

群 教 セ	G06 - 03
	平 17.228集

仲間と共に達成する楽しさを味わう 保健体育科の指導の工夫

— 器械運動領域にサポート活動を取り入れて —

特別研修員 山田 雅彦 (藤岡市立東中学校)

《研究の概要》

本研究は、保健体育科の学習において、「サポート活動」を取り入れることによって、仲間と共に達成する楽しさを学ぶことをねらいとしたものである。具体的には、器械運動領域のマット運動の学習において研究の各過程で、互いに技のできばえを判定し合い、自己の課題をつかみやすくしたり、励まし合い、認め合い、補助し合いながら課題解決に向けて練習するなどの学び合う活動を行った。

キーワード 【保健体育一中 器械運動 マット運動 サポート活動 学び合い】

I 主題設定の理由

今日、子どもたちを取り巻く環境が大きく変化したことによって、「遊び」も大きく変わってきた。これまで、「遊び」は、子どもの身体的な成長を促すだけでなく、その中で、仲間とかかわることによって、精神的な成長や社会性の発達を促してきた。しかし、幼少年期における仲間同士の交流の機会が少なくなり、社会性を身に付けにくくなっていると考えられる。保健体育科でも、運動における競争や共同の経験を通して、公正な態度や協調性を身に付けられるようにすることを目標の一つに掲げている。日頃の授業の中で生徒一人一人が仲間と活動を見合ったり、教え合ったりしながら自分の課題をつかみ、解決方法を見いだして、達成する楽しさを味わい、生涯において運動に親しむ生徒になってほしいと願っている。

本校生徒の保健体育科の授業における意識調査の結果から、「友達に励まされた」「友達から褒められた」など賞賛、承認、激励されたときには意欲がわいてくるが、「失敗したときに笑われた」「順番を守らない人がいる」など、仲間の言動によって意欲が減退してしまったという意見もあった。仲間とのかかわり方が意欲や技能の向上にも影響し、楽しさを味わう上で重要な要素となることがわかった。

また、器械運動の学習は「何度やってもできない」「難しくてよくわからない」「できることが限られている」など、上達したいという気持ちは

もっていても、一人では解決できない技術的な難しさがある。しかし、中には、「友達がコツを教えてくれたのでできた」「できない子に教えたら、できるようになった」など、仲間とのかかわりの中で、互いに教え合いながら成功した経験から器械運動を好意的にとらえている者もいる。

これまでの器械運動の授業では、自分の習得していない技の克服に向けて努力することに、最も力が注がれてきた。それは、楽しさを味わう大きな要因として技能の向上があるからである。そのため、互いに見合う活動や教え合う活動も取り入れてきた。しかし、互いの技や動きをどんな視点で見るといいのか、できない人にはどんなことをどんなふうに教えてあげればよいのか、など仲間同士のサポートの仕方について指導者から明確に示したり、支援したりすることが少なかった。そこで、技のできばえについて努力の必要なところをグループ内で具体的に指摘し合うことで個人の課題をつかみ、その課題解決のための段階的な練習方法や補助の仕方を考え実践する場を教師側で意図的に位置づけることが必要であると考えた。

したがって、本研究では、生徒が互いの運動に取り組む姿を確かめ合い、技の「コツ」を押さえたアドバイスをしたり、練習における補助の仕方を理解し実践したりするなどのサポート活動を取り入れることで、仲間と共に、互いの課題解決に向けて協力し、達成する楽しさを味わうことができるであろうと考え、本主題を設定した。

II 研究のねらい

仲間と共に達成する楽しさを味わうために、器械運動の指導において、サポート活動を取り入れたことの有効性について実践を通して明らかにする。

III 研究の見通し

- 1 つかむ過程で、技の具体的な評価の視点を示したアドバイスカードを用いて課題を確かめ合うためのサポート活動をすれば、運動している自分の姿が客観的に分かり、自己の課題がはっきりとつかめるであろう。
- 2 追求する過程で、段階的な練習方法を示したテクニカルシートや補助の仕方を示したサポートシートを用いて、運動のコツを押さえて学び合い、技能を習得するためのサポート活動をすれば、個に応じた技能を高めることができるであろう。
- 3 振り返る過程で、アドバイスカードを用いて仲間との練習の成果を確認し合うためのサポート活動をすれば、自己の学習の成果が客観的に分かり、それを互いに認め合うことで、運動の楽しさを味わうことができるであろう。

IV 研究の内容

1 研究の内容

(1) 「仲間と共に達成する楽しさ」について

器械運動の楽しさは、技が「うまくできる」ようになったり、新しい技への挑戦が可能になることによって味わうことができる。また、できた技の「コツ」がわかり、その「コツ」を仲間に加え、仲間ができるようになったり、反対に、教えてもらって自分が上達したときに楽しさはさらに深まる。しかし、個人種目のためできたかどうか自分の姿をイメージしたり、客観的に捉えたりすることは難しいため、仲間同士の教え合いや観察による相互評価を生かすことでより効果的に練習を行うことが大切になる。そこで、受容的な雰囲気や教師が整える配慮をした上で、仲間同士で励まし合ったり、アドバイスや補助し合ったりして、練習を工夫しながら課題解決に向けて活動すること

により楽しさを味わえると考える。

ア 仲間と共に達成する楽しさを味わえるようになるために学習活動で大切にしたい子どもの姿

- 自ら進んで分からないところを質問したりアドバイスをもらって、できない運動にも尻込みせずに積極的に挑戦する。
- 仲間が上達したときやできない運動が克服できたときには賞賛の言動をとる。また、相手の失敗を馬鹿にしたり、笑ったりせずに、受容的な態度をとる。
- 運動のコツを理解して学び合い、技能を向上させたり習得したりする。

イ 肯定的な人間関係づくりへの配慮

仲間と一緒に活動する楽しさを味わうためには、技術的な課題だけでなく、人間関係を豊かにするための言葉かけや態度が大切になる。そのために、仲間が上達や成功したときには、「すごい」「うまい」「いいぞ」と声をかけたり、拍手したりするなどの賞賛する言動を、また、技を失敗したり、今一歩だったりした時には、技術的なアドバイスとともに「おいしい」「ドンマイ」など、励ましの言動をとるよう教師から積極的に働きかける。同時に、「ヘタ」と言ったり、嘲笑やふざけた態度など、危険ややる気が失せてしまうような言動はしないよう約束事とする。

(2) 「サポート活動」について

生徒が達成の楽しさを味わうことができるようにするためには、まず、自分の動きや技のできばえを客観的に捉えることから始まる。そのために、生徒が互いの技のできばえを相互に評価し合い、よさを認め、欠点を指摘し合う活動が必要となる。また、課題解決に向けて段階的に練習する場面では、怖さを取り除いたり、コツをつかんだりできるよう、補助し合い、伸びを認めて教え合う活動を取り入れていくことが大切である。このような活動をサポート活動として捉え、それぞれの過程で以下のような具体的な活動を行うこととした。

ア 課題を確かめ合うためのサポート活動〈つかむ過程〉

着手のしかた・視線・姿勢など、技における具体的な評価の視点と基準を示したアドバイスカードを用いて、グループ内で自己評価・相互評価をし、課題を的確につかむ。

イ 運動のコツを押さえて学び合い、技能を習得するためのサポート活動〈追求する過程〉

テクニカルシートを用いて、それぞれの課題に

あった系統的な段階練習を選び、技の補助の仕方を記したサポートシートを活用し、補助者の役割を明確にして、仲間同士で安全に助け合いながら取り組むことで仲間の技の習得に協力する。

ウ 仲間との練習の成果を確認し合うためのサポート活動<振り返る過程>

発表会を通し、仲間との練習の成果を発表し合い、アドバイスカードを用いて技のできばえやつながりを互いに判定したり、助言したりして、自

分の学習の成果を客観的に捉え、互いに成果を認め合う。

また、サポート活動を効果的に行うためには、個人の能力に応じて各自が技を選択し、その技を学習しようとする仲間同士の協力体制を大切にしながらグループで活動を行うことが重要である。そこで、サポート活動は、それぞれの練習場面において、原則として3～5人の課題別のグループで固定せずに行うこととした。

2 研究の方法

研究の見通しに基づき、次のような計画で授業実践及び検証をする。

(1) 授業実践計画

対 象	藤岡市立東中学校	1年4組 (男子17名、女子16名)	計33名
単 元	器械運動(マット運動)	時期・時間	平成17年10月中旬～ 13時間予定

(2) 検証計画

検証項目	検証の観点	検証の方法
見通し1	つかむ過程で、技の具体的な評価の視点を示したアドバイスカードを用いて、技の着手や頭の位置、視線、つま先、回転の大きさなどについて相互評価(判定)をし、それに基づいて助言するサポート活動を取り入れたことは、運動に取り組む自分の姿を客観的に捉え、自己の課題をはっきりとつかむことに有効であったか。	○学習カードの記述内容の分析 ○教師による観察
見通し2	追求する過程で、もう少しでできそうな技に挑戦するときに、補助の仕方を示したサポートシートや練習方法の段階を示したテクニカルシートを用いて、運動のコツを押さえながら教え合うサポート活動を取り入れたことは、個に応じた技能を高めることに有効であったか。	○技能テスト
見通し3	振り返る過程で、グループごとに発表会形式で練習の成果を発表し合い、アドバイスカードを用いて技のつながりや技のできばえを判定し、相互評価、自己評価するサポート活動を取り入れたことは、自分の学習の成果を客観的に捉え、それを互いに認め合い、運動の楽しさを味わうことに有効であったか。	○「集团的・協力的な活動を評価する形成的評価」の分析

(3) 抽出生徒

生徒A	運動能力に優れているが、仲間と共に活動することが苦手である。自分の能力を生かしながら仲間と共に励まし合ったり認め合ったりするサポート活動を通して、仲間とかかわり合う活動のよさに気付かせ、運動の楽しさや喜びを味わわせたい。
生徒B	自分の課題に対しては努力することができるが、器械運動を苦手と感じている。仲間と共に活動することも苦手である。自分の良いところや欠点を友達に指摘してもらったり、教えてもらったりすることによって、共に励まし合い、認め合って向上する喜びを味わわせたい。

V 研究の展開

1 単元の考察、目標及び評価規準

考 察	器械運動は、「器械・器具」という固定された条件のもとでの非日常的な動きを通して空間認知能力をはじめ、筋力・瞬発力、調整力を養うことができる運動である。また、その練習過程で、集中力・忍耐力などの精神力や協調性などの社会性を身に付けることができる。技を習得するために必要な基礎技能や類似の運動を段階的に身に付けながら「できるようになる」達成感や「うまくなる」習熟の喜びを感じ、目標とする技の習得を計画的に達成できるところに楽しさがある。単元を通して、同じ課題をもつ仲間同士で、見合うポイントをはっきりさせ、正しく有効な補助を行うことで、仲間と共に達成する楽しさを味わうことができる。	
目 標	○課題を明確にし、その課題解決に向けて技のコツや補助の仕方を理解し、段階的な練習方法を工夫して仲間と共に、進んで器械運動に取り組み、技をよりよくできるようにする。	
評 価 規 準	○器械運動の特性に関心をもち、楽しさや喜びを味わえるように進んで取り組もうとする。 ○互いに協力しながら、器械・器具を点検し、安全に留意して練習をしようとする。 【関心・意欲・態度】 ○自分の能力に適した技を習得するために、練習の仕方を工夫している。【思考・判断】 ○器械運動の特性に応じた技能を身に付け、その技能を高めて運動することができる。【技能】 ○器械運動の特性や学び方、技術の構造を理解するとともに、練習の仕方や技のできばえの確かめ方を理解し、知識を身に付けている。【知識・理解】	
具 体	おおむね満足できる状況 ア、運動や健康・安全への関心・意欲・態度	十分満足できる状況 ①仲間と互いに教え合い補助しようとする。 ②できる技をより上手にしようとするとともに、新しい技の獲得をめざそうとする。

の 評 価 規 準	③安全に気を付け、準備や片付けが進んでできる。	②できる技をより上手にしようとするとともに、新しい技の獲得を意欲的にめざそうとする。 ③安全に留意し準備や片付けを仲間と協力して進んでできる。
	イ、運動や健康・安全についての思考・判断	
	①アドバイスカードやテクニカル・サポートシートを活用しながら自分の能力にあった課題をつかもうとしている。 ②課題達成のために適切な場や段階的な練習方法を選んで活動しようとしている。 ③正しい補助の仕方を知り、技のコツを捉えようとしている。	①アドバイスカードやテクニカル・サポートシートを活用しながら、自分の能力にあった課題をつかもうとしている。 ②課題達成のために適切な場や段階的な練習方法を工夫・改善しようとしている。 ③正しい補助の仕方を理解して、技のコツを教え合い、できればについてアドバイスしようとしている。
	ウ、運動の技能	
準	①自分の能力に適した技に取り組み、その技のできばえが向上し、技ができる。 ②できる技を組み合わせる連続技ができる。	①自分の能力に適した技に取り組み、できばえが向上し、技が大きく、ダイナミックに、なめらかにできる。 ②つながりを考えて組み合わせる連続技ができる。
	エ、運動や健康・安全についての知識・理解	
	①練習方法の工夫・技のコツや段階的な練習方法や簡単な補助の仕方などについて理解し、技のこつを伝えることができる。	①練習方法の工夫・技のコツや系統性・補助の仕方などについて理解し、仲間を補助したり助言したりすることができる。

2 指導と評価の計画(13時間)

時間	学習活動	支援及び指導上の留意点	評価項目 (方法)
課 題 を つ か む	1 ○オリエンテーションを行う。 ・学習のねらいを理解し、学習の進め方を見通す。	○学習計画、活動内容の説明をする。 ・「アドバイスカード・テクニカルシート・サポートシート」の活用の仕方を見合物を用いて説明する。 ・用具の配置や準備、後片付けの安全な方法を図や掲示物で説明する。	
	2 ○「できる技」について、アドバイスカードを用いて仲間同士で協力して課題を確かめ合い、自己の課題をつかむ。 (見通し1)	○「できる技」について、自己の課題が確認できるように、グループ内でアドバイスカードをもとに見合い、判定し合いながら進めるように、指示する。(見通し1)	○①③ (活動の観察・学習カードの記述) ○エ① (行動の観察)
	5 ○今できる技を上手にしたり、できる技を連続したり組み合わせたりして楽しむ。 ・場や用具を工夫した系統的な段階練習をグループ内で行う。 ・安全かつ確実に補助を行う。 ・仲間同士で協力して課題を確かめ合うためのサポート活動を行う。	○いくつかの技を組み合わせ、連続技を練習するよう伝える。 ○技がさらに大きく、ダイナミックにできるように、パソコンソフトや学習資料を使って、完成フォームをイメージできるようにする。 ▲取組が消極的な生徒へは、練習の仕方を支援したり、グループ内のサポート活動に積極的にチャレンジするよう助言する。	○イ①②③ (行動の観察・カードの記述) ○ウ② (行動の観察・学習カードの記述)
追 求 す る	6 ○自己の課題解決に向けて練習する。 ○がんばればできそうな技に挑戦して楽しむ。 ○「もう少しでできそうな技」についてテクニカルシートを用いて、運動のコツを押さえて練習方法を工夫し、サポートシートに基づいた場の工夫や補助の仕方を生かして挑戦する。(見通し2) ・場や用具を工夫した系統的な段階練習をグループ内で行う。 ・補助の仕方を知る。 ・安全かつ確実に補助を行う。	○各自の課題に応じた練習の場を選べるように事前に実態を把握し、場を準備する。 ○「もう少しでできそうな技」について、テクニカルシートに基づいて系統的な段階練習をするようアドバイスする。 ○サポートシートに基づいて、補助の仕方を安全かつ的確にできるように支援する。(見通し2) ○実態に合った練習方法や補助の仕方を選んでるかを学習カードで確認して適宜カードにコメントし、助言する。 ○互いに教え合いやすい温かい雰囲気をつくるために友達の技を見たら必ず声	○イ② (行動の観察・学習カードの記述) ○ア①② (活動の観察・学習カードの記述) ○エ① (行動の観察) ○イ②③ (行動の観察・学習カードの記述) ○ウ①

			をかけるよう助言する。 ○できる技をつながりを考えて組み合わせ、連続技を練習するよう伝える。 ▲練習の様子を観察し、技能が伸びない生徒には、個別指導をする。	(行動の観察・学習カード) ----- ○ウ① (行動の観察・学習カード)
振り返る	12	○発表会を行う。 ○仲間との練習の成果を発表し合い、アドバイスカードを用いて練習で向上した技を確認し、認め合う。(見通し3)	○アドバイスカードを用いて互いのできばえを見合うことを確認する。 ○一人一人の良かった点について積極的に認め合うよう助言する。(見通し3)	○ア① (学習カードの記述) ----- ○ウ② (行動の観察・学習カード)

▲努力を要する生徒への支援

VI 研究の結果と考察

1 つかむ過程で、技の具体的な評価の視点を示したアドバイスカードを用いて、技の着手や頭の位置、視線、つま先、回転の大きさなどについて相互評価(判定)をし、それに基づいて助言するサポート活動を取り入れたことは、運動に取り組む自分の姿を客観的に捉え、自己の課題をはっきりとつかむことに有効であったか

今もっている力のできる技のできばえについて、グループ内で、相互判定を行った。運動をしている自分の姿を客観的に捉えるために観点を絞ったアドバイスカードを用いて判定し合ったことにより、自己の伸びと課題を明確にできた。その後、課題解決に向けて、グループ毎に場を工夫し練習を行った。グループは選択した種目毎に毎時間3～5人に編成して助言し合うなどのサポート活動を行った。

ほとんどの生徒が、技の具体的なポイントと模範演技が図示してあるアドバイスカードを活用しながら、互いの技のできばえを熱心に判定し合い、改善点を指摘し合ったり、うまくできたところをほめ合いながら、カードに記入していた。

判定を巡って、自分では大きく跳んでいるつもりだったが、友達からの「大きく跳んでない」という判定結果を受け入れられず、ビデオに撮って確かめ合うことにより、初めて納得するという場面も見られた。その後、この生徒は、大きく跳んでまわれるよう練習方法を選択し、技を上達させることができた。

生徒の中には、できる技を練習することに、始めはあまり興味をもてない者も多かった。しかし、練習を進めていく中で、アドバイスカードを使うことにより、客観的にきれいに見せるためのポイントを意識して練習するようになり、ダイナミッ

クに、大きく、きれいにレベルアップしていく自分の姿を実感し、自分でできている技をよりよくするために意欲をもって取り組めるようになった。

抽出生徒A(以後A)は、得意とするとび前転や開脚前転を、自分一人だけで積極的に練習していた。しかし、技のポイントや形をあまり意識せず、マットの上で回ることの楽しさを味わっていた。その後、側方倒立回転の練習の時に、アドバイスカード(資料1)でグループの友達から膝の曲がりや足の形を指摘され、次第に「今の技はどうだった?」「まっすぐに伸びていた?」「どうやるの?」など同じグループ内の友達の判定に耳を傾けるようになり、進んでコミュニケーションをとるようになった。

資料1 Aのアドバイスカード

側方倒立回転				友だちからのコメント	証
①	②	③			
10/24	4	2	3	足がまがっている。最初が良かった。	小
10/24	4	3	3	ひじをのばすように	中高
10/24	4	3	3	ひざが伸びておろせばよし	高

本人の授業後の反省にも、友達との教え合いによって、自分の改善点があり、そこを意識して練習した結果、技がうまくできるようになったことについて書き記していた。

抽出生徒B(以後B)は前転と開脚前転に取り組んでいた。前転の判定ではグループ全員から頭の着き方について指摘され、その克服にむけて段階的練習にサポートし合いながら取り組んで、徐々にできるようになった。3時間目からは着地時の膝の開きを指摘され、意識して練習していた。友達のアドバイスから課題を意識して練習に取り

組んだことで、技の完成度は高まり、友達の判定も高得点が多くなった。また、友達から「前より、すごく上手になったね。」とほめられ、満面の笑みを浮かべながら前向きに取り組む姿が見受けられた。授業中におけるサポート活動に関する評価も、初めの授業より高くなっている。

アドバイスカードを用いて相互評価（判定）をし、それに基づいたサポート活動を取り入れたことは、自分の技のできばえを客観的に捉え、自己の課題をはっきりとつかむ上で有効であったと考える。

2 追求する過程で、もう少しでできそうな技に挑戦するとき、補助の仕方を示したサポートシートや練習方法の段階を示したテクニカルシートを用いて、運動のコツを押さえながら教え合うサポート活動を取り入れたことは、個に応じた技能を高めることに有効であったか

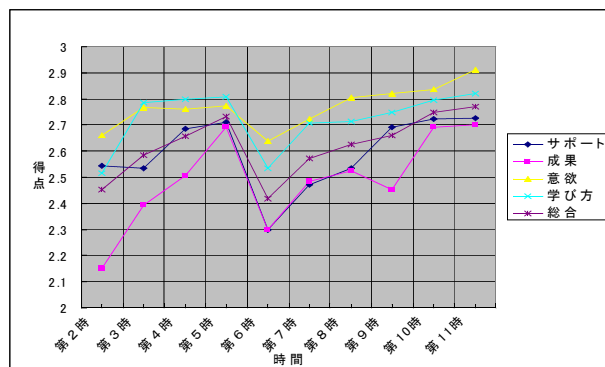
今の力ではできないが、もう少しでできそうな技をそれぞれの生徒が選択し、同じ技を選んだ者同士が3～5人のグループでサポート活動を行いながら技の克服を目指した。生徒は、自分の選んだ技の段階的な練習方法を示したテクニカルシートと補助の仕方を示したサポートシートを学習カードに添付し、それを学習資料として参考にしながら、友達とサポート活動を行い各自が目指す技に取り組んだ(資料2)。

資料2 サポート活動の様子



資料3は、形成的授業評価の「協力」の項目を「サポート」とし、細かく6つの内容に分けて実施した結果である、それによると、つかむ過程で上昇した得点が、追求する過程に入って、いったん低下した。これは、学習内容が変わり、授業中における教師のガイダンス的な説明が多くなったことと、内容が「できる技」から「できない技」に変わったため、練習方法がわからなかったり、達成感を味わえなかったりしたことが原因と思われる。また、新しい技は容易には克服できないため、その後の「成果」の項目は、横ばい状態が続いたが、「意欲」や「サポート」、「学び方」の項目では確実に得点の上昇が見られた。

資料3 つかむ過程(2～5時)から追求する過程(6～11時)での形成的授業評価の推移



その理由として、一つは、自分の今もっている力のできばえを友達と確認しながら、テクニカルシートで自分の課題解決にふさわしい段階練習を行うことで、少しずつできるようになっていく自分の姿をしっかりと捉えて実感することができたことが考えられる。もう一つは、サポートシートで補助の仕方や技のポイントを確かめ、帯を使った補助や、互いを支え合ったりするサポート活動をグループ内で進めていくことで、意欲的に取り組むことができたことによると考える。

授業後、多くの生徒が感想の中で、「伸膝前転がなかなかできなかったけど、友達に手伝ってもらってできたときはうれしかった。」など、難しい技のできばえが向上したり、できるようになりして達成感を味わえたことを挙げている。また、「少しだけでも上手になったことを、友達がほめてくれたのでやる気になった。」など、技を克服する段階的な練習における友達からの助言や励まし合い、補助などのサポート活動により、意欲が高まり、技能を向上させることができたことに触れている。

Aは、ハンドスプリングを選択した。一度も経験したことがない技のため、テクニカルシートの基本となる補助運動から始めるよう指示した。Aは、初めは怖がっていたが、グループの仲間に倒立を支えてもらいながら跳び箱上からの倒立降りに挑戦した。序々に恐怖感が薄らぐと、熱心に繰り返し練習し、上手に降りられるようになった(資料4)。

資料4 Aの取組の様子



練習が進むにつれ、グループのメンバーと一緒に

にサポートシートで補助の仕方を確認したり、パソコンソフトの模範演技を見に行ったりと、技の克服に向けて積極的に取り組んでいた。その後、腰に柔道の帯を巻き付けて、腰の位置を高く保ちながら回転できるよう交代で補助し合う練習を始めた。しだいに、感覚をつかめた様子で、後半になると「今は足が曲がってたよ。」「頭が入ってた。」など、1回毎に互いに技のできばえについて自然に意見を交わすようになっていた。Aは序々にハンドスプリングが完成に近づくことがうれしくて、何度も何度も繰り返し練習し、熱心に取り組んだ。授業後の感想でも、できるようになった喜びと友達と教え合うサポート活動によって克服できたことを書き記している（資料5）。

資料5 Aの感想文

ハンドが最初やるのがわかって練習もこわがたけど3時間くらいはハンドの糸束習がおもしろくなってきました。そしてハンドがぶつつかのマットの上で立てるようになってとてもおもしろかったです。それに、ハンドがぶつつかの時に色々と友達にこうしたほうがいいよと言われて帯も使ってやるのが楽しかったです。

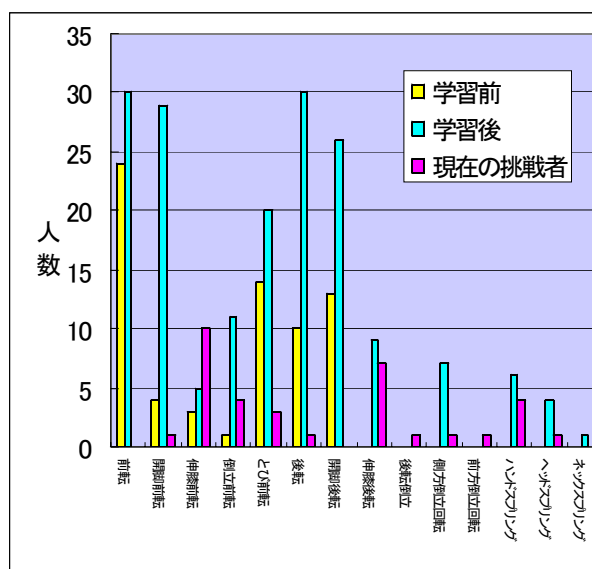
Bは開脚前転を選択し、練習に取り組んだ。グループでは同じ種目を選択している者の中から面倒見の良い子や落ち着いた生徒を意図的に組ませ、サポート活動が行いやすくなるよう配慮した。その後の活動で、なかなか自分からは人にアドバイスはできなかったが、友達の練習を補助したり、友達からの助言や賞賛をたくさん受けることができ、明るい表情で練習することができた。開脚前転の練習では、重ねたマットからの前転を始めたが、なかなか足を伸ばして立つことができなかった。同じグループのメンバーも足が伸ばせない生徒が多かったため、グループ全体でサポートシートを見直すよう助言した。そこから柔道の帯を使った練習を選択し、重ねマットと併用して練習に取り組んだところ、コツをつかむことができ、Bは一度だけではあるが足を伸ばしたまま立つことができた。Bの感想には、サポート活動により上達することができた喜びが書き記されていた（資料6）。

資料6 Bの感想文

マット運動は最初はちょっとやだなと思いましたが、やってみると楽しくなりました。前転は、足がどうやら来るようになってきました。開脚前転でも足がしっかりと伸びたと思います。友だちと教え合ったりいろいろな場面で練習して、できない技ができるようになったからです。

これらのことから、もう少しでできそうな技に挑戦するとき、補助の仕方や助言のポイントを示したサポートシートや技の克服に向けた段階的な練習方法を示したテクニカルシートを用いて、運動のコツを押さえながら教え合うサポート活動を取り入れたことは、個に応じた技能を高めることに有効であったと考える（資料7）。

資料7 学習前と後のできる技の推移



3 振り返る過程で、グループごとに発表会形式で練習の成果を発表し合い、アドバイスカードを用いて技のつながりや技のできばえを判定し、相互評価、自己評価するサポート活動を取り入れたことは、自分の学習の成果を客観的に捉え、それを互いに認め合い、運動の楽しさを味わうことに有効であったか

生徒は、今までの練習の成果を発揮して、できる技を6個～8個（同じ技の繰り返しも認める）組み合わせ、連続技を組み立てた。マット運動に関する意識調査から大勢の前での発表会に抵抗感を示す生徒も多いためグループ内の発表とした。また、追求する過程で同じ種目を練習していた者同士で行ったことで、恥ずかしがったりせず、意欲的に発表することができた。判定では、事前に自分の連続技の中に組み入れた技についてのアドバイスカードを学習カードに貼って準備し、当日の発表会で友達に示せるようにした。さらに、アドバイスカードに示されている具体的な評価の視点を意識して判定を行い、ただ単に、「上手だった。」「きれいだった。」というコメントは、避けるよう助言した。また、一度の試技では判定しきれないので、休憩をはさみながら一人3回試技

を行った。このことにより、生徒は連続技に組み込まれた一つ一つの技のできばえを細かく見ることができ、学習カードには、膝の曲がりや、つま先の伸び、手のつきかた、回転のスピードなどについての具体的なコメントが多かった。演技が終わると、演技者は「どうだった？」と聞いたり、判定する側も、演技についてのアドバイスをしたり、学習カードへコメントするほかに、認め合い、高め合う姿が見られた(資料8)。

資料8 授業後の生徒の感想

はじめの前は、おもしろいとは思っていましたが、マットがやわらかいうちに、どんどん好きになってきて、とても楽しかった。とても楽しいと思ったのが、できたかた、ハンドスプリングとヘッドスプリングができてきて、それ以外のポイントも、おもしろいと思っていたよりも難しく、大変でした。友達にアドバイスをもらって、自分でもできるようになった技がありました。連続技の発表会は、何度も失敗してはまた技が2回目からは、自分ができたことを考えて、成功するこころができました。マットも好きになれてとてもうれしかったです。

Aは連続技の最後の技に、できるようになったばかりのハンドスプリングを組み込んだ。1回目から上手に決め、友達から拍手、喝采を受け、満足そうにしていた。しかし、簡単な技について膝の曲がりや技のつながりについて指摘され苦笑いをしていた。2回目には、つながりや技の細かなポイントを意識しながら演技していた。友達を判定するときにも、ポイントを意識して、しっかりコメントしていた。

Bは、発表会で、これまで練習してきた伸膝前転を未完成ではあるが、組み入れて行った。結果として立てなかったが、前転や後転など、できる技を組み合わせると膝やつま先を意識して、ゆっくりときれいに回ることができた。伸膝前転について、友達から、「膝の伸びはきれいだが、回転スピードが足りない。」というコメントをもらい、発表の合間に練習を繰り返していた。

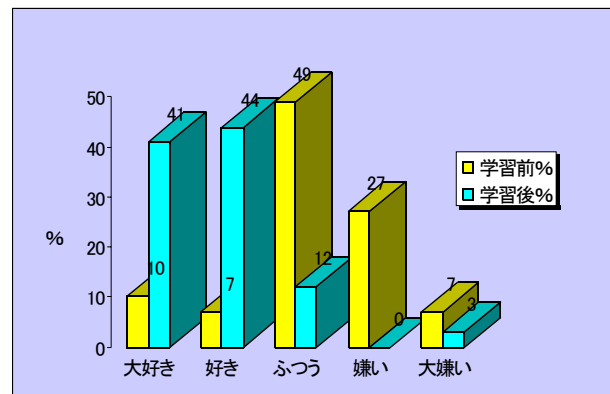
以上のことから、グループごとに発表会形式で練習の成果を発表し合い、アドバイスカードを用いて技のつながりや技のできばえを判定し、相互評価、自己評価するサポート活動を取り入れたことは、自分の学習の成果を客観的に捉え、それを互いに認め合い、運動の楽しさを味わうことに有効であったと考える。

VII 研究のまとめと今後の課題

○ 仲間とともに達成する楽しさを味わわせるために、サポート活動として、アドバイスカードやテクニカルシート・サポートシートを取り入れたことにより、生徒は自分の姿を客観的に捉え、自分の課題解決の方法を見つけ、運動のコツを押さえた上で、仲間同士の教え合いや観察による相互評価を生かしながら、効果的に練習を行うことができたと考える。その結果、多くの生徒が新たな技に挑戦し、できるようになり、さらに、難しい技への挑戦を始めた。

学習前、マット運動に抵抗感を示していた生徒も多かったが、仲間と共に達成する楽しさや技の向上や克服による達成感・成就感により、器械運動の楽しさを十分に感じることができ、好意的に捉えられるようになった生徒が多くみられた(資料9)。

資料9 マット運動に対する意識調査結果



○ 生徒が互いに評価し合う場面では5段階で得点をつけた。アドバイスカードで評価の視点を示してはあるものの、判定基準が曖昧で客観性が乏しかった。教師側で、具体的な判定基準を定めて、共通理解を図ったり、練習の場面から、判定基準を意識した支援をしたりして、生徒同士でより効果的なサポート活動ができるように配慮していきたい。

〈参考文献〉

- ・高橋健夫 林恒明 藤井喜一 大貫耕一 編著 『マット運動の授業』 大修館書店(1988)
- ・学校体育別冊『楽しい運動例と指導ことば集』 日本体育社(1995, 9増刊号)
- ・高橋健夫 編著 『体育授業を観察評価する』 明和出版(2003)