

#### 7) 成功経験を多くする状況をつくる

児童の運動技能を正確に把握することで、児童の持つ技能より少しだけ難しい運動課題を設定する。それは、「もう少しでできる」という意欲を掻き立て、「できた」喜びをとまなう成功経験を多くする。課題が児童の技能レベルを大きく超えた難しいものである場合、その達成には大きな困難や失敗が伴い、児童たちの意欲を低下させてしまう。

#### 8) 巡回を多くし、児童への働きかけを多くする

模擬授業中、最も目にする光景は、授業担当者が学習活動の場面をただただ立っただけで見ている場面である。学習活動中、教師が巡回をし、賞賛や助言、励ましなどの肯定的なフィードバックを個々の児童に行うことは、児童の意欲を高めるとともに、授業の目的などを児童に再認識させる上で有効である。また、授業のまとめで、取り組みの結論を適切な方向へと運ぶため、誰がどんなことを話しているかを巡回中に把握しておく、まとめの時に児童からの望ましい発言を引き出すことを容易にする。したがって、模擬授業の段階から、児童の話し合いの場面などで積極的な巡回をすることを習慣づけておくことが望ましい。

#### 9) 個々の児童が「わかる」言葉で話す

同じ速さで同じ言葉の話しても、個々の成熟度の違いやそれまでの経験の違いから、理解できる児童と理解できない児童がいることを理解する。ある運動課題に対し同じ助言をしたとしても、Aくんには伝わるが、Bくんには伝わらないことはよくあることである。特に、運動感覚的な「コツ」の助言は難しく、1人1人の運動感覚に応じた、その子どもが共感できる感覚的な言葉で伝える必要がある。そのためには、自分がその運動を経験し、運動感覚を得ておくことに加え、他者観察の中で他人の運動感覚に共感できることが必要になる。しかし、これは簡単にできることではない。したがって、少なくとも、低学年に

なればなるほど「ゆっくり」「重要な点を明確にし」「簡単な言葉」で伝えていくことが必要になる。

#### 10) 情報機器の利用

体育の授業において、自らの動きを確認する、あるいは見本となる動きなどを情報機器などで確認することは、客観的に動きをフィードバックする効果的な方法の1つである。しかし、身体運動の場合、そのような情報を得たからといってうまくいくとは限らない。なぜならば、その動きに共感し、その動きがどのような「感じ」で行われているかを運動感覚的に感じ取ることができなければ、動きを効果的に変えることはできないからである。したがって、情報として与える映像や音などは、児童の運動感覚や運動技能とかけ離れたものであってはならない。同時に、映像とともに教師による運動感覚的な言葉、例えば「ギュッと」や「パンッと」など、児童が感じ取りやすい感覚的な言葉を与えることが効果的であることを理解する。

### 5～14 限目. 模擬授業の実施

4回目の授業までに学んだことを基礎に、各グループでチームティーチングによる模擬授業を行う。担当者は模擬授業開始前に受講生1人1人に指導案を渡し、単元の説明と本時の授業までに行ってきた授業内容を受講生に伝える。本時の授業内容はその後に行うため伝えない。授業は45分間、延長してしまった場合でも最大60分とする。受講生は模擬授業の対象学年の頃を思い出し、その頃の自分になったつもりで授業に参加する。

授業終了後、児童役になった受講生は「模擬授業評価表」(資料1)に示された各評価項目に対する出来栄をチェックするとともに、その授業に対する評価をコメント欄に記述する。授業評価は4回目の授業までに学んだことを中心に構成されている。模擬授業担当者はその評価表の分析を行い、模擬授業の反省と今後の課題に関する以下の内容のレポート(指定された用紙)を作成する。同時に、模擬授業を行った翌週、授業の最初にその内容を受講生の前で発表し、その後の模擬授業担当者の参考とさせる。

### 模擬授業に対する受講者評価に対する反省と今後の課題

1. 受講者からみた授業形態について(評価表で選ばれた割合を記入する)  
運動させていく中で、自然と授業の目的を経験していくことのできる授業  
： %  
子ども達に運動の目的を意識させ、子ども達がそれに向けて工夫を行っ  
ていく授業  
： %  
上記2点の混合形態  
： %
2. 授業目的の明確さについて
3. 授業の楽しさ、取り寄せ方について
4. 授業のマネジメント、先生の関わり方・行動について
5. その他、指摘された点について
6. 自分自身で授業を振り返り、良かった点と反省すべき点のまとめ

## 15 限目. まとめ

最後の授業では、これまで行ってきた模擬授業を総評するとともに、体育授業を立案し、組み立てていく上で考えるべき点についてまとめたプリント(資料2)を配付する。そのプリントをもとに、もう一度、小学校における体育授業をどのように考え、行っていくかを振り返る。また、本授業では触れられなかったものの、体育の授業で取り組んだ身体運動に関する作文や粘土細工あるいは絵など、国語や図画工作といった他の教科との関連を考えていくと、学びがより深くなることを考える。

## 3. おわりに

各セメスター終了時に行う授業評価アンケートでは、大学の講義全体の評価点が毎年約2.3(最大3.0)のところを「児童体育」は約2.8で推移している。よって、ある程度、授業実践に向けたトレーニングとしてこの授業は評価されているものとする。

教育実習での研究授業後の感想や教育実習後に提出する実習中に書かれた実習ノートの記述を見ると、「大学で模擬授業を行ってきたものの、自分の意図を

理解し、行動してくれる大学生とは異なり、実際の児童を相手にした授業は非常に難しい」という趣旨の記述が非常に多い。一見、このような感想は大学の授業で行われる模擬授業が現実の授業に対し役に立っていないのではないかという疑念を抱かせる。しかし、逆に言えば、これらは模擬授業で授業の立案から実施、そしてその反省と修正を行ってきた上でこそ得られる「現実の難しさ」に対する認識といえる。受講生数と授業時間の関係などから模擬授業担当者が複数になってしまうなど課題は多いものの、1つ授業を作り出す労力や授業立案時に抱いていたイメージと実際の授業での受講生（児童）の動きが違うことなど、将来教師を目指すうえで模擬授業は多くの「学び」を受講生に与えてくれる。特に、指導案の作成時、教材研究とともに授業中の児童の動きをイメージしながら「場の設定」を考えていくと、非常にアイデア豊かな「場」が生まれてくる。そのアイデアが模擬授業の数だけ受講生の財産となることは間違いなく、それらはまた新しい「場づくり」のヒントとなるだろう。なお、模擬授業担当者による模擬授業での反省点や修正すべき点、児童役となった受講生による授業評価の内容については別の機会にまとめて示したい。

### 参考文献

- 1) 厚生労働省. 第2部 基本事項 第1章 身体状況及び糖尿病に関する状況. 平成27年国民健康・栄養調査報告. pp.44-50, 2017
- 2) Helmrich SP. et al. (1991) Physical activity and reduced occurrence of non-insulin-dependent diabetes mellitus. *New England Journal of Medicine* 325 (3): 147-152
- 3) Okada K et al. (2000) Leisure-time physical activity at weekends and the risk of Type 2 diabetes mellitus in Japanese men: the Osaka Health Survey. *Diabetic Medicine* 17(1): 53-58
- 4) 文部科学省. 小学校学習指導要領. pp.123-136, 2017
- 5) 古和悟. 第II章 動きに構造を見つける 4. 動きに系統性を見つける. 教師のための運動学. 吉田茂, 三木四郎編. 大修館書店. 東京. pp.86-93, 2009

## 資料1. 模擬授業評価表

( )月( )日( )講師

この授業はどのような授業形態であったと思いますか？

- ( ) 運動させていく中で、自然と授業の目的を経験していくことのできる授業  
 ( ) 子ども達に運動の目的を意識させ、子ども達がそれに向けて工夫を行っていく授業  
 ( ) 上記2点の混合形態

評価項目	評価				
授業で何を学ばせたいか、その目標は明確にされ、伝えられていましたか？	はい	ほぼ	まあまあ	あまり	いいえ
授業の目的を達成するため、適切な「場」は作られていましたか？	はい	ほぼ	まあまあ	あまり	いいえ
授業の目的を達成するため、ルール等は工夫されていましたか？	はい	ほぼ	まあまあ	あまり	いいえ
授業は楽しかったですか？	はい	ほぼ	まあまあ	あまり	いいえ
先生は、授業の題材や課題をしっかりと理解していると思いませんか？	はい	ほぼ	まあまあ	あまり	いいえ
授業では精一杯動くことができましたか？	はい	ほぼ	まあまあ	あまり	いいえ
与えられた課題の難易度はどうでしたか？	難しい	やや難	適切	やや易	容易
「教えられる」のではなく、「適切な助言」をもらうことができましたか？	はい	ほぼ	まあまあ	あまり	いいえ
運動技術について、適切な助言を受けることができましたか？	はい	ほぼ	まあまあ	あまり	いいえ
子ども達同士が話し合い、工夫し、高めあっていく授業になっていましたか？	はい	ほぼ	まあまあ	あまり	いいえ
子どもたちの笑顔と笑い声そして真剣な表情が見られましたか？	はい	ほぼ	まあまあ	あまり	いいえ
マネジメント行動（説明・指示等）は適切な量でしたか？	多すぎ	多い	適切	少ない	少なすぎ
待機や移動の時間はどうでしたか？	多すぎ	多い	適切	少ない	少なすぎ
説明・発表・話し合い等の時間と実際に身体を動かす時間とはメリハリがありましたか？	はい	ほぼ	まあまあ	あまり	いいえ
相互作用（発問・応答・フィードバック・励まし等）は適切な量行われましたか？	多すぎ	多い	適切	少ない	少なすぎ
授業での約束事が明確で、スムーズに課題に取り組みましたか？	はい	ほぼ	まあまあ	あまり	いいえ
グループの作り方は適切でしたか？	はい	ほぼ	まあまあ	あまり	いいえ
授業を盛り上げる有効な言葉がけはありましたか？	はい	ほぼ	まあまあ	あまり	いいえ
成功の経験を味わえましたか？	はい	ほぼ	まあまあ	あまり	いいえ



小学校体育科における望ましい授業の立案と学習指導の方法

先生の行動					
授業開始時には休憩時間との区切りをつけるため、しっかり並ばせ、説明を聞ける体勢をとらせましたか？	はい	ほぼ	まあまあ	あまり	いいえ
集合時には、先生がよく見え、その話がしっかり聞ける工夫がされていましたか？	はい	ほぼ	まあまあ	あまり	いいえ
説明は、先生の話をしっかり聞ける体勢をとらせた後、1つ1つ子どもたちに確認を取りながら行っていましたか？	はい	ほぼ	まあまあ	あまり	いいえ
先生は、元気よく、大きな声で、ゆっくりと抑揚をつけて話すことができていましたか？	はい	ほぼ	まあまあ	あまり	いいえ
活動に向かうあるいは活動後に説明する場面はありませんでしたか？	なし	ほぼなし	数回	何度も	常に
Warming Up は、子ども達に声をかけながら、大げさすぎるぐらいダイナミックに、楽しく行えていましたか？	はい	ほぼ	まあまあ	あまり	いいえ
子どもたちの発表時は、発言している子どもの意見が全ての子どもに伝わるように工夫されていましたか？	はい	ほぼ	まあまあ	あまり	いいえ
授業のまとめは、漠然としたものではなく、授業の目的に対して行われていましたか？	はい	ほぼ	まあまあ	あまり	いいえ
授業のまとめは、子どもたちの発言に基づいて、先生がまとめていましたか？	はい	ほぼ	まあまあ	あまり	いいえ

【コメント】

## 資料2. 体育授業を組み立てていく上で考えるべき点について

### 1. 教師の責任

「身体運動を好きなものにするか、嫌いなものにするか」は、子ども達の生涯にわたる心身の健康を維持する上で非常に重要なポイントである。運動習慣は、生活習慣病などの疾病と深く関わる。「運動嫌い」になった子どもは、大人になっても「運動嫌い」になる可能性が高い。その意味で、身体運動に関わる教師は、「子ども達の生涯にわたる健康に責任を負っている」ことを自覚する必要がある。

### 2. 授業の目標

- 体育授業の目的は、「身体の処し方を学ぶ」ことにある。  
短期的な課題：身体をどのように使うとどのような結果が生じるか。  
長期的な課題：生涯を通じて健康であることの出来るペース作り（自らが積極的に楽しく運動を行える）。
- 体育の授業ではその種目自体だけを教えるのではない。その種目を通じて、身体運動に関する「何を体験させ、何を学ばせるのか？」が重要。
- 生涯にわたり「楽しく運動に参加できる」ために必要な技能を身につけさせる。
- 授業の第一目的は、「身体的に何を学ばせるか」であり、友達作り等は副次的な目標。

### 3. 授業の基本的な作り方 ～子どもが主役、先生は縁の下の力持ち～

- 授業の進め方には、大きく分けて2通りある。もちろん、この2つを組み合わせで行うことも可能である。
  - ① 運動させていく中で、自然と授業の目的を体験していくことのできる授業  
子ども達が授業の目的を効果的に体験できる「場作り」が成否の鍵 授業例) 鬼ごっこ
  - ② 子ども達に運動の目的を意識させ、それに向けて工夫を行っていく授業  
何を体験させ、何を学ばせるのかについて、どれだけ教材研究ができていいるかが成否の鍵 授業例) 器械運動、球技等
- 子ども達自らが課題を「わかってできる」授業を。そのためには、
  - ① 先生は、課題を「できる」ことより「わかっている」ことが重要（教材研究などによる客観的な捉え）
  - ② 先生は、子どもの動きに共感し、子どもの運動感覚から運動を捉える（経験などを元に）
  - ③ 先生は、「教えてしまう」のではなく、望むべき方向に対して「アドバイスをする」
  - ④ 子ども達同士が話し合い、工夫し、高めあって理解していく場作り

### 4. 授業を効果的に進めるためのポイント ～子どもたちの笑顔と笑い声そして真剣な表情が見られる授業～

- 運動目的を効果的に達成するために、また運動の楽しさや出来る喜びを十二分に味わわせることが出来るために、「場作り」を考える。そのためには、しっかりと教材研究を行うことが重要。
- できる限り説明等のマネージメントを少なくし、子ども達の運動量を多くする。ただし、特に低学年では、どこで何を行うかなどのマネージメントはしっかり行う。
- 見ている子どもを少なくし、活動に参加している子どもを多くする。
- 授業の内容は、既存のスポーツやそのルールに基づいたものでなくてよい。子どもたちの発達状態や授業の目的に合わせ、柔軟に変更する。
- 特に球技の場合、授業時間全てを練習に当ててはいけけない。必ず、その中に、授業の目的に絡めたゲーム的要素を含むようにする。
- 子ども達のモチベーションを高めるため、できる限り小道具を用いる。
- 他教科とリンクした授業を考える。例) 図画工作、国語（作文）等

5. 授業の進め方 ～先生は、「学者であり、医者であり、役者でなければならない」～
1. 授業開始時には、休憩時間との明確な区切りをつけるため、しっかり並ばせ、先生の説明をしっかり聞ける体勢をとらせる。
    - 並ばせ方の工夫（先生がよく見える・話がしっかりと聞ける）。
  2. 授業あるいは単元の初めには、必ず約束事を決めておく。
  3. 説明は、先生の説明をしっかり聞ける体勢をとらせた後、1つ1つ子どもたちに確認を取りながら行う（低学年になればなるほど）。
    - 元気よく、大きな声で、ゆっくりと。先生の気持ちは子どもに伝わる。
  4. 説明は、何度も同じことを言わなくて良いように、説明時に全て行う。子どもが動いてしまっただけからの説明は、子どもたちに届かない。
    - 活動を細切れにしての説明は、子ども達のモチベーションを低下させる。
  5. 説明・発表・話し合い等の時間と実際に身体を動かす時間とのメリハリをはっきりつける。
    - メリハリがないと、だらけた授業になってしまう。
  6. 授業はその目的を達成するために1本筋の通ったものでなくてはならない。「なぜ今から〇〇をするのか？」を明確にする。
    - 授業の開始時には、先時のことを踏まえて、本時は何をするのかについて明確にする。
    - 練習からゲームにかけて、「今まで行ってきた練習の何をいかしてゲームをするのか」を明確にする。
    - 終了時には、本時のことを踏まえて、次の時間には何をするのかについて話す。
  7. 先生は、動作を大げさすぎずぐらいダイナミックに。子どもに声をかけながら。
    - Warming Up は、授業のメインに関係するより低い強度レベルの運動を行う。ラジオ体操等を行う必要はない。楽しく、メインの内容に必要な準備ができるものを行う。
    - Warming Up が暗くても授業全体も暗くなる。
  8. ゲーム中など、先生は積極的に巡回し、子どもたちのモチベーションが高まるように、子どもたちに声をかけたり、授業の目的を再認識させる声かけをする。
  9. 子どもたちの発表時は、発言している子どもの意見が全ての子どもに伝わるように、発言している子どもの位置等を考える。先生は、子どもの意見を流さずに取り上げ、必ずまとめる。
    - 先生と発表している子どもとの1対1の関係になってはいけない。必ず、全ての子どもに伝わるようにするとともに、先生はその意見をもう一度、よりわかりやすくまとめて伝える。
    - 意図したものと違う意見をどうするか？異なる意見だからといって、無視してしまわない。ある程度、異なる意見を予想し、どのように狙った方向に向けていか考えておく。
  10. 話し合い（振り返り）を挟んで2度ゲームを行う場合、2回目のゲーム前には、「1回目のゲームをもとに、次はどうすべきか話し合ったことを考えながら2回目にいきましょう。」等の流れを作る。
  11. 授業の最終的な反省は、漠然としたものではなく、授業の目的に対して具体的に行う。
    - 設問は授業の目的に対するものにする。
    - 話し合いや活動中の子どもの様子を観察し、あらかじめ意図する答えが返ってくると考えられる子どもを選んでおくと効果的。
  12. 授業の反省は、必ず子どもたちの発言に基づいて行う。先生が1人でまとめてはいけない。子どもたちの意見を先生がまとめていく。
  13. 授業は、休憩時間との明確な区切りをつけるため、しっかり並ばせて終わる。

Planning and practice of physical education class  
at elementary school that was conducted in  
practice teaching sessions  
“Physical education for children (Jido-taiiku)”

Kazuyuki OGISO

**Abstract**

In this paper, several points that must be considered when physical education class is planned and practiced at elementary school are discussed on the basis of practice teaching sessions in class “Physical education for children (Jido-taiiku)”. Physical education is a subject to learn the behavior of living humans. Therefore, the elementary school teacher involved in physical education class must understand the basic mechanism of physical movement and the physical and mental growth and development of children, and they have to plan the class based on these theories. The “learning objective” and “devising the learning method” are particularly important in planning the class. It is necessary for the teacher to clearly show the objective to students and to give the physical education class that is devised to achieve the objective efficiently. However, it should be flexibly changed according to the activities of the students in the class (active or inactive), because the satisfaction of student’s desire to move as much as possible is closely related to their evaluation of the class. In such class, the teacher has to communicate technical advice to children in clear words that can be kinesthetically understood by them. In conclusion, the physical education class must have a clear objective based on the mechanism of human movement and be devised to achieve it efficiently. The teacher and students should take kinesthetic communication during the class.

**Key words:** learning method, learning objective, kinesthesia, courses of study,  
Teaching plan