

## XI-1 体づくりと動きづくり系分科会

平川・齋藤（小学校） 関野（中学校） 鮫島（高校）（文責）

体づくりと動きづくり系分科会では、小・中・高の各学校で必修の運動教材となっていることに着目し、12年間を見通した指導において各年代の到達目標の共通理解の必要性を基に、各学校での実態と実践を発表した。

### 1. 小学校の提案

小学校では、基本的な動きや感覚を身につけさせるために運動の頻度を確保しながらも子どもたち楽しさを感じさせるような授業を展開したい。「おり返しの運動」と称する指導方法の中では、片道10mを様々な体勢で移動する中で腕支持感覚や逆さ感覚、手足の協応性を高めながら、身体を自在に操作できるような動きづくりを目指している。低学年期においてはそれまでの運動経験の差をならすとともに、「順番を守ること」「仲間と協力したり応援すること」「ルールを守ること」など、態度面での指導についても同時に指導することができる。小学校では体づくり運動と呼ばれる運動教材を通して、身体的な動きづくりや体力向上だけでなく精神面での発達にも大きな効果があると捉え、さらに運動を肯定的に捉えることができるような資質を高めるような授業を展開している。

### 2. 中学校の提案

中学校では、体づくり運動に該当する活動として、「Gボール単元」「トレーニング単元」と称した二つの学習を展開している。Gボール単元のねらいとして挙げられるのは、「自身の身体への気づきや意識を高めること」「バランス能力と体幹筋群の向上」などである。Gボールは一人での活動だけでなく他者と協力して運動を行うことで、様々な身体刺激を与えることができる。また集団での活動では簡単な集団演技の創作なども行っており、協力して運動の構成をすることが求められる。トレーニング単元の単元目標として挙げられるのは「自己の身体に関心をもち、各自の体力の現状を理解した上で、各自の目標を設定し、向上を目指して運動する」「体力についての正しい理解と、その向上のための適切な方法を理解する」「課題に応じたトレーニング内容、活動内容を計画し、実践する」などである。中学生の年代に与える身体刺激の重要性は言うまでもないが、本校では保健学習の運動理論と連携させながら実践している。また、関連する領域として、マット運動、ダンス、柔道などの種目内においても、基本的な動きの確認から自分の身体へ意識を持つことなどと共に、主体的に運動に取り組む態度を養っている。

### 3. 高等学校の提案

高校では「生涯スポーツの実践に向けて」という考え方の元、スポーツ教育実践の場と共に運動不足といわれる子供たちの運動量の確保を念頭に置いて、種目を教材化した形で授業を展開している。体づくり運動と重なる領域として「測定・トレーニング単元」がある。基本的な運動の確認から、サーキットトレーニングやSAQトレーニング、器具を使ったウェイトトレーニングなどの方法と理論を学習させ、自己の生活習慣の改善への手掛かりに発展させたりもしている。また、各種目内においては導入段階でブラジル体操や回転運動、音楽やリズム運動を取り入れたウォーミングアップを実施している。また、関連する領域として、マット運動、ダンス、柔道、体育理論がある。生涯にわたって運動を安全に楽しめる資質を養うことを目的として授業を展開している。

### 4. フロアーの先生方との協議

○中学校のトレーニング計画と実践の報告について、高校で生涯スポーツへの導入とうまく関連・発展させていけば一貫性のある指導になっていくのではないかと。