

進んで鉄棒運動に取り組み、

一人一人が体力・技能の向上を図ることのできる6年体育科の実践

1 はじめに

小学校学習指導要領では、「基本的な上り技や支持回転技、下り技を安定して行うとともに、その発展技を行ったり、それらを繰り返したり組み合わせたりすること。」と、鉄棒運動5・6年の指導内容を示している。鉄棒運動は、上がり技—支持回転技—下り技を組み合わせ、一連の動きとしてできるようにすることが、鉄棒運動のおもしろさを味わわせることになる。「心と体を一体としてとらえ、生涯にわたって運動に親しむ資質や能力の基礎を育てる」という体育科の目標の中で、鉄棒という教材は児童にとって身近にあるにも関わらず、「できる・できない」がはっきり分かれたり、意欲面でも二極化が見られたりする。そのような身近な教材である鉄棒を少しでも好きになり、楽しさや喜びに触れながら、技ができるようになることで、運動に親しむ資質や能力を育てていきたいと考えている。

この鉄棒運動と子どもたちとの一般的な傾向として、低学年の子どもに比べ高学年の子どもは鉄棒運動が「嫌い」と答えることが多く、6学年2組（男子9名、女子12名、計21名）児童も同様であった。嫌いな理由としては「できないから」と答える児童が多い。しかし、換言すれば、鉄棒運動のおもしろさをどの子にも享受させるためには、「できる」ようにさせることが極めて必要なことと考える。高学年（6学年）での指導は、個人差に配慮し、遅れている児童にはスモールステップを踏んで、進んでいる児童にはさらに上の技を選択し取り組ませ、技の達成の喜びを享受できるような指導を工夫していきたい。

2 「知識・技能を活用する学習活動や比較・検討等、考える場の工夫や設定」

(1) 既習事項や経験の活用

- ① 個人差が大きいので、自己の能力に応じた課題設定や努力すれば到達可能なめあてに向かって学習（運動）できるように工夫する。
 - 技の系統性わかるカード（※資料1）を用意し、単元導入時のレディネスを把握したり、児童が技を知ったりできるようにした。自己の能力に応じた課題設定や到達可能な目標を立てる際に役立てることができた。

「上がり技」「回り技」「下り技」ごとに示したカードを用いて、鉄棒も技によってつながりがあることなど、技の系統性を視覚的にとらえ、学習に活かすことができた。
 - 子どもたちからは、「こんな技もあるんだ。」「初めて知った。」などという声も聞かれた。意欲を引き出すことにも有効であり、挑戦してみようという意識が見られた。
- ② 授業以外に実施できる運動なので、運動の日常化を大いに図っていく。
 - 授業で働きかけていったことで、6年生でも毎朝、校庭へ出て進んで鉄棒に取り組む姿が多く見られるようになった。個人差が顕著な6年生児童の実態でもあるので、授業時間のみの取組で技能向上を図っていくことは容易ではなく、授業と日常化をつないだロングスパンでの取組が大変有効であった。
 - 系統性がわかる学習カードを用いたことで、「上がり技」「回り技」「下り技」それぞれの取組や連続・組み合わせの取組など個に応じて運動ができ、カードが有効であった。

(2) 習熟度別学習やコース別学習等の個に応じた指導方法の工夫

- ① 鉄棒運動での児童の実態をもとにした単元構成を工夫する。
- ア 体力・技能面の個人差が広がっている。
 - イ 6年生で体格も大きく、自分の体を支えられない。
 - ウ 嫌い・苦手としている児童が多い。
 - エ 1単位時間継続しての取組は、できない・苦手な児童にとっては苦痛な時間とも感じる。
- 以上を踏まえて、本単元の指導計画を構成する際、1単位時間での扱いを、15分～20分程度の小刻み継続指導とし、他の運動領域（体づくり運動や陸上運動）と組み合わせながら、6時間扱いと比較的長い単元構成を図った。

	1時間目	2時間目	3時間目	4時間目	5時間目	6時間目
10分	準備運動・運動身体づくり					→
20分	体づくり運動	体づくり運動	陸上運動	陸上運動	陸上運動	鉄棒運動 発表会
30分	鉄棒運動				→	
40分	(オリエンテーション)					

- 1単位時間を2領域に分けて単元を構成したことは、児童の体力面や精神面、運動の特性面等から、効果的に取組むことができた。鉄棒運動では、休んだり、友達と話したりしている場面も見られず、集中して技の習得のために取組む姿が多く見られた。
- ② 授業場面での学習カードの工夫をし、細かいステップで技を達成できるように工夫する。
- 系統性がわかるカードとは別に、実際の授業場面で使用する学習カード（※資料2）を用意し、前時を振り返りながら本時のめあてを立てていくようにした。
- 「組み合わせ技」の取組（めあて1）と「できそうな技」の取組（めあて2）を設定し、片方また両方を各自の時間配分で運動できた。
- 技のコツやポイントを友達同士で教え合う姿や場面が、授業が進むにつれ多く見られるようになった。

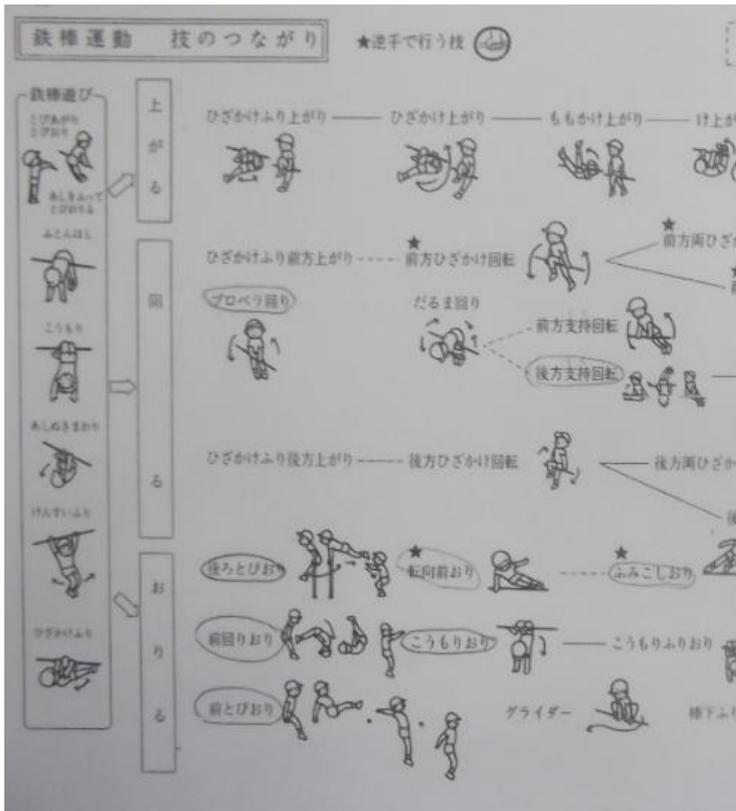
3 学ぶ実感を高める学習の「まとめ」

- 6時間目の「まとめ」では、単技や組み合わせ技の発表会を行い、単元を通して学習（運動）した実感が分かるようにした。
- また、ビデオ撮影も行い、自分の技（動き）が自分でも分かるよう試みた。単元学習前より、「できた（できるようになった）技」が増えた児童は15名で71%だった。
- 子どもたちからの感想では、「鉄棒運動が終わっても、休み時間などに続けて取組みたい。」
「1つでもできる技が増えてよかった。」などという声が聞かれた。（※資料3）

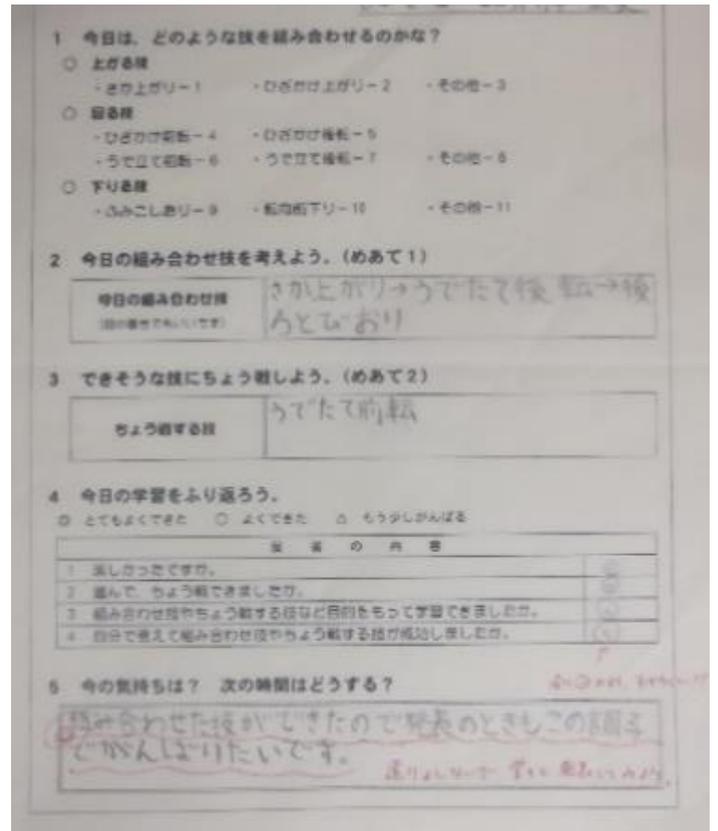
4 おわりに

子どもたちの実態を考え、学習カード活用の工夫を図ったり、単元構成を工夫したりすることで、できなかったことができるようになり、鉄棒運動のおもしろさや楽しさを味わわせることができたと思う。またそれが、日常化に広がることで、微力ではあるが、体育科の目標である運動に親しむ資質や能力を育てる一助となっていた。

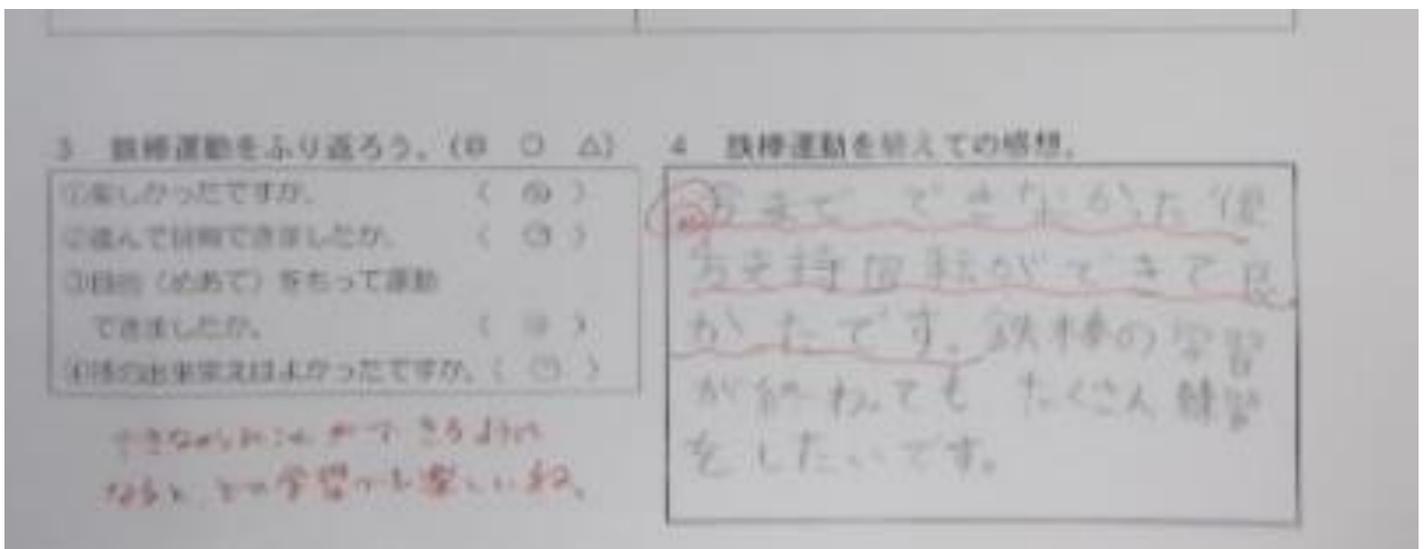
鉄棒運動は、他の運動種目にはない発達との関係が深い運動（適時性）であるため、中学年の頃までには、さか上がりをはじめ、回転技や下り技等を身につけさせていくことが大切である。また、系統性の強い教科（学習）でもあるので、教育課程編成時や体育主任等とも連絡を密にし、全校的に取組むことで子どもたちの体力や運動技能の向上を図っていきたい。



※ 資料1



※ 資料2



※ 資料3