



大澤 論
さいたま市立常盤小学校教諭

子どもの
学習カードで
チェック

コロナ禍における 体育授業の工夫

新型コロナウイルスと体育授業

新型コロナウイルス感染拡大に直面したことで、私たちは経験したことのない体育の在り方を探ることになりました。

- 3つの密（密閉・密集・密接）を避け、ソーシャルディスタンスを確保する。
- 共有物をできる限り避け、こまめに消毒する。
- 活動中は不必要に大声を出さないように指導する。
- 授業後は手洗い・うがいをを行うように指導する。
- 地域の感染状況に応じて、活動人数や活動時間を考慮する。

など、多岐にわたる配慮をして、体育授業を行わなければならないのが現状です。

そのような中、「できない」と考えるのではなく、「どこまでなら、どうすればできるか」と考え、全国の学校では、多くの苦勞と工夫を重ねながら「コロナ禍における体育授業」が実践されています。

コロナ禍で行われた国内初の体操国際大会の閉会セレモニーで内村航平選手が述べた、『「できない」じゃなくて『どうやったらできるか』をみんなで考えて…』という言葉は、まさに私たちが日々考えていることと重なるものでした。

また、今回の状況により、体育固有の存在意義や子どもたちが学校体育で学ぶ内容は何か、学習指導はどうあるべきかという教科の本質的な問題を突き付けられたのではないのでしょうか。オンラインの体育にはない「よさ」こそが、そのヒントになるかも知れません。これらのことは、多くの制約を受けながらになりますが、時代に合った新しい体育授業をつくるよい機会であると捉えることもできます。

感染予防対策を踏まえながら、「安心して運動に取り組む、運動がもつ本質的な面白さを味わうことができる体育授業」とは何か、問い直してみたいと思います。

コロナ禍の子どもたちの実態

緊急事態宣言や外出自粛要請により、大人も子どもも自宅で過ごす時間が増え、以前より体を動かす機会が減ったのではないのでしょうか。緊急事態宣言が解除され、学校が再開した後にいった体育授業では、体力が落ちたことを知り、運動の大切さを実感している児童が多く見られました。

6年「体の動きを高める運動」

リズムなわとびで最初の方は楽しんでいけたけど、最後の方はおぼろけでして、持久力が落ちてきていると感じていたので、これからつめていきたいです。

自己の現状について知ること、目指す姿（目標）が決まります。目指す姿をイメージできれば、頑張るべきこと（課題）がはっきりします。体育授業において、その時間に「ちょっと頑張れば解決できる課題」があることが、「主体的な学び」の第一歩となります。ここで大切なのは、「ちょっと頑張れば」ということです。解決困難な課題に前向きに取り組むことは中々できません。少なくとも、運動に苦手意識をもつ子どもには、無理難題といえるでしょう。

ですから、体育授業は得意不得意に関わらず、誰もが、「やってみよう」「頑張れば自分にもできそうだな」と思うことができる、運動とのよい出会いが何より大切だといえます。

コロナ禍において、体育の授業以外に思い切り体を動かすことがない子どもも少なくありません。だからこそ、運動の楽しさや心地よさ、喜びを味わうことができる授業が極めて重要になります。学校を出発点として、子どもが「(家でも) もっとやってみよう」と思える授業を目指して取り組んだ実践を紹介しました。

子どもたちがやってみたくなる 体育授業の工夫

実践
紹介

安心して 行う

臨時休校明けに、どの学校でも取り組んだことは、年間指導計画の修正だったのではないのでしょうか。本校では、3密を避け、共有物をなくす工夫が可能な「体づくり運動系」や「陸上運動系」に初めの単元を入れ替えました。

体づくり運動（体の動きを高める運動）の工夫

私が担当する6年生では、体づくり運動を行いました。不安を抱える子どもたちが安心して運動に取り組むことができるように、基本的な感染予防に加えて、次の2つの工夫を行いました。

- ①児童間の距離を2m以上確保するために、ケンステップを用いて、指定席を用意する。
- ②共有物に触れないように、軍手を着用させる。



体育中は1人でできる運動しかできなかったけれど、学校の体育はみんなできなくて、家でできる運動をして楽しかったです。

本質的な おもしろさを 味わう

コロナ禍における体育授業は、体育固有の教科の本質に目を向けるよい機会だと捉えることができます。子どもたちが運動課題に夢中になって取り組む中で、何をどのように学ぶことができるか。学びを深めるためには、どうすればよいか。子どもたちが学びやすくなるために様々な工夫ができそうです。

見通しをもって運動するための工夫

「何をすればよいかわかる」とことは、見通しをもつための第一歩だと考えています。活動をシンプルにすることで、運動のイメージをつかみやすくなり、運動課題が見えやすくなることにもつながります。

そこで、学びやすくするためのひと工夫が必要になります。動画や副読本などの資料を用いたり、課題解決のヒントになる情報をタイミングよく出したりすることを中心掛けて授業を行いました。



動画や本を使うことで、やり方がわかりやすくなったし、かでもっと頑張れた方が良かったと思います。

ボール運動（フラッグフットボール）の工夫

11月、コロナ禍で初めてボール運動（ゴール型）の授業を行いました。文部科学省からボール運動系のゴール型授業において、「学習活動の取扱い」が出されたように、近接をできる限り減らす工夫が必要でした。そこで、感染リスクを下げ、安心して取り組むことができるように、2つの工夫を行いました。

- ①近接を避けるために「フラッグ」をなくし、パスプレーに重点を置いた単元計画にする。*
- ②同じチームと対戦し、多人数と接触しない。

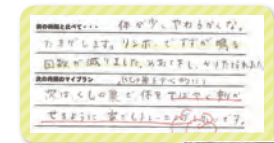


*フラッグフットボールには、ボールを持って走るランプレーとボールを投げてつなぐパスプレーがあります。

フラッグフットボールは、ボールを持って走るランプレーとボールを投げてつなぐパスプレーがあります。

学びをふり返り、次につなげるための工夫

学びを深めるには、「メタ認知を促す振り返り」が重要になると考えています。「わかった」「できた」「伸びた」ことを自己認識し、次の学習へ意欲を高めることができるように、学習カードの作り方を工夫しました。



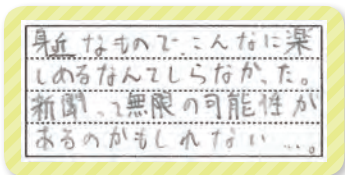
自分が今と比べてのやわらかさや、強さを知ることができたので、目標も達成することができました。少しずつ強くなれたことが、自分でもわかるので嬉しいです。

学校体育の「よさ」とは？

学校体育の「よさ」とは何でしょうか。3つの資質・能力ベースでの学びに向けて、「主体的・対話的で深い学び」が授業改善の視点で示されていますが、体育固有の「対話」は認識だけでなく、感覚や感情など人間がもつあらゆるものを使った交流が根底にあるからこそリアリティが必要不可欠であり、学校で行う体育授業だからこそできるものではないでしょうか。当然、「対話的な学び」には学習内容や学習課題があり、解決に向けてのプロセスが何より重要になりますが、対話するもの同士の対等な人間関係づくりも大切になります。

また、コロナ禍だからこそ、学校で学んだことを家庭でも生かすことができる内容も価値がありそうです。その際、身近な物を使うとよいでしょう。

例えば、新聞1枚でも様々な工夫ができ、マイ用具を使うことで感染症対策にもなります。



ソーシャルディスタンスを確保した隊形でも、友達の声を聞き取りやすいように、ハンズフリーマイクを使って声をひろっている場面



新聞棒が倒れないように移動

コロナ禍における体育授業の工夫 その成果と課題

成果

感染症対策について

学校は安全な場所でない限りありません。「リスクゼロ」は困難な課題ですが、限りなくゼロに近づけることはできます。施した様々な対策が子どもたちに伝わり、それが安心感につながりました。

軍手やマスク、接しぐをさげからの運動が多いので、安心して活動ができます。

運動の楽しさについて

体育授業の工夫が、つまらなさや物足りなさにつながってはいけません。運動がもつ本質的な面白さを大切にしながら授業づくりに取り組んだことで、子どもたちが満足感や達成感を多く味わうことができました。

かんせん対策がされたから、も楽しくできる工夫があって、体育がきらいな私でも楽しめました。

課題

活動の制限による必要な用具について

これまでと同じ活動ができなくなり、用具の数が不足しました。マイ用具の工夫も行いましたが、ボールやフープなどは数が必要になります。

次年度に向けて年間指導計画の整備とともに、用具の購入なども計画的に進めていく必要があります。



その他

子どもたちの遊び方にも変化が見られました。感染症対策を踏まえた行動が浸透し、接触の少ない運動を選び、マスクを着用して工夫して体を動かす姿を、校庭や公園で見かけます。