

●優秀賞

子どもの自尊感情を高め、 豊かな人間関係を目指す 体育の実践記録

福岡県宗像市立河東中学校 しものろくた
下野六太



1 はじめに

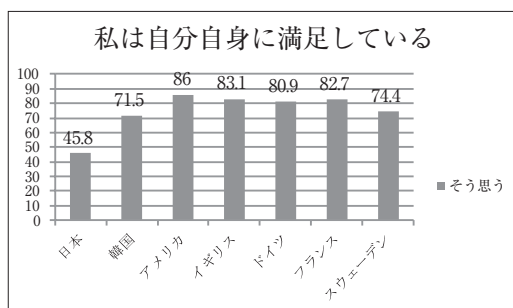
昨年、再び、宮城県内の中学校でいじめ問題による自殺という悲劇が起こった。繰り返されてはならない「いじめ問題」が、また、繰り返され、それによる犠牲者を出したことは、教育関係者のみならず、全ての大人がその対策に乗り出さねばならないと考える。

いじめ問題で事件が起こるたびに、文科省からはアンケート等の実施やチェック体制をとることを徹底するよう教育現場に指導が入る。また、文科省も教育界における最重要事項として、子どもたちの生命に直結する「いじめ問題」を取り扱っていることがHPや配布される冊子等からうかがえる。文科省のHP等を見ると、「予防」「早期発見」「対策」等々、膨大な情報が細かく書かれてあり、それらの内容を読むと異論をはさむ余地は全くなく、「そのとおりだ」と納得させられる。

では、なぜ「いじめ問題」が無くならないばかりか、同じような悲劇が繰り返されるのだろうか。アンケートの実施やその集計等の管理体制に限界があると思えてならない。

学校の中心は授業であり、授業改革を行うことで問題の解決を目指すことが最も大切なのではないだろうか。「いじめ問題」の解決には、子どもの自尊感情を高めなければならないと、識者は指摘している。平成25年に内閣府が行っ

た日本と諸外国の青少年意識調査の結果を見ると、日本の青少年の自尊感情が低い結果が出ている。(資料1)

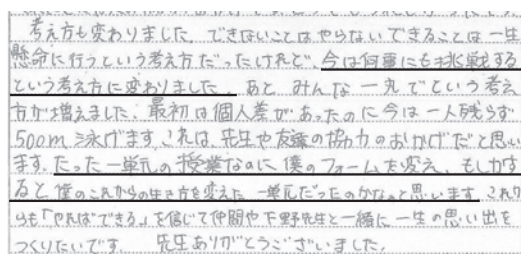


資料1 H25日本と諸外国における青少年意識調査

第81回初等中等教育分科会での、「いじめ問題に対する取り組みについて」で、神奈川大学特別招聘教授の安彦忠彦氏は、「いじめの子は、自尊感情が低い。自尊感情を育まなければ、誰でも、いじめっ子になる可能性はある」と発言された。

「コトバンク」によると、学習行動においては、自尊感情が高い人は困難に出合っても粘り強く努力するが、自尊感情が低い人はすぐにあきらめてしまう傾向があると言われている。

資料2は平成24年度に行った中学1年の水泳学習終了後の感想文の一部である。感想の中に、「今は何事にも挑戦するという考え方に変わりました」「みんな一丸でという考え方が増えま



資料2 中1水泳学習終了後（ビフォーアフタービデオ視聴後）の子どもの感想

した」、さらに私自身が驚いたのは、「たった一単元の授業なのに、僕のフォームを変え、もしかすると僕のこれからの生き方を変えた一単元だったのかなと思います」と書かれてあることだった。この子どもは「ビフォービデオ」撮影時には、右に息継ぎ、左に息継ぎをし、やっとなで25mを泳げた子どもであったが、それが、わずか13時間の学習のクロールで500mをスムーズに泳ぐことができるようになり、そして、フォームまで最高のフォームを身につけることができた。それが、単元終了時に全員で視聴する「ビフォーアフタービデオ」に記録されている。

体育におけるわずか一単元の「水泳」学習で、ICTを使って自分と仲間たちの「伸び」を実感させることが子どもの自尊感情を高め、人生を前向きに力強く生きていく決意につながることを子どもから教えられたような次第である。

教育は、全ての子どもたちが自らの力で幸福な人生を歩むための力を身につけさせるためにあると思うが、そのためには、各教科の授業で子どもたちの人格を陶冶すべきであり、教師はそのために死力を尽くし、全ての子どもたちに「やればできる」という達成感を味わわせることで、自尊感情を高め、その過程において子どもたち同士の豊かな人間関係を築かせるようにしていくことが最重要であると考え、本研究に取り組むことにした。

2 主題設定の理由

内閣府が実施している青少年の各国調査で日

本の青少年は依然、自尊感情は低い実態が浮き彫りになっている。いじめ問題等の回復には、まず、子どもたちの自尊感情を回復させることが大切であると安彦氏は指摘している。また、その自尊感情を回復させる過程において豊かな人間関係（お互いに助け合うことができる人間関係であり、お互いに感謝し合える人間関係）を築くことができるようにさせることが最も大切であると考え、本主題を設定し、研究に取り組んだ。

3 研究主題および副主題の意味

(1) 「子どもの自尊感情を高め」とは

いじめ問題をはじめとして、青少年における諸問題のカギを握るのは「自尊感情」であると言われている。そこで、本研究では体育の学習を通して、子どもの「自尊感情」を高めることを目指している。

(2) 「豊かな人間関係を目指す体育の実践記録」とは

「豊かな人間関係」については、「お互いに感謝し合える人間関係」とする。具体的には、単元の「ST学習」の学習過程を中心において、お互いに助け合い、カバーし合うことで感謝し合える関係を育むことができるようにする。

(3) 副主題「ICTの活用とST学習（共同学習）を通して」とは

研究主題に迫る手立てとして、「ICTの活用」と「ST学習（共同学習）」をあげる。「ICT」については、単元の学習過程において「ビフォービデオ」「つまずきビデオ」「示範ビデオ」「アフタービデオ」「ビフォーアフタービデオ」を活用することである。（資料3）

4 副主題「ICTの活用」と「ST学習」（共同学習）について

(1) ICTの活用

人の脳内では「わかる」部分と「できる」部



資料3 ICTとST学習を取り入れた学習サイクル

分とが直結していないため、「わかる」イコール「できる」とはならない。そこに体育の学習指導における「技能習得」の難しさがあるが、

その橋渡しに有効であるのが自分の姿を客観的に見ることができるビデオと言語活動であると考え、実践の精度を高めてきた。

ICTについては、やみくもに使用しても効果が上がらないため、運動単元のどの部分で、何をねらって、どのようにICTを活用するのかを明確にして学習活動の中に取り入れていった。(資料4)

(2) 仲間との共同学習 (ST学習)

ロシアの研究家ヴィゴツキーは、「最近接領

種類	ビデオのねらいと内容
ビフォービデオ	単元の第一時にレディネスの状態をそのまま撮影するビデオのこと。学習する前に撮影するために、柔道の立技や器械運動の未学習の技能等は撮影することはできない。そのため、その技能に近い技能を撮影し、ビフォービデオとすることもある。
つまずきビデオ	子どもたちの運動技能獲得時の様子をじっくり観察すると、「つまずき」のパターンが見えてくる。その「つまずき」を子どもたちにわかりやすく示したものが、「つまずきビデオ」である。これにより、悪いほうの基準を明確にすることができる。
示範ビデオ	示範ビデオは、「つまずきビデオ」に対してセットになっている。三つの「つまずき」がクリアされている内容のビデオであり、これにより、良いほうの基準を明確にすることができる。
技能チェックビデオ	基準をもたずに自分の映像だけを見せられても、「何となく悪い」ことはわかっても、具体的に、どこが、どのように悪いのかがわからない。「つまずきビデオ」と「示範ビデオ」を視聴させ、考えさせる。「つまずきビデオ」によって悪いほうの基準、「示範ビデオ」によって良いほうの基準を子どもたちにもたせ、「技能チェックビデオ」を視聴し、子どもたちが自分の力で改善点がわかるようにしている。 その状態を改善するために「つまずきビデオ」と「示範ビデオ」を制作し、二つの基準を明確にした。
ビフォーアフタービデオ	単元の最初に撮影する「ビフォービデオ」と学習の最後に撮影する「アフタービデオ」を編集によりつなげたものである。学習の成果を確認し、運動における可能性がだれにでも大きいということと達成感を味わわせることをねらっている。 

写真1 ビフォーアフタービデオの視聴の様子

資料4 学習活動に取り入れているICT教育の種類

域」で共同学習の有効性を唱えた。国内では、学習院大学の佐藤学氏が「最近接領域」をもとに「学びの共同体」を提唱された。

佐藤氏の提唱する「学びの共同体」は、全国の多くの自治体で採用されている。

私が実践してきた共同学習は、運動単元の全てにおいて取り入れているわけではなく、共同学習を採用したほうが成果が上がると思われる場面で取り入れてきた。その共同学習では、運動単位において、習得を目指す技能で「A」評価か「AA」評価のいずれかを獲得した生徒が、まだ「A」評価を獲得できていない子どもに教えるものである。子どもが教えるという意味でスモールティーチャー（Small Teacher）と名付け、「ST学習」とした。

この「ST学習」では、「ST」となる子どもたちには、評価の権利を与えてはいない。優れた技能を習得している子どもが「ST」となっても、あくまで評価をするのは教師自身である。「ST」となった子どもたちが学習場面の中で、「ST学習」を行う際、まだ「A」評価を獲得できていない子どもに技能を教え、評価基準に基づいて、技能が「C」から「B」、「B」から「A」へと改善できたと思ったときに、教師に連絡し、教師が判定テストを行う。その結果、技能の改善が認められた場合に、伸びた本人と

「ST」を皆に紹介し、賞賛の拍手を贈るようにしている。その「ST学習」を採用している場面を資料5に表した。資料6には、読売新聞で取材していただいたST学習（バスケットボール）の記事である。

5 研究の実際

(1) 水泳「クロール」 平成24年 中学1年生 全13時間の計画（資料7）

水泳学習は3年間を通して行うようにしているが、1年時は「クロール」、2年時は「クロール」と「平泳ぎ」、3年時は「クロール」（フォームのみ）「平泳ぎ」と「バタフライ」に加えて「個人メドレー」を行うようにしている。水泳学習においては、中学校3か年で何をどのくらいまでできるようにさせるかを明確にし、実践を行ってきた。中学校3か年で、全員がクロールと平泳ぎで500m以上泳ぐことができ、全員がフォームにおいても「B」評価以上を獲得することができる。さらに、中3において「バタフライ」を教え、25mをきちんとしたフォームで全員が泳ぐことができるように指導してきた。

領域	運動単位	ST学習実施場面
陸上競技	ハードル走	① 振り上げ足と抜き足の関係をつかむ場面 ② 2台のハードルを使つてのハードリングを習得する場面
水泳	クロール	① フォームを改善する場面
	平泳ぎ	① かえる足の習得場面 ② フォームの習得場面
	バタフライ	① キックとブルの関係 ② フォームの習得場面
器械運動	マット運動	① 単技の習得場面・連続技の構成場面
	跳び箱運動	① 各種跳び方の習得場面
球技	バスケットボール	① レイアップシュートの習得場面
	バレーボール	① パス・スパイクの習得場面

資料5 学習におけるST学習実施場面



資料6 読売新聞「やればできる下野式体育」 H24.4.24付け

【第1時間目「ビフォービデオ」撮影】

レディネスの状態をビデオに撮影する。プールサイドの真ん中に立ってビデオを撮影するが、中には5mしか泳げない子どももいるため、撮影対象の子どもが泳げないと分かった場合は、ビデオカメラの撮影位置を5m付近にまで近づけて撮影する。中には、一度もかけない、一度も息継ぎができない子どもがいた。25mを泳げない子どもの割合は全体の30%を超えていた。ビフォービデオを撮影しながら、全員500m以上泳げるようにしたいという意欲がわき上がった。

【第2～7時間目「クロールで距離泳（500m泳げるようになることを目指す）」】

長い距離をリラックスして泳ぐことができるようになるための学習。この学習のポイントは

三つである。一つ目は「リラックス」、二つ目は「毎回息継ぎをすること」、三つ目は「バタ足ではなく、パタ足をすること」。

一つ目の「リラックス」については、子どもたちに「リラックスしなさい」と言っても抽象的すぎて分かりづらいため、「浮いているついでに泳ぐんだよ」「あなたが泳いでいるのを見ながら、あなたは浮いているんですか？ それとも泳いでいるんですか？ と尋ねられるくらいがリラックスなんだよ」と説明している。二つ目の「毎回息継ぎ」については、説明は特に必要なく、子どもたちは理解してくれる。三つ目の「バタ足ではなく、パタ足」については、「バタ足を頑張るから泳げるようにならない」ことを分かりやすく説明している。説明の仕方は「いいか、人間の筋肉の7割は腰から下についているんだよ。その最もたくさんの筋肉がついている足で、バタバタと水しぶきが上がるくらい頑張ったら、心臓はどうなる？」と言うと、「心臓の鼓動が早くなります」と答えてくれる。そこで、「心臓の鼓動が早くなると、呼吸はどうなるんだ？」とさらに尋ねると、「呼吸も大きくなり、早くなります」と答えてくれる。子どもたちのほとんどがこの理屈を理解している。そこで、「クロールが苦手な人は息継ぎが得意なのか？」「息継ぎが苦手な状態で、呼吸が荒れるとどうなる？」ときくと、「すぐに苦しくなって泳げなくなってしまう」ときちんと正解を自分たちで導き出すことができる。「だから、浮いているついでに泳ぐんだよ。だから、バタ足ではなくパタ足なんだよ」と「バタバタとしちゃいけない。パタ、パタと軽くやる。なんなら、しなくてもいいくらいなんだよ」と言うと、子どもたちは一様に目をまん丸くして驚いていた。それでも小学校までの12年間で、バタ足を頑張ることを習い、力の限り一生懸命に泳ぐことを習ってきたため、頭では理解しても、実際に泳ぐと、ついつい頑張ってしまう子どもたちが非常に多い。そこで、少しでも頑張ろうとする気配があると、すぐに止めて、プールサイド

中学校1年生 水泳「クロール」学習 全13時間の単元計画			
	時	学習活動	指導上の留意点
導入	1	・オリエンテーション ・「ビフォービデオ」撮影 ・泳力距離を測定	・アフタービデオを撮影することを想定しビフォービデオを撮影する。 ・パディで泳げる距離を測定する。
	2 3 4 5 6 7	・1年次の目標 クロールで長い距離をリラックスして泳ぐ (フォームの改善は、泳げるようになってから行う)	・クロールで長い距離を泳ぐことができるようになるためのポイント。 (ア) リラックス (イ) 毎回息継ぎをする (ウ) パタ足でなく、パタ足
展開	8 9 10 11	・モニタリング機能を生かしたST学習 (クロールのフォームを改善する)	・子どもたち相互のアドバイス活動(モニタリング)をベースにしたクロールのフォームにおける課題解決のための共同学習。
	12 13	・クロール「アフタービデオ」撮影 「ビフォーアフタービデオ」視聴 アンケート実施	・最高のフォームで25mを全員泳げるように適切なアドバイスを行う。 ・ビフォーアフタービデオで達成感を味わわせるように適宜、言葉をかける。
まとめ			

資料7 中1クロール単元計画

に上げて「浮いているついでに泳いだかな？パタ足になっていたかな？」と投げかけると、ハッとして、つい頑張ってしまったことを反省していた。この繰り返しで第7時間目には全体の85%くらいの子どもたちが1年次の目標である「クロールで500mを泳ぐことができる」ようになった。

【第8～11時間目「ST学習」】

クロールのフォーム改善をするためのST学習を行う。まずは、第8時間目にクロールのフォーム改善を一斉学習で行う。そこで評価基準の「A」以上の子どもを6人以上育てる。第9時間目から「ST学習（共同学習）」を開始する。

写真2は「ST学習」の様子である。「ST」となった子どものもとには、4～5人の子ども

が割り振られる。この中には「C」「B」の子どもが混在するが、あらかじめ、評価の基準を示しているため、「ST」となった子どもも、教えられる子どもたちとともに、どこをどのように改善すれば、評価を上げることができるかを理解しているため(資料8)、その子どもの改善点を上手に指導し、見事に改善していく。9割近くの子どもたちはクロールで500mを泳ぐことができるようになっており、呼吸の問題をクリアしているため、フォームの改善だけに集中すればいいわけである。第11時間目まで、ほとんどの子どもがフォーム改善を果たし、第12時間目の「アフタービデオ」撮影に臨む。



写真2 「ST学習」をしている場面

第8～11時間目 クロールフォームの評価基準	
A	「A」ができた上で、水に乗って、なめらかな泳ぎがトータルでできている
A	《プル》 「B」ができた上で、ハイエルボーができている 《息継ぎ》 必要最小限でできている 《キック》 「B」のキックができている
B	《プル》 最後まできちんとかけている 《キック》 膝が伸びて、パタ足がきちんとできている
C	「B」の泳ぎができていない

資料8 クロールフォーム改善における評価基準

【第12時間目 「アフタービデオ」撮影】

クロールの「アフタービデオ」撮影、水泳学習の成果を全員がビデオに収めるため、緊張感をもって一生懸命泳いでいた。

【第13時間目「ビフォーアフタービデオ」視聴と感想書き】

子どもたちは「ビフォーアフタービデオ」視聴をととても楽しみにしている。最大の関心事は、もちろん自分自身の成長の様子を客観的に確か

めることであるが、それと同じくらい、仲間の成長にも関心をもっている。それは、「ST学習」を通して、「教える立場」か「教えてもらう立場」のいずれかに属しているからだと考える。仲間との成長の歴史のように感じるのではないだろうか。視聴後の子どもの感想の一部を載せる。
(資料9)

「水泳の授業を通しての変化」



あと、ビフォーアフタービデオを見て思ったことは、一人ひとりがそれぞれ上達しているなあということです。昔は、息継ぎもフォームもほとんどばらばらだったのに、今は息継ぎもフォームもきれいにできるようになりました。

友達が一生懸命、僕のために教えてくれたり、一緒に頑張ったりしたおかげで、上達できたのではないかと思います。あと、すごいと思ったことがあります。

最初は、一人ひとり泳げる距離が違うのに、アフタービデオを撮った時には、一人残らず500m泳げるようになっていたことです。最初は、あんまり仲良くなかった人たちとも絆も深まり、最後には応援の声も聞こえるようになっていました。

資料9 「ビフォーアフタービデオ」視聴後の子どもの感想

(2) バレーボール 中学1年男子 平成26年9～10月実施 (資料10)

【第1時間目 「ビフォービデオ」撮影】

第1時間目の「ビフォービデオ」の撮影については、個人技能と集団技能に分けて撮影した。個人技能については、対人による「オーバーハンドパス」と「アンダーハンドパス」を連続で行う場面を撮影した。ほとんどの子どもたちが

5回未満という結果だった。(写真3)



写真3 第1時間目「ビフォービデオ」撮影の様子

【第2～5時間目 パス練習中心】

通常行っている対人パスだけの練習では、体育の限られた時間では上達ににくいと考え、第2時間目からの「パス練習」の大部分を個人の直上パスとして行わせてみることにした。(写真4) 球技における個人技能の上達には、個人の触球回数の保障が重要であると考えてきたが、今回の「バレーボール」の学習においては、この練習が決め手となったと考えている。残念ながら写真は残っていないが、施設の都合で第4時間目のバレーボールの授業を体育館で行うことができなかったため、急遽、武道場で行うことになった。このときに一人にボール1球渡して、ひたすら、この「直上パス」を練習させていった。すると、最初は5回程度しか続かなかった子どもたちが、次々と50回以上をクリアしていった。それが第6時間目からの少人数によるバドミントンコートにおけるミニゲームにつながっていったと考えている。



写真4 第2～5時間目 個人の「直上パス」練習

【第6～8時間目 ST学習としてミニゲームを行う】

パス等の個人技能は試合で使えないと身につけたとしても価値がないため、積極的に試合で使えるように意識させ、ST学習として取り入れていった。技能が低い段階では正規のコートの6対6では、ボールに対する触球回数が少ないため、バドミントンコートで3対3を行った。ここでは「練習」→「試合」→「ミーティング」→「練習」→「試合」を繰り返し、試合での反省を生かした練習をさせ、交互に行うことができるようにした。(写真5)



写真5 第6時間目 バドミントンコートにおけるミニゲームの様子

【第12時間目 「アフタービデオ」撮影】

個人の「ビフォービデオ」は、対人パスを行ったが、アフターは試合を撮影した。

【第13時間目 「ビフォーアフタービデオ」視聴後の子どもの感想】

単元の最後の時間は「ビフォーアフタービデオ」の視聴と単元全体の感想書きであるが、バレーボールにおける「ビフォービデオ」のゲームでは、投げ入れられたボールがネットを越えて戻ってくることは、ほとんどなかった。最初の一人が触って終わるという悲惨な状況であるのに対し、「アフタービデオ」ではバレーボールとしてのゲームが成立していたため、大歓声があがっていた。(資料11)

球技「バレーボール」学習 全13時間の単元計画			
	時	学習活動	指導上の留意点
導入	1	・オリエンテーション ・「ビフォービデオ」撮影	・アフタービデオを撮影することを想定して、ビフォービデオを撮影する。
展開	2 3 4 5	・パス練習（オーバーハンド・アンダーハンドを個人の直上パス練習と対人パスと円陣パスをチーム間の競争で行う）とゲーム	・第2～3時のゲーム時間は5分程度 ・第4～5時のゲーム時間は10分程度にし基本的技能を徹底して習得させる。
	6 7 8	・ST学習①（「モニタリング機能」を生かす） ・練習→試合→練習→試合をバドミントンコートで3対3のゲームを繰り返す	・子どもたち相互のアドバイス活動（モニタリング）をベースにした課題解決学習を共同学習として行う。
	9 10	・ST学習②（「モニタリング機能」を生かす） ・練習→試合→練習→試合を通常コートで6対6のゲームを繰り返す	・子どもたち相互のアドバイス活動（モニタリング）をベースにした課題解決学習を共同学習として行う。
	11 12	・「リーグ戦」 ・「アフタービデオ」撮影	・「リーグ戦」と並行して、「アフタービデオ」を撮影する。
	13	「ビフォーアフタービデオ」視聴 アンケート実施	・これまでの学習内容を想起させるような言葉をかける。

資料10 中1バレーボール単元計画

僕は、お礼、アプラーをしました。チームメイトから、パスをもらい、アプラーするのです。
チームの人からは、「木村君、アプラーを、やってくれ」と言われました。
僕は、とてもうれしかったです。おかげで、これ以上、ないような自信をもつことができました。
チームの人にも感謝し、そして、この2組にも感謝しています。

資料11 ビフォーアフタービデオ視聴後の子どもの感想

(3) 走り幅跳び 全6時間 平成26年11月 中学1年生で実施（資料12）

【第1時間目 「ビフォービデオ」撮影 レディネス記録測定】

レディネスの記録測定を兼ねて、「ビフォービデオ」を撮影した。走り幅跳びについては小学校のころにきちんと学習した経験がないことから、子どもたちは一様に不安そうに跳躍を

行っていた。

【第2時間目 「示範ビデオ」を視聴した後「空中動作」について学習】

「つまずきビデオ」は制作が難しかったため、今回は「示範ビデオ」だけで行った。教室で「示範ビデオ」を視聴した子どもたちは、意欲満々でグラウンドに飛び出していき、一生懸命「空中動作」について練習していた。

【第3～4時間目 「空中動作」と「踏切」の動作を習得する学習】

砂場を縦方向に使わず、横方向で使用し、少ない助走での練習を徹底的に行った。技能習得においては、疲れさせないように配慮しないと、正しい技能は身につかないことをこれまでの経

陸上競技「走り幅跳び」 学習 全6時間の単元計画			
	時	学習活動	指導上の留意点
導入	1	・オリエンテーション ・「ビフォービデオ」撮影 ・レディネス記録測定	・アフタービデオを撮影することを想定して、ビフォービデオを撮影する。
展開	2	・「示範ビデオ」視聴し、「空中動作」技能獲得の学習	・「示範ビデオ」で良い跳躍技能について学び、「空中動作」と「踏切」の学習を行う。お互いにアドバイス活動を行う。子どもたち相互のアドバイス活動（モニタリング）。
	3	・「示範ビデオ」視聴し、「踏切動作」技能獲得の学習	
	4	・「示範ビデオ」視聴し、「踏切動作」技能獲得の学習	
まとめ	5	・「アフタービデオ」撮影 ・記録の測定も兼ねて行う	・失敗した子どもには、何回かのチャンスを与えるようにし、本人が納得できるように配慮する。
	6	・「ビフォーアフタービデオ」視聴 ・単元の感想書き	・「アフター」は20%のスロー再生で編集し、両者の違いが鮮明になるようにする。

資料12 中1走り幅跳び単元計画

験から学んでいたもので、50分間の授業で何度でも挑戦できるような場を工夫した。結果的には、この工夫が功を奏した形で子どもたちは短時間で飛躍的に技能を伸ばし、跳躍の距離も伸ばすことができていた。(写真6)



写真6 第3時間目 砂場を横方向に使い練習

【第5時間目 「アフタービデオ」撮影と自己最高記録に挑戦】

全員がレディネス時の記録を大きく更新できるように、精一杯の跳躍を何度も行っていた。「アフタービデオ」においては、本人が納得できるまで何度も挑戦できるように配慮した。

【第6時間目 「ビフォーアフタービデオ」視聴し、単元の感想書き】

単元の最後の時間は「ビフォーアフタービデオ」を視聴し、単元の感想を書く時間である。この感想がどのような内容になるかで、教師のこれまでの指導が評価されるような気持ちだ。単元終了時にある子どもが書いた感想の一部を載せる。(資料13)

今回の「走り幅跳び」の感想を読み、私は衝撃を受けた。この資料9の子どもは、自尊感情も低く、「学校での楽しみは体育の授業と給食くらいだ」と書いているほどである。その子どもが走り幅跳びの「伸び」に関して、「金ではかえない、大切な宝物です」と綴り、さらに「これからも、かんしゃ（感謝）して生きていきま

最大の楽しみは、6時間の授業で、ビフォービデオ、アフタービデオまで、自分の差がでたことはとてもうれしかったです。
下馬先生、いつもありがとうございます。仲間のサポートのおかげでここまで上ることができました。
走り幅跳びは、一番とていばい伸びるのが、金で買えない、大切な宝物です。
下馬先生のおかげで、これからの未来、外食の力があつたので、これからも、かんしゃして生きていきます。

資料13 第6時間目 「ビフォーアフタービデオ」視聴後の感想の一部

す」と書いている。自由記述の感想文にこのようなことを書いてくる子どもの心理状態について、驚いてしまった。伸びるのが難しいと思っていた走り幅跳びで、自分と仲間が全員伸びたことがよほど嬉しかったのだろうと推測している。

6 研究の成果と課題

(1) 「ST学習」の成果

子どもたちの自尊感情を高めなければならぬと考えて平成21年に「ビフォーアフタービデオ」

の制作から、七年の月日が経過している。単に技能を伸ばせばいいという考えではなく、技能を伸ばす過程において、子どもたち相互の豊かな人間関係を育むことを意識し、「ST学習」を仕組んできた。日本の美しい言葉の一つに「お互いさま」という言葉がある。ある単位では「ST」となって指導する側になった子どもが、別の単位では教えられる立場になっていた。単位が変わると立場が逆転している姿を見ると、「お互いさま」と微笑ましい。資料14に「ST学習をしてよかったこと」という

「ST学習をしてよかったこと」



ST学習が始まり、私は友だちにフォームを教えました。だけど、教え方がよくわからなくて困っていましたが、友だちが私の言っていることを理解してくれて、だんだんフォームがきれいになってきてずっと「B」だったのが「A」になり、もっとたくさん練習して「AA」になった時には、プールの中をはしゃぎ回りました。なぜか、自分のことのようにうれしかったです。その友だちと一緒にまた別の友だちを教えはじめ「AA」に上がった時には、またプールの中をはしゃぎ回ったり、見学だった友だちに報告しに行ったりと嬉しかったり、楽しかったりでとても良かったです。

次は平泳ぎです。平泳ぎの手のかき方がわからずになかなか「AA」にはならなかったのですが、ある友達のふとした一言で、見事に納得。今までの苦労はなんだったのかというほど上達していききました。そして、「AA」になった時は本当にうれしかったし、アドバイスをくれた友達に感謝の気持ちでいっぱいになりました。それから、まだ「AA」になっていない友達に平泳ぎを教えました。カエル足がなかなか直らなくて、とても苦労しました。だけど、練習を重ねていくうちに、カエル足が直り、先生にフォームを見せたところ「AA」だったので、とってもうれしかったです。

ST学習は短期間で、たくさんの人のフォームのレベルを上げるのに、とても最適だし、同時に苦労、うれしさを共に分かち合える学習法だと思います。それに、人に教えることによって泳ぎで大事なことをしっかり理解できるし、自分のフォームをよく見直すことができるいい機会だと思います。

私は水泳の授業でフォームを教わったと同時に、友達の大切さもしっかり学べ、とてもいい思い出になりました。

資料14 ST学習をしてよかったこと

子どもの感想文を掲載している。仲間のために一生懸命になって教え、その子が成長する際に、一緒になって喜びを分かち合うという豊かな人間関係の様子が感じられる。この学習形態は何も難しいものではない。一つでも多くの中学校で、一人でも多くの先生方にぜひ実践していただきたいと考えている。

(2) 「ICT教育」の成果

さらに資料15に掲載している感想文は、走り幅跳び終了時に書かれた感想文である。この中で、この子どもは技能が伸びたことを喜んでおり、「全ての授業でのびることで自分をもっと好きになり…」とある。さらに、「この授業を通して自分を好きになったことでまだまだ自分は全然、運動を練習すればできるようになると思う」と書いている。

一枚の感想文中で二回も「自分のことが好きになった」という表現を使っているこの子どもは自尊心が非常に低く、学校生活の諸問題でよく注意を受けている子どもである。今回の走り幅跳びの学習で自分の中に眠る宝を発見したのではないだろうか。

テーマは走り幅跳び、走り幅跳びの授業をしてよかったことがたくさんあります。1つはなんでも時間がたつと自分自身で気づくことができて1時間1時間を大切にすることができて2つは、ビフォーアフターを見ることができて自分は成長できたと感動し、もっと自分の授業のことで女子になったことで、うつろい下野先生が教えてくれたマッスル運動、水泳、バレー、走り幅跳びときてこれまでになかったこの4つの授業、のすべてにおいて自分はとても成長できたと思う。なぜならこの全ての授業で自分は全て記録がのびているのだから自分はこの全ての授業から気づくことで自分自身で女子になった、自信を持って練習すればまた伸びると思うようになれたこと、この授業を通して思ったことが、最後、自分は、この授業を通して自分を女子になったことでまた、自分は女子運動を練習してみようと思う。

資料15 自尊心の高まりが感じられる感想文

全ての運動で子どもたちは澁刺とした姿を見せ、仲間同士、豊かに関わり合いながら大きく成長している姿を見せてくれる。その子どもたちの姿からは、社会問題となっている「いじめ」とは全く結びつかない。

資料15の感想文からは、自分の中に眠っている可能性の大きさに気付くことが最重要であることが伝わってくる。私自身、運動が苦手、運動嫌いな子どもたちに粘り強く関わらせていただき、その子どもたちから多くのことを教わってきた。体育という一つの教科ではあるが、今回の論文を通して、子どもたちの自尊心を高め、豊かな人間関係を育むことができるということを伝えることができれば幸いである。

子どもたちが感動の面持ちで「ビフォーアフタービデオ」を視聴しているとき、自分と仲間の宝を見つけているのではないだろうか。

(3) 技能の伸びとしての成果

ア. クロール

資料16は中1男子のクロールでの泳力の伸びの表である。レディネス段階で24m以下だった生徒は32.9%いたが、単元終了時には0になっている。また、100m以上泳げる生徒は12.3%から87.7%に伸びている。二年次、三年次と水泳学習を継続していく中で、資料17のように全員が四泳法をマスターできるようになるだろう。

クロールの距離	レディネス		授業後	
0m～14m	14	19.2%	0	0.0%
15m～24m	10	13.7%	0	0.0%
25m	25	34.2%	0	0.0%
26m～49m	7	9.6%	3	4.1%
50m～99m	8	11.0%	6	8.2%
100m以上	9	12.3%	64	87.7%
計	73		73	

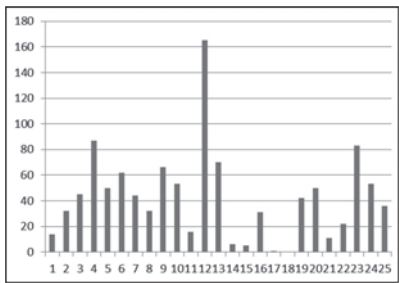
資料16 単元前後のクロールの伸び



資料17 西日本新聞H22.9.23付け

イ. 走り幅跳び

資料18のグラフは中1男子走り幅跳びの伸びた距離のグラフである。平均の伸びは43cmになっている。



資料18 走り幅跳び 単元前後の伸び

(4) 今後の課題

研究は子どもたちのために研究するのであって、教師の自己満足であってはならないと思う。その意味から、私自身、指導力量を磨く際に心掛けてきたのは、全ての先生方に「一般化できるかどうか」であった。「あの先生にしかできない」「特殊な環境を用いないと成立しない」研究では、広がりを見せないため、何のための研究かわからなくなってしまう。そこで、どの学校でも、全ての先生方に実践できるように研究をまとめてきたつもりである。

願わくは、全国の中学校の全ての先生方に今すぐにでも実践していただき、子どもたちが自身の中に眠る「無限の可能性」に気づき、自信をもって豊かに人生を歩いていってほしいと願うばかりである。

「一人でも多くの子どもたちとともに達成感を味わいたい」「喜びを共有したい」「子どもたちの無限の可能性を開きたい」と念願する先生方のお手伝いをしたい。限りある時間との格闘になるが、日本の学校からいじめ問題を撲滅したい。そのためにさらに研究を高めていきたい。まだまだ、改善点はたくさんあるが、子どもたちの中に眠る自尊感情を引き出し、さらに実践の腕を磨き、次代を担う子どもたちのために全力を尽くす所存である。