

## 「できる」と「わかる」がつながる体育の授業づくりに関する考察

村田 大地 教職基盤形成コース 教科授業力高度化プログラム

キーワード：できる，わかる，運動の特性，基準，授業環境

### 1. 研究の背景

岩田(2012)は運動の技能習得に関して「できる」ことに結びつく「わかる」ことが重視されるべきであるとしている。また，森田ら(2021)の実践では子どもたちの「わかる」から「できる」のつながりは見られたが，「できる」から「わかる」へつながりの意識は低かったとしている。これらのことから「わかる」から「できる」という関係が見られる。一方で森(1994)は「できる」ようになると同時に課題と状況と自分が「わかる」とし，「わかる」と「できる」は同時に存在するとしている。しかし，山本(2014)は子どもの姿を「I. わかる・できる，II. わかる・できない，III. わからない・できる，IV. わからない・できない」という段階で分類している(図1)。このことから，「わかる」と「できる」は同時に生じているとはいきれない。また，筆者の学部時代の実習で子どもたちが「できる」ことを通して「わかる」ことをより深めていった姿があった。このことから，子どもたちの学びは「わかる」から「できる」のみではないことがいえる。これらのことから体育において「できる」から「わかる」という学びも成り立つのではないかと考え本研究を計画した。

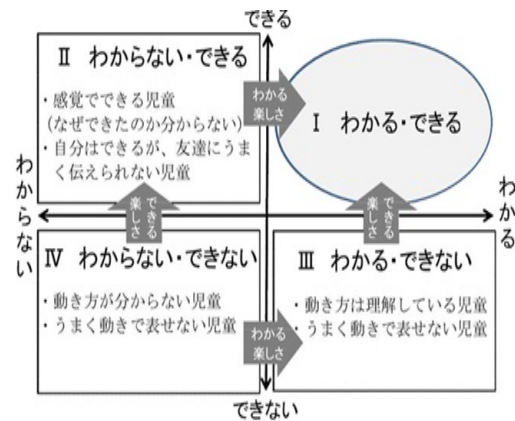


図1. 「わかる・できる」の分類

出典：山本，2014

### 2. 研究の目的

本研究では「できる」から「わかる」という事例を分析することで，これまで「わかる」から「できる」という方向で理解されてきた考え方に対して「わかる」と「できる」は双方向でつながる関係にあることを明らかにする。それによって，子どもたちの「わかる」と「できる」がつながるために，教師にとって必要な視点を考察する。

### 3. 研究の方法

中学校第1・2学年対象に生徒の発言や学習カード，授業動画や参観者のコメントから生徒の変容を分析し，「できる」と「わかる」がつながるための必要な視点を考察していく。

#### 4. 実践の様子

##### 4.1 水泳において「できる」ことを通してテーマの意味をより「わかる」ことに至った事例(2日間の実践の2日目の事例から)

水泳では「リラックスしてのびのび泳ぐ」というテーマで学習していった。2日目の学習では、「伸び」というテーマから1回のプルで長く進むことを目標として行った。目標の達成のために、だるま浮きから沈む運動とプルのみのクロールからプルとキックを合わせたクロールを行った。I生はだるま浮きから沈む運動を行った時に鼻から思い切り空気を吐いていた。沈む運動の後、I生は「鼻が痛い」と言っていた。しかし、筆者から「水の中で息を吐けると、反動で顔を出した時に力まずに息を吸える」という説明を聞いてI生は少々驚いていた。その後、プルのみのクロールとプルとキックを合わせたクロールを行った時に、I生は1日目と比べて1回のプルで長く進んでいた。その後、筆者から「泳いでみてどうだった？」聞かれた際にI生は「1日目よりも楽に泳げた」と答えた。続けて筆者から楽に泳げた理由を問われた際に「呼吸が楽になったから泳ぎ自体に余裕ができた」と新たにできるようになったことを実感していた。I生は2日間の振り返りに「速さも大事だけどうまくきれいに泳げるということ」と記述しており、自分なりの泳法のポイントとして「うまくきれいに」と考えを更新していた。

##### ○「できる」という経験から泳ぎ方やテーマの意味が「わかる」へ

I生は水の中で息を吐くことができた経験を通して、水面から顔を出した際に息を吸うだけで良いと認識するようになった。その結果、呼吸動作の際に瞬時に息を吐いて吸うという動きがなくなり、体が緊張することなく泳ぐことができるようになった。このような体が緊張せずに泳げた経験から「1日目よりも楽に泳げた」とI生は発言していた。また、I生は学習カードの2日間のまとめに「うまくきれいに泳ぐ」という記述していた。これらの「できる」という経験とから「リラックスしてのびのび泳ぐ」というテーマの意味がより「わかる」という姿へと変容したと思われる。

##### 4.2 走り幅跳びにおいて目標記録を基準として追究していく過程で「できる」から「わかる」につながった事例(単元の5・6時間目の事例から)

走り幅跳びでは助走スピードを生かして遠くに跳ぶことを追究していった。そこでは個々の基準として目標記録をもとに学習をすすめていった。目標記録を単元前半で超えたN生はさらに遠くに跳びたいと願っていた。N生は第4時の学習カードに「走る～着地までリズムで表す(♪♪♪♪♪：タンタ・タ・タ・タ・タ・タ・タ-タン)」と一定のリズムで踏み切ることを重要視していた。しかし、第5時の学習でN生は学習カードに「きょうはリズムを意識し(♪♪♪♪♪-♪)分からなくなった時は音をつける」と記述しており、素早く加速しながら踏み切ることに考えが変わっていった。一方で学習してきた複数のことを同時にできないという課題も感じていた。

第6時ではN生は引き続き素早く踏み切ることについて追究していた。N生は前時の課題を克服しようと友達と協力して拍を打ったり、数字を言ってリズムを意識したりして第5時の2m50cmの記録から第6時には2m60cmまで距離を伸ばすことができた。

○「できる」という経験による考えの変容とさらに「できる」ようになるための工夫

N生は目標記録からより遠くに跳べるようになるために、踏み切りまでをいかにして安定させるかという課題意識を持っていた。その課題の解決のためにN生は一定の助走のリズムが良いと認識していた。そこからリズムを変化させて素早く加速する踏み切りができたことで、一定のリズムよりも素早く踏み切る方が良いと自分の中のわかりを更新していた。さらに、N生は踏み切りのリズムと跳躍角度などの既習事項を組み合わせることを友達と協力してできるようになった。これらの経験から、N生は自己の課題意識と単元の目標の解決のために、素早く加速して踏み切るということをより深く認識するようになっていった。その結果、N生は第6時に「今までで一番達成感があります」と記述していた。

4.3 マット運動において友達とのかかわり合いの中で「できる」から「わかる」につながった事例(2時間の実践のうち1時間目の実践の事例から)

マット運動では大きな前転で動きをシンクロさせ、技の出来映えを高めることを追究していった。M生は授業前半ではマットに背中を打ち付けるような前転をしており、ペアと動きをそろえられずにいた。M生は筆者が手立てとして設定したタブレットで動きを観察することと、チェックシートに示された視点をもとに何度も技を繰り返していた。その中で、M生はタブレットやチェックシートを用いて、友達と技の形や技を行う位置等の改善点を友達と話し合ったり、着手位置を調節したりしていた。そのようなかかわり合いの結果、前半により腰が高く上がり、腕支持ができるようになり、ペアと動きをそろえられるようになった。また、チェックシートの結果では、授業前半に対して後半に良い評価が多く記された。

タイミング	足を着くタイミング	△	◎
	立ち上がるタイミング	△	○
	その他(腕を振るタイミング)	○	△
技を行う位置	着手の位置	○	◎
	技を終える位置	△	○

図2.M生のチェックシートの一部

○自己の願いから「できる」ようになるまでと「できる」経験からより「わかる」へ

M生はチェックシートや動画をもとに「ペアと動きを合わせるためにこう動きたい」という考えが生まれたのではないかと思われる。その考えを体現するために「こうすれば良いのかな」と考えて何度も練習したり、友達と動画を見て改善点を話し合ったりして技の

出来映えを高めようとしていた。M 生はこれらのかかわりからヒントを得て、授業後半に大きな前転でより腰の位置を高くすることができたり、腕支持ができたりした。この過程において、M 生の中でできた経験を通して大きな前転の出来映えを高めるポイントの理解が深まったと思われる。その結果、授業後半のチェックシートの評価において前半よりも良い評価が増えた。

## 5. 考察

3 つの実践から、生徒たちは共通して自分たちの思い通りに動きたいという願いがあった。学習の中で自分たちの思い通りに動けるようになるために試行錯誤していた。その過程において技の出来映えが高まったり、記録を更新できたり、より効率よく動けるようになった時に自分なりにうまくいったポイントを理解し、できるようになった理由を言語化したり視覚化した様子が今回の実践で見られた。この「できる」から「わかる」という学びを保障するために、①単元で目指したり獲得したりする運動の特性や課題を教師と生徒と共有すること②目標記録や動きの基準など単元で目指す目標があること③自然発生的に仲間とかかわり合える環境を設定することが重要だと言える。これらのことから、教師は学習する運動の学び方・楽しみ方を子どもと共有し、個人の期待値となるものを与え、対話が生まれるような機会を設定する必要がある。

## 6. 課題

本研究では運動が苦手と感じている生徒が多く、その生徒たちの実態に合わせた手立てを考えて授業を実践した。そのため、運動が苦手と考える子どもたちへは一定の成果が得られた。一方で運動が好き・得意と感じている生徒への配慮が行き届かない場面が見られた。今後は運動が好き・得意という生徒に対しても学習してきたことを振り返ったり発展的な課題を与えたりして「できる」ことを通して「わかる」を深めていく必要がある。

## 参考文献

- 岩田靖 (2012). 『体育の教材を創る』 大修館書店.
- 森田哲史・首藤祐太朗・浅間聖也・石川泰成 (2021). 「小学校体育科における『わかる』と『できる』をつなげる思考力, 判断力, 表現力等高め, 運動への自信を持てる指導法の開発」 『埼玉大学紀要 教育学部』, 70(1), 21-30.
- 森友高 (1994). 「『わかる』と『できる』の一考察～体育の授業をとおして～」 『体育スポーツ哲学研究』 16-1, 29-40.
- 山本顕子(2014). 「『わかる・できる』楽しさを味わう体育学習ー集団の中で一人一人が伸びを実感するボール運動ー」 平成 26 年度東京都教員研究生カリキュラム開発研究報告 東京都教職研修センター.