

今知りたい体育の授業づくり

体育はほかの教科と異なり検定教科書がなく、授業づくりに課題を感じている先生も多くおられます。体育の授業づくりに長年携わってきた白旗先生と、塩見調査官をお迎えし、体育の授業づくりについて、そもそも体育とはどんな教科なのか、よい体育の授業とは、という視点からお話いただきました。



日本体育大学
教授
白旗 和也



スポーツ庁政策課
教科調査官
塩見 英樹



体育とはどんな教科なのか

白旗：まず初めに、体育とはどんな教科なのか確認していきたいと思います。体育の特性について、学習指導要領も踏まえつつ、ご説明いただけますでしょうか。

塩見：学習指導要領の内容は、時代に応じて変わってきていますが、「子どもたちの生きる力を育てていく」という大きな方向性は変わっていません。白旗先生はご著書の中で、「体育は生きる力、すべてを育むことができる唯一の教科といえるでしょう」と書かれていて、私も深く共感しました。そもそも「生きる力」とは、「確かな学力」「豊かな心」「健やかな体」の3つのバランスがとれた力のことを指します。その中で、「確かな学力」について、今一度確認してみましょう。学校教育法で定められた学力の三要素は、学習指導要領において、「**育成すべき資質・能力の三つの柱**」として整理されています。



出典：文部科学省資料より作成

体育でアスリートを育てるわけではありません。「あの技ができるようになるためにはどうしたらよいか」と、

体の動かし方や運動感覚を身につけ、技を練習する。友だちと話し合っって課題を解決したり、友だちの取り組みを認めたり、協力して場をつくったりする。そういった中で、体育における資質・能力は育まれます。同時に、生涯にわたって心身の健康を保持増進し、**豊かなスポーツライフを実現**するための資質・能力を育成することも、体育という教科の大きな義務だと思います。

白旗：今お話しいただいた内容が、体育という教科をとらえるうえで、ベースとなる考え方ですね。

大切にしなければいけないのは、スポーツと教育の視点のバランスです。体育においてはこのバランスが「豊かなスポーツライフ」につながっていくと私は思います。スポーツにはいろいろな種類があるし、どこまでを目指すのか、どういう関わり方をするのかは人によってさまざま、一括りにできません。学校教育において必要なことは、一人ひとりが自分に合った運動との関わり方を見つけていくために、発達の段階に合わせて知識や技能、運動との関わり方、課題解決の仕方などを学び、基礎となる力を培うことです。そうすることで、スポーツと教育の視点、両方をバランスよく育てていけるのではないのでしょうか。

主体的・対話的で深い学び

白旗：塩見調査官はいろいろな所で体育の授業をご覧になっているかと思いますが、「主体的・対話的で深い学び」の視点で見た授業改善の成果として感じている点を、教えてくださいいただけますか。

塩見：多くの成果があるかと思いますが、今回は二つに絞ってお話しします。

一つ目は、技能の指導に偏ることなく、資質・能力の三つの柱をバランスよく育てる授業になってきているところが、大きな成果の一つとして挙げられます。

二つ目は、運動やスポーツとの多様な関わり方について考えることを意図した授業によって、**子どもたちが変容していった姿**を見たときに実感しました。

若手の先生が、初めて「タグラグビーを基にした易しいゲーム」の指導に挑戦した授業を見学したときでした。単元の最初、子どもたちは規則がわからずおもしろくないので意欲が上がらない。得意な子は苦手な子を責めて、責められた子はやる気を失う、といった悪循環に陥って、よい授業とは程遠い状態でした。そんな中で先生は、「する・みる・支える・知る」の視点で、運動やスポーツとの多様な関わり方を先生自身がお手本となって実際に見せたのです。たとえば、ゲームを一生懸命見て、「いまコートの右側が空いたよ」とアドバイスして支える大切さを示したり、まとめの時間でもそういう姿が見られたチームを価値づけていたりしました。すると子ども同士でも友だちを励ましたり、お互い意見を出し合って作戦を考えたりする姿が見られるようになりました。その結果、チームがまとまり、技能の習得につながっていきました。



白旗：とてもよい成果ですね。一方で、課題に感じる点としては、どんなものがありますか。

塩見：3点あります。一つ目は、**何のためにといった目的よりも、何をするかといった方法が議論の中心になってしまふところ**です。子どもたちの資質・能力を偏りなく育成するために、この主体的・対話的で深い学びの視点からの授業改善が示されたという点を先生方には改めて意識してほしいと思います。

白旗：日本の先生は真面目なので、形から入るところがありますよね。そうすると中身が伴わない危険性もある。成果として、子ども主体の授業を展開しようという意識のある授業が増えたと感じますが、形だけで目的を理解せず結果的に主体性を育んだとは言えない授業もたしかにあると感じています。

塩見：二つ目は「対話的」という言葉に着目しすぎてしまい、**必然性のない対話の時間を設けてしまう点**です。対話

をすることで運動をすることが更に楽しくなったり、理解度が高まったり、そういう学びの時間が設けられるように、授業研究を深めていただきたいなと思います。

白旗：子どもたちがよい対話をするには、対話をしたくなる状況をつくるのが大切です。加えて先生は、何を対話したらよいかを整理する必要もあります。授業での対話は課題を解決するためにするものです。

塩見：三つ目は、「主体的な学び」「対話的な学び」「深い学び」の**すべての学びを45分間の中に詰め込んでしまう点**です。1回の授業ですべてを実現させようとするのではなく、単元や学期の中でどのような活動を位置づけると子どもたちにどんな力が育つのか。指導と評価の計画をいま一度見直して取り組んでみていただきたいです。

よい授業をするには

白旗：塩見調査官は、「よい授業」をするためには、どんなことが大切だと思いますか。

塩見：「子どもたちの学力を保証できる授業」ととらえたときに、大切にしてほしいことを四つお伝えします。

一つ目は、**子どもたちをしっかりと理解すること**。子どもたちの現時点での姿を受け止めて、苦手な子どもにも寄り添い共感しながら授業をスタートする。そのためには、前年度の授業内容や、帰宅後の運動時間、これまでの運動経験など、子どもたちを取り巻く教育条件・教育環境を把握していこうとすることが大切です。



白旗：児童観のお話ですね。子どもをどう見るかがスタート地点だと、私も思います。もう一つ大切なのが、**運動とのよい出会いをつくってあげる**こと。楽しいだけで終わらずに、運動が苦手な子どもでも「これならできそう」という有能感を保証する。自分に合った課題解決ができる状況をつくってあげることで意欲も湧いてくるし、主体的・対話的で深い学びにもつながっていくと思います。

塩見：二つ目は、**教材研究を大切にすること**。先生も実際に体を動かしてみたり、周りの先生と一緒に学び合ったりしてみる。そのときの気づきを教材研究に生かすことが大切です。

さらに、子どもたちから見た運動の楽しさ、魅力をとら

え直して教材研究をすること。そのうえで、単元を通してどんな力を身につけさせたいかまで考え抜いて授業に臨むことが大切だと思います。

白旗：子どもたちにどういふ学びを作るかというところに、教材観がありますね。あるとき、バレーボールの全日本クラスで活躍している大学の教え子もってきた模擬授業の内容が単元を通して練習ばかりするような授業の指導案でした。「苦手な子どもでも楽しめるようにキャッチバレーにしてみたら？ 少しでもバレーボールを楽しみと思えるように学びやすくルールを変えたものが教材だよ」とアドバイスをしたところ、その模擬授業を受けた子が「今まででいちばん楽しい授業だった」と言ってきてくれたことがあります。**どの子どもでもできるようにしたい、上手になりたいという気持ちをもっている**ので、その気持ちに寄り添って教材をつくっていくというのが大事だと考えています。

塩見：三つ目は、**指導力を向上させること**です。「子どもたちをしっかりと理解する」「教材研究をする」、この2点を具現化していくためには、指導力をコツコツと向上させていくことが欠かせません。

私が教師だったころは、指導案を毎日一つ作成し、授業に臨んでいました。指導案通りにいかないこともあります。成り行きに任せた授業と、プランを練った授業では様相が変わってきます。プランを練った授業では学習の展開だけでなく、具体的な支援も明確になっているからです。プロとして授業内容を理解し、具現化していくプランをもつことが求められると思います。

白旗：指導観について、今の指導案はざっくりと書かれているものもあるので、細案を書いておく必要があります。**子どもたちがどういふ反応をするか、それにどう対応していくかを書いておく**。ノープランで授業に臨むのは、プロではないと思います。ベースをもっておいて、その場に合わせた変えていくとよいですね。

塩見：四つ目は、**高まり合う学習集団づくり**が欠かせないと考えます。子どもたちが安心して自分を出せて、お互いに学び合えるようなクラスにしていくことが大切です。すべての教科等を通じて、お互いを高め合うことのできる学習集団にしていくことで、体育の授業でも相乗効果が生まれると考えています。

個別最適な学び

白旗：令和の日本型教育という方針が出てきて、その中でも「**個別最適な学び**」という点がキーワードだと思うのですが、これについて体育の視点からお話をお願いします。

塩見：具体的な例でお伝えしたいと思います。先日、鉄棒運動の授業を参観し、一人の子ども、A児に焦点を当てて

見ていました。A児は、補助逆上がりに取り組んでいましたが、その授業ではできるようになりませんでした。私はその時、残り3時間の授業ですべて補助逆上がりに取り組んでも、結果として技の習得ができず、「できた」という実感がもてなかったり、ほかの技に挑戦する機会も乏しくなってしまうのではないだろうかと思念しました。

事後に指導者に確認すると、学級のすべての子どもの習得状況の一覧を見せてくれました。次の時間に個別に関わる子どもたちもすでに決められていて、A児もその中に含まれていました。その先生は、授業が終わったときに、次の授業で個別に関わる子を4~5人決め、何を指導するかまで決めていたのです。

白旗：学習カードも今ではデジタルデータで活用できます。事前に児童の情報を得るために学習カードが大いに役立ちます。その先生は、それを実現していたのですね。

塩見：この事例は、先生の視点から整理した概念である「個に応じた指導」であり、これを子どもの視点から整理した概念である「個別最適な学び」を具現化していると思います。つまり、**新しい概念が降ってわいてきたわけではなく、これまで先生方が取り組んできたことが「個別最適な学び」につながっている**のです。子ども任せにするのではなく、先生の指導があってこそ、学びが成立するんだということをこの先生の指導から改めて感じました。同時に、個別最適な学びを推進していくときに、**孤立した学びに陥らないよう、協働的な学びを充実させていくことも重要**であるということをお伝えしたいです。

白旗：以前から「個別化・個性化」という言葉は使われてきましたが、今のお話で「**指導の個別化**」と「**学習の個性化**」が整理され、非常にわかりやすくなったと思います。



「指導の個別化」というのは、先生が子どもたちの学びで出てきた課題を整理して、重要なものを選んで、その課題にみんなで取り組みながら、基礎的な技能や知識を身につけたり、学習の仕方を学んでいったりするための手法です。「学習の個性化」というのは、子どもが取り組みたいものを選択して、自分に合ったやり方で学習を進める方法

です。いきなり何もいまま子ども主体で運動させても、結局課題の解決ができないまま終わってしまう。「指導の個別化」がベースにあって、「学習の個性化」につながるので、「指導の個別化」がないまま「学習の個性化」をしようとすると、よい解決につながらず学習が定着しにくいんです。

この二つの言葉の違いを聞いても、答えることができない先生も多く、学習に反映できていないことに危機感もっています。子どもたちの個別最適で協働的な学びを実現するためには、先生方の最適な学びを支援していく必要性もあると考えています。

ICTの活用

白旗：個別最適な学びの代表格がICT活用だと思います。ICT活用については、どう考えていますか。

塩見：昭和40年代前半と、令和の体育の授業の写真を持ってきました。昭和40年代の写真では、先生がビデオカメラを持っていたり、OHPを使って技のポイントを解説したりする姿が写っていて、準備・片付けが大変だったということが伝わってきます。一方で令和の授業は、子どもたちがICT端末を使用して仲間を撮影したり、動きのポイントを仲間と一緒に見たりしています。手軽にICT端末を使用できる時代になってきているということがうかがえると思います。

どちらの写真にも共通するのは、先生方は子どもたちが「できた、楽しかった」と言えるような授業にするために、試行錯誤しながらICT端末を活用している点だと思います。令和においてICT端末がより使いやすくなりましたので、これを使わない手はありません。

子どもたちが社会に出たときに、運動やスポーツを行うさまざまな場面でICT端末を使いこなすことが日常的になるのは、想像に難くないでしょう。学習活動を工夫する取り組みの中で、ICT端末の効果的な使用を積極的に続けていくことが大切です。



▲昭和40年代に撮影された体育の授業



▲令和4年に撮影された体育の授業

ただ、座学で満足して、友だちや仲間と体を動かすことが疎かにならないようにしたり、孤立した学びに陥らないようにしたりすることには、十分に留意が必要です。

運動の仕方、知識の習得においてすべてをICT端末に委ねるのではなくて、より効果的な活用場面を先生が取捨選択しながら、活用していくということが求められていくと思います。

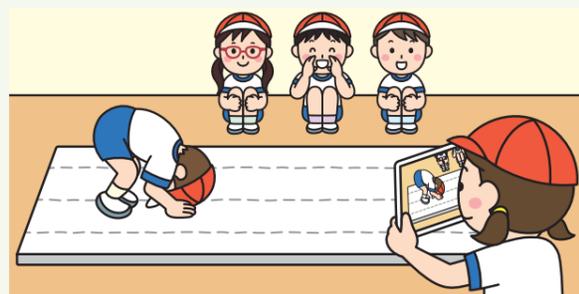
白旗：今はタブレットも登場して、体育の授業でもICT端末を取り入れやすくなりましたよね。私もいろいろな所でICTを活用した授業を見てきましたが、その中で、大きく五つの使い方があると感じています。

1 動きの提示

先生のタブレット画面を大きなスクリーンに映したり、インターネットを通じて子どもたちに映像を配信したりして、その場で動きを確認します。

2 子ども同士の撮影

友だちの動きを撮影して、自分やグループで確認します。昔から行われていて、使われ方としていちばん多いパターンです。



3 動きのポイントや、課題の整理

ICT端末の中で、動きのポイントや課題を付箋で貼ってまとめたり、整理したりします。「ロイロノート」というアプリなどがよく使われます。

4 学習カードとしての活用

学習カードに記入し、終わったら先生にデータを送ります。先生も学習カードを一覧で見られるし、振り返りの際の活

用にも便利です。

5 宿題としての活用

お手本の映像が先生から送られて、それを自分の撮った映像と比較しながら課題を整理します。予習を配信して、達成したい目標を設定した上で、授業に臨む。とはいえ、宿題としての活用はなかなか難しいのが現状で、実際にできている学校は少ないようです。

体育の授業で動きを理解するって、簡単ではないですよ。動きの理解には、三段階必要なんです。第一段階は、耳で聞いて頭で理解する。第二段階は、やっているところを見せてもらって、目でイメージする。第三段階は、体で実際にやってみて理解する。ICT活用は、この三段階のうち、

二段階目の目でイメージするところで有効ですが、万能ではないことも理解しておかなければいけません。

例えば跳び箱だと、強く踏み切るとはわかって、その感覚は実際に跳ばない限りわからないですよ。ICTで理解できることと、実際に体を動かさないと理解できないことがあるということ、教師はわかって使う必要があるなど感じています。

これから先に、取り組んでいかなければならないのは、どの領域のどの場面、どのようにICT端末を使ったら有効かを探っていくことです。教師がICT端末のよい使い方をきちんと見つけていくことが、必要ですね。

先生方へのメッセージ

常に子どものことを思いながら語っている塩見調査官の姿は、先生方が共感される姿勢そのものだと感じました。

学習指導要領の中で体育の授業づくりのこだわりを示しているのは「運動の楽しさや喜び」という言葉だと思っています。子どもたちが運動を「楽しい」と思うことから始まり、興味をもって学び、できたという「喜び」につながる授業をすること。そして子どもたちが楽しんだり、喜んだりする姿を見ることで、先生が自信をつけていけると、よい流れになっていくと思います。

授業を通して自分の可能性を感じられるような体育になっていくといいな。体育はそういう力がある教科だと思っています。

ただし、体育は広い空間で子どもたちが動きながら、深くかかわりあって授業を展開しますし、準備片づけなどの負担も大きい。こうした体育の独自性を解決する情報提供が必要だと思っています。



白旗先生

地元の体育研究会の先生方や、学校の体育部の先生がつくれた指導の手引や過去の指導案を長きにわたり拠り所にして、授業内容を決めている先生方も多いと思います。それも大切なことではありますが、時代や子どもたちの実態に合わず、「楽しなかった」「できなかった」といった思いをする授業になってしまうことも考えられます。それを避けるためには、今の時代や子どもたちに合った授業をすることが大切です。子どもたちが「楽しかった」「できた！」と言える授業作りの道しるべとして、光文書院の出しているT-Navi Eduやデジタル教材などは非常に有効なのではないでしょうか。

子どもたちには、予測が困難な時代を生き抜いていくために、主体的・対話的に深く学んでいけるように頑張ってもらいたいと思っています。そうした学びが実現されるよう、先生方は、毎時間、小さくてもいいので、子どもたちが課題を解決できるような指導・支援をコツコツと行っていくことが重要です。その実現のために、私たち教育行政も環境を整える努力をしていきたいと思っています。



塩見先生