

科学研究費助成事業 研究成果報告書

令和2年 5月25日現在

機関番号：15401

研究種目：奨励研究

研究期間：2019

課題番号：19H00484

研究課題名：レジリエンスを育む体育科の授業改善 ～チーム学習を取り入れて～

研究代表者

住田 哲太郎 (SUMIDA, Tetsutaro)

広島大学附属三原小学校 教諭

交付決定額（研究期間全体）（直接経費）：210000 円

研究成果の概要：体育科の授業を通して、子どものレジリエンスを育む可能性を探求した。うまくいかないことやできないこと（逆境）に遭遇しても何度も試行錯誤し、主体的に運動に関わろうとする力を、「チーム学習」を取り入れた体育科の授業を通して高める。仲間との関わりの中で、以前よりもよくなった、できるようになったと実感できる体育授業での成果が、子どものレジリエンスを育むことにつながり、多様な運動との関わり方を保障することになることが明らかになった。

研究成果の学術的意義や社会的意義

レジリエンスは子どもの生活全体を通して高めていくもので、体育科の授業改善だけでレジリエンスが高まるとは言えなかった。ただし、次の学術的意義が認められた。つまり、体育科の授業にチーム学習を取り入れることで、レジリエンス要因のうち、友達と助け合ったり、励まし合ったりするソーシャルサポート因子が高まることや、「する・みる・支える・知る」といった運動に主体的に働きかける力が育まれることがわかった。さらに、子どものレジリエンスという学校教育全体で育成すべき資質・能力に関して、体育科が貢献できる領域を明確化するという点で、社会的意義が認められた。

研究分野：初等教育、体育科教育、協働学習、レジリエンス

キーワード：レジリエンス チーム学習 関わり合い ハードル走 マット運動

1. 研究の目的

昨今の体育科の課題として、習得した知識や技能を活用して課題解決することや学習したことを相手に分かりやすく伝えること、運動する子どもとそうでない子どもの二極化傾向や体力水準が依然として低いことなどが挙げられている。このような二極化の状態を改善させ、仲間と対話しながら課題解決するような、運動嫌いをつくらない体育科授業が求められている。うまくできなくても、何度も試行錯誤し、運動に主体的に関わろうとするレジリエンスを高める体育科授業の在り方を探りたい。一人では諦めてしまいがちであっても、仲間からの励ましやアドバイスがあれば最後までやろうという気持ちが高まる。仲間との関わりの中でできなかった運動ができるようになることで、次の運動に主体的に取り組めるようになる。そのような授業の中で、「する、みる、支える、知る」の運動への多様な関わり方を認めることで、自分が運動をするだけでなく、運動を見たり、支えたり、知ったりし、運動に対して主体的に関わろうとする意識を高めていきたい。

このような授業を実現するためのツールとして、「チーム学習」を仕組む。チーム学習とは、チームで役割を分担し、役割をローテーションしながら課題解決をめざす仕組みである。目標の達成をめざして試行錯誤する中で、動きの質を高める視点を整理しながら、役割に応じてチームで関わり合う機会を設ける。「友達のおかげでわかった」（知る）、「友達ができるようになってうれしい」（支える）といった、関わり合いをもとに生まれた運動に対する多様な関わり方を、主体的に運動に働きかける力へと高めていきたい。チーム学習での対話を授業の軸に据え、意図的に仕組むことによって、レジリエンスや運動に主体的に働きかける力を高めることができるのか明らかにすることを本研究の目的とする。

2. 研究成果

(1) レジリエンスとは

本学校園では、これからの急激に変化する社会を生き抜くための必要な学びの枠組みとして、「躍動する感性」「横断的な知識」「レジリエンス」を掲げて研究を行っている。体育科では、その中で「レジリエンス」に着目して授業改善に取り組んでいる。

「レジリエンス」とは、一般的には精神的回復力や抵抗力、復元力、耐久力などと訳されることが多い。しかし、レジリエンスの概念はとても広く、そのとらえ方は様々である。

平野（2016）は、レジリエンスを①「リスクによる負の影響を打ち消す個人の能力」②「逆境に対して適応するプロセス」と定義しており、その要因は資質的要因（持って生まれた気質）と、獲得的要因（後天的に身に付けやすいもの）とで構成されていると述べている。

また、太田・岡本（2017）は、レジリエンスを①「適応を促し、ストレスの負の影響を緩和する個人特性」②「深刻な逆境の中で、肯定的な適応をもたらす力動的なプロセス」③「困難あるいは脅威的な状況にも関わらず、うまく適応する過程、能力、あるいは結果」という三点から定義しており、周囲のサポートなどの環境要因が、資質的な回復力の低さを補うことも考えうると述べている。

本学校園では、「レジリエンス」を「逆境にさらされても適応し、目標を達成するために再起すること」と定義している。その中で体育科では、先行研究を踏まえて、獲得的レジリエンス要因に注目して授業改善を行った。

(2) 授業改善のポイント

原・古田（2013）は、学校においてレジリエンスを高めるにあたり、①係活動や相互学習のように、子どもたち同士でサポートを行いやすい場を作り、子どもたちが達成感を感じやすいよう課題設定や目標設定に工夫をすること、②つらい経験に着目するよりうれしい経験を多くすることでレジリエンスを高めることができる可能性が示唆されたこと、を述べている。

そこで、授業改善のポイントとして次の3点を挙げる。

- ① 授業の中に逆境場面を作り出し、適応していく過程を踏む。
- ② 子どもたち同士でサポートや肯定的なフィードバックを行いやすい機会を設ける。
- ③ 達成感を感じやすい課題設定や目標設定を行う。

原ら（2016）は、失敗した後の友達からの肯定的な声かけにより、友達に励ましてもらったり応援してもらったりしたとか、友達が自分のことをわかってくれたといったうれしい経験や友達からサポートを受ける経験が、困難に直面した際の適応に効果的であると明らかにしている。そこで、子どもたちにとって適切な課題や目標の設定を行うことで適度な逆境を創り出し、協働的に課題解決に向かう授業を通してレジリエンスを高めていく。

(3) チーム学習

レジリエンスを高めるためのツールとして、「チーム学習」を用いた。センゲ（2011）は、チーム学習とは、メンバーが心から望む結果を出せるように、チームの能力をそろえ、伸ばしていくプロセスであり、チーム内外の人たちとのダイアログ（対話）を通じて、課題を探索する学習方法であると述べている。

このことから、本研究におけるチーム学習を、チームで役割を分担し、役割をローテーションしながら、肯定的な対話を通して課題解決を目指す学習とした。

チームの能力をそろえるために役割を分担してローテーションする。一人では諦めてしまいがちであっても、仲間からの励ましやアドバイスなどの肯定的な対話があれば、最後までやろうという気持ちが高まる。仲間との関わりの中でできなかった運動ができるようになることで、次の運動に主体的に取り組めるようになるだろう。そのような授業の中で、子どもたちは「する、みる、支える、知る」（文部科学省、2008）の運動への多様な関わり方を経験することで、自分が運動をするだけでなく、運動を見たり、支えたり、知ったりし、運動に対して主体的に粘り強く取り組もうとする意識を高めていけると考えた。役割の例は次の通りである。

プレイヤー：課題を解決するために練習する。

コーチ：プレイヤーに対してアドバイスをしたり、励ましの声をかけたりする。

サポーター：記録を計ったり、場を整えたりする。

(4) 授業実践

5年生「ハードル走」

単元の目標：ハードルを決めた足でリズムカルに走り越えることができるように、チームで協力して練習に取り組むことができる。

第1次

単元始めに課題分析を行った。ワークシートの自分の運動の様子を写した写真と、動きのお手本とを



図1 役割を分担して課題解決を目指す

比較することで個人の課題が明確に見えるようにした。課題についてチームの中で指摘し合い、他者からの客観的な指摘を受ける場面を逆境場面とした。【授業改善のポイント①】

第2次

プレイヤーはビブスを着用して練習し、コーチはアドバイスやフィードバックを行う。サポーターはコーチのサポートをしたり、練習の場を整えたりしてチーム学習がスムーズに進むよう行動する。この時、肯定的な声かけを推奨し、よい関わり方をしているチームを全体に紹介することでモデルを示すようにした。【授業改善のポイント②】

時間を区切って全員ですべての役割をローテーションすることで、「する・見る・支える・知る」のさまざまな運動とのかかわり方を体験できるようにした。具体的には、ハードリングの改善に注目して練習させた。①振り上げ足、②抜き足、③上体、④踏切地点と着地点について、課題を選んで練習させ、最後にインターバルの全力疾走について指導した。

第3次

学習のまとめとして、単元のはじめと最後でハードリングがどのように変化したか振り返った。はじめと比べて良くなったところや改善が見られる点を伝え合い、はじめの得点と最後の得点を比較した。【授業改善のポイント③】

5年生「マット運動」

単元の目標：自己の能力に適した課題の解決の仕方や技の組み合わせ方を工夫して、チームで協力して練習に取り組むことができる。

第1次

単元のはじめに、自分の技の出来栄をセルフチェックし、挑戦する技を決めた。自分の能力よりも少し難易度の高い技に挑戦することで、逆境場面を設定した。【授業改善のポイント①】

第2次

プレイヤーはビブスを着用して練習し、コーチはアドバイスやフィードバックを行う。サポーターはコーチにアドバイスの助言をしたり、道具の準備や片づけなどのサポートを行ったりする。この時、課題に合わせて、練習方法や練習の場、補助の仕方を紹介し、チームで必要なものを選択できるようにした。【授業改善のポイント②】具体的には、例えば倒立前転であれば、着手や目線の目印を活用すること、足を上げる高さの目安としてゴム紐を利用すること、補助倒立から前転をすることなどを、プレイヤーの課題に合わせてチームで選択して練習したということである。

第3次

学習のまとめとして、単元のはじめの動きと最後の発表の出来栄を比較した。動画を確認することで、はじめと比べて良くなったところや改善が見られる点を伝え合えるようにした。【授業改善のポイント③】また、振り返りをOPPシートに記述させることで、自分自身の気づきとチームでのかかわりについての気づきを蓄積し、ふり返れるようにした。



図2 課題に合わせて練習方法を選択

(5) 結果と考察

○レジリエンス合計得点の推移

単元前後でアンケート調査を実施し、合計得点の推移を分析した。得点の変化が少ない児童が多く、授業前と後で有意な傾向などは見られなかった。

○因子別集計

因子別に集計したところ、「ソーシャルサポート因子」の得点は有意に高まっていた。

使用したアンケートは、藤原・小泉（2017）の児童用レジリエンス尺度、斎藤・岡安（2010）のレジリエンス尺度が本研究のレジリエンスと合致

	得点	単元前 (人)	ハードル走後 (人)	マット運動後 (人)
ソーシャル サポート 因子	5点	64	73	83
	4点	28	25	18
	3点	21	18	13
	2点	15	8	11
	1点	9	9	13

するとして、これらを参考に作成した。

図3 ソーシャルサポート因子の得点推移

○抽出児童の振り返り記述

チーム学習で子ども同士の言葉で肯定的なフィードバックをし合うことやはじめと比べて良くなったところを伝え合うことは、自分の運動の上達や成長にとってよい効果があると感じている児童がほとんどであり、否定的にとらえている児童はいなかった。また、アンケ

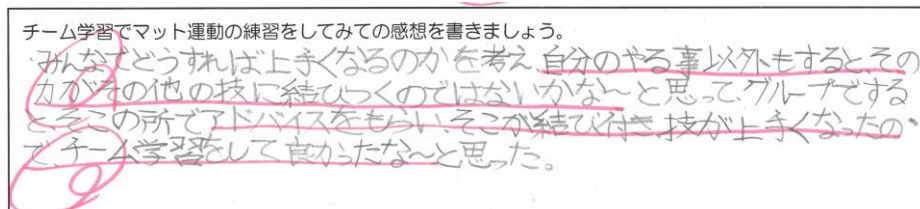


図4 抽出児童の振り返り記述（マット運動）

ートのレジリエンス合計得点が下がった児童や変化が少なかった児童も、学習内容やチーム学習での関わり合いについては肯定的に捉えており、体育の授業内容とレジリエンス合計得点に有意なつながりはあまり感じられなかった。

記述内容としては、「する・みる・支える・知る」の運動との多様なかかわり方について記述している内容が多かった。抽出児童の振り返りには、「自分のやる事以外もすると（つまり、友達のコーチやサポーターとして活動すると）、その力がその他の技に結びつくのではないかと記述しており、「する」以外の「みる・支える・知る」力が、自分の「する」力に結び付くことに気付いている。このことから、チーム学習は「運動に主体的に働きかける力」を高めるのに効果的であるといえる。

授業中の行動観察においても、チーム学習を仕組むことによって普段の授業に比べて積極的に運動を行う姿が見られた。運動が苦手な児童も、友だちに励まされ、褒められることで試技の回数が増え、主体的に粘り強く課題に取り組むことができた。

(6) 結論

レジリエンスは子どもの生活全体、すべての学校教育活動を通して高めていくもので、体育科の授業改善だけでレジリエンスを育むことは困難である。ただし、チーム学習を取り入れて体育科の授業を改善していくことで、ソーシャルサポート因子を高めることはできた。体育科におけるチーム学習は、子どものレジリエンスを高める一助となり、多様な運動との関わり方を保障することにつながるといえよう。今後は、クローズドスキルの単元だけでなく、オープンスキルの単元でもチーム学習を取り入れることができるよう、実践を深めていきたい。

〈引用文献〉

- 文部科学省、『小学校学習指導要領解説体育編』，東洋館出版社，2008
原 郁水、『小学生のレジリエンスを高めることを目的とした保健教育プログラムの開発』，2016
平野真理、『レジリエンスの資質的要因・獲得的要因分類の試み』，2010
ピーター・M・センゲ、『学習する組織』，英治出版，2011
藤原佑一・小泉令三、『小学校5年生の社会的能力とレジリエンスの関係』，2017
齊藤和貴・岡安孝弘、『大学生用レジリエンス尺度の作成』，2010
平野真理、『レジリエンス ～多様な回復を尊重する視点～』，2016
太田美里・岡本祐子、『レジリエンスに関する研究の動向と展望 ―環境要因と意味づけへの着目―』，2017
原郁水・古田真司、『小学生のレジリエンスとつらい経験・うれしい経験との関連』，2013

3. 主な発表論文等

〔学会発表〕(計1件)

- ① 住田 哲太朗，「レジリエンスを育む体育科の授業改善 ～チーム学習を取り入れて～」，初等教育カリキュラム学会，2020年

〔図書〕(計2件)

- ① 間瀬 茂夫，住田 哲太朗，広島大学附属小学校学校教育研究会，「学校教育」，2020年6月号，64ページ
② 間瀬 茂夫，住田 哲太朗，広島大学附属小学校学校教育研究会，「学校教育」，2020年9月号，64ページ

4. 研究組織

研究協力者

研究協力者氏名：木原 成一郎

※科研費による研究は、研究者の自覚と責任において実施するものです。そのため、研究の実施や研究成果の公表等については、国の要請等に基づくものではなく、その研究成果に関する見解や責任は、研究者個人に帰属されます。