

19

安城

里町小学校

名前

ますだ  
増田かずき  
和紀

分科会番号 11

分科会名 保健体育 (体育)

研究テーマ「自分で課題を発見し、進んで技の習得に取り組む児童の育成  
～跳び箱運動の実践を通して～」

## 1 テーマ設定の理由

5年3組は、27名（男子14名、女子13名）の児童が在籍している。休み時間になると級友と仲良く、外で体を動かす児童が多く、体育が好きと答えた児童が22人いた。また、授業では自分の意見を伝えようとする児童も多く、様々な教科における話し合い活動が活発である。その反面、新しい学習や苦手なことにはなかなか取り組むことができず、苦手なことを克服できない児童も少なくない。そこで、苦手な運動でも自分で課題を発見し、進んで技の習得に取り組む子どもの育成を目指したいと考え、苦手とする児童が多い跳び箱運動を取り上げた。その中でも、児童が苦手としている台上前転に焦点をあてて本単元を設定した。

本単元では、自分の演技をタブレット端末を用いて客観的に見ることで、自分の課題を発見し、進んで技の習得に取り組むことができるようにする。また、話し合いの場を設定し、意見を交流することで、自分では気づかなかったことに気づくことができるようにする。そして、課題を解決するための練習の方法や自分の苦手な技ができるようにするためのコツを考えていくことで、児童が進んで技に挑戦することができると期待し、本主題を設定した。このような学習活動を通して、自ら課題を見つけ、仲間と協力しながら主体的に解決しようとする子ども、失敗を恐れずに新しい技に挑戦し、粘り強く取り組む子ども、そして他者の意見を尊重しながら自分の考えを深めていく子どもの育成を目指す。

## 2 テーマに迫る基本的な考え方

「自ら課題を発見し、進んで技の習得に取り組む児童」を育てるために、以下のような仮説を立てた。

### 〔仮説1〕

自分で課題を発見し、その解決に向けての見通しをもつことができれば、自ら進んで練習し、技ができた喜びを実感するであろう。

手立て1 タブレット端末を活用し、自分の課題を発見する活動を取り入れる。

自分の動きをタブレット端末で録画し、客観的に見ることで、自らの課題に気づき、解決につながるための練習に取り組むことができるだろう。これを繰り返し、技ができる喜びを積み重ねることで、苦手なことを克服しようとする意欲をもつことができると考える。

手立て2 振り返りの視点を示し、次時の課題をもたせる。

「できるようになったこと」・「がんばりたいこと」・「新しい課題」・「友達の見地で参考にしたいこと」の4観点を示した上で、授業を振り返る時間を設定し、自分の技の完成度や練習方法を見直す。自分にできることや足りない点をメタ認知し、練習方法を見直すことで、次の活動への意欲を高め、進んで体を動かすことができると考える。

### 〔仮説2〕

課題の解決に向けて児童が対話をする場を設定すれば、課題の解決への糸口を見つけることができ、あきらめずに取り組んだり、新しいことに挑戦したりするであろう。

手立て3 教材と対話をする。

苦手な技ができるようになる動きを身に付けるために、NHK for School や You Tube などから情報を収集する。

これにより、課題を解決するための様々な動きを理解し、試すことができると考える。

手立て4 グループで対話をする。

自分とは異なる課題をもった友達とグループをつくることで、互いの課題についてアドバイスをする場を設定する。自分の課題を解決する方法について、友達と一緒に考えたり、アドバイスしたりすることで、仲間意識をもち、ともに課題を解決していこうとする意欲をもって活動することができると考える。

### 3 仮説の検証方法

抽出児（以下Aとする）を選出し、その変容を追っていきながら、仮説の検証を行う。

Aは、学習に対して、真面目に取り組むことができる。得意とする算数などの授業では、積極的に挙手をするとともに、仲間にも意見を伝えることができる。しかし、Aにとって難しい問題や苦手な運動に直面した時、克服に向けた取り組みをすることが少ない。また、Aに「どうやったらできると思う？」と聞くと「わからない。できない。」と言う。Aは、自分の課題を発見することが苦手であり、それにより、解決したい意欲が高まらないと考える。

本単元では、児童が自分の動きをタブレットで撮影をすることで、客観的に見る活動を取り入れる。Aが教材やグループとの対話を通して課題を発見し、友達と励まし合いながら活動することで課題に進んで取り組み、できた喜びを味わう姿を期待する。

### 4 実践

#### (1) タブレット端末を活用し、自分の課題を発見する活動を取り入れる。(手立て①)

第1時では、教師が台上前転ができるようになるポイント  
を4つ提示した。(資料①) 自分の演技の動画を見る時も、  
これらを重点的に観察するように伝えた。他にもロイター板  
で練習する場所、前転の練習をする場所、幅の広い跳び箱で  
台上前転の練習をする場所を設置し、課題に合った練習がで  
きるようにした。

- ① 手を手前につく。
- ② ロイター板を両足で「バン！」と強く押す。
- ③ 腰を高く上げる。
- ④ 頭の後ろを跳び箱につける。

資料①台上前転ができるようになるポイント

まず、自分の課題を設定し、課題に合った場を児童が選ん  
で練習し、動画撮影を行った。その後、自分とは異なる課題をも  
った友達とグループになって話し合い、そこでのアドバイスをも  
とに再度練習し、振り返りを記入した。

Aは初め、跳び箱は苦手だから段の高さが低い跳び箱から始め  
ていこうと考え、3段の跳び箱を選んだ。(資料②) Aが跳び終わ  
った後に、教師が「何が課題だと思うか」と聞いた。しかし、A  
は「課題はわからないけれど上手に跳べない」と答えた。そこ  
で、Aは自分が練習している姿の動画を友達に撮影してもらっ  
た。自分やグループの友達の動画を見て、話し合ったことで、Aは  
「他の子に比べて、腰が上がっていない」という課題を見つけるこ  
とができた。

第3時では、Aはロイター板で踏み切りの練習を行った結果、少  
しずつ腰が上がるようになり、普通の跳び箱で台上前転ができよ  
うになった。しかし、Aは台上前転の練習をする中で、「頭の頂点  
が痛い。」と言っていた。(資料③) そこから、Aは、頭の頂点をつ



資料②幅の広い跳び箱



資料③頭の頂点がついている

かないためには、どうしたらよいのかという新しい課題を設定した。Aは、タブレット端末を活用し、自分の動きを客観的に見るとともに、他の児童の動きと比較することで、頭の後ろをつけるという自分の課題を発見することができた。

## (2) 振り返りの視点を示し、次時の課題をもたせる。(手立て②)

振り返りの視点として、資料①のどのポイントに重点をおいたのか明示した上で、「できるようになったこと」、「動画を見た友達からのアドバイス」、「新しく発見した課題」の3つの視点を与えた。これにより、振り返りが感想の記録にとどまらず、学習の成果と次の課題を結びつける具体的な手がかりとなった。特に「できるようになったこと」では、自分の成長を確認することで達成感を得られ、次の挑戦への意欲につながった。

一回動画撮って問題ないと思ったけれど、音量を上げてみると(a)バーンという音が全然してなかったの、最後の5分間バンと頭の後ろをつけることを頑張ってやってみました。バンはできたのでうれしかったです。次回も頑張りたいです。(b)頭のとっぺんは動画だといっているように見えるけれど僕はあんまり頭のとっぺんが痛くないのでちょっとよくわかりません。

資料④ Aの振り返り

Aは、第1時に自分の課題を「②ロイター板を両足で「バン！」と強く押す」として取り組んだ。(資料④)

のa) Aは、第2時にはロイター板を強く踏み切ることができるようになったと記述していた。また、Aの演技からも両足を揃え、力強く踏み切っていることがわかった。そして、上記にあるように台上前転をしていると頭が痛いということから、Aは振り返りに新しい課題を書き、進んで取り組む姿があった。Aは、振り返りから課題を自分で設定し、授業を行う前に前時の振り返りを確認したことで、課題を意識して主体的に練習に取り組むことができた。

## (3) 教材と対話をする。(手立て③)

教材との対話では、主にNHK for SchoolやYou Tube、教師の実演した動画の3つを参考にするよう児童に指示した。その3つの内容は資料①、台上前転の悪い例、前転のポイントが説明されている動画となっている。

Aは、単元のはじめの授業前アンケートで「動画を参考にすると、台上前転ができるようになると思う。」と回答した。その一方、「動画の人はうまくできるけれど、実際にやってもできないことがある。」という回答もあった。Aの授業後アンケートでは、「動画を参考にしたことで、手本となる動きを理解することができた。でも、それが難しくてできなかった。」と記していた。

動画で見た動きを真似しようと練習を続けるうちに、Aは、台上前転ができるようになるポイントを理解することができてきた。そして、できなくても何度も挑戦し、進んで技の習得を目指した結果、体の動かし方に変化が見られるようになった。特に上達した動きは、ロイター板を使って腰を高く上げる動きである。第1時では、腰が低かったが、動画を参考にするともに練習を重ねたことで、腰が高くなっていた。(資料⑤) このように教材



資料⑤ Aの腰が高く上がった写真

との対話を通して、Aは「正しい動きのイメージ」をもつことができ、練習の方向性を明確にすることができた。さらに、動画を繰り返し視聴したことで、動きのポイントを自分なりに整理し、挑戦を続ける意欲を高めることにつながった。

## (4) グループで対話をする。(手立て④)

児童が選択した課題をもとに、異なる課題をもった児童同士のグループを教師が意図的に作成し、授業のはじめに話し合いを行う場を設定した。話し合いでは、課題を仲間に伝えたり、どうやったら課題を解決したりすることができるのかアドバイスをし合った。

第2時で、Aは動画での動きと自分の感覚とのずれに違和感を覚え、できているかできていないかわからないと振り返りに記入していた。(資料④のb)第3時では、「頭の頂点が痛い」ということから自分の動きに新たな課題があることに気づいた。そして、グループでの話し合いの中で「両足でロイター板を跳んだ方がいいよ。」というアドバイスをもらった。(資料⑥) Aは、動画を確認しながら、ロイター板を両足で踏み切れるように工夫した。その結果、腰が少しずつ上がり、徐々に頭の頂点ではなく後頭部の方が跳び箱につくようになり、スムーズな回転ができるようになっていった。振り返りでは、「両足でロイター板を踏み切るようになってから頭のとっぺんがつくが、少しは後頭部がつくようになった。まだ、頭の頂点がついてしまうため、これからも後頭部がつくように取り組んでいきたい。」と記入していた。Aは、第1時では幅の広い跳び箱を跳ぶのに精一杯であったが、授業を重ねるにつれて、通常の跳び箱でも跳べるようになっていた。

A：ロイター板を強く押すことができるようになってきたと思うんだけど、頭のとっぺんが痛くなるんだよね。

B：なんでだろうね。動画を見せてみて。

C：頭のとっぺんが跳び箱についているから痛くなるんだよ。動画でもついているよ。

A：ついてるのかな？髪の毛でわかりにくいね。

B：でも目線がおへそを見ようとしていないから頭がついていると思うよ。だから頭のとっぺんが痛くなるんだと思う。

C：他にもまだまだ両足でロイター板を思いっきり押したら、もっとおしりも高く上がって跳ぶのが楽になるよ。

A：じゃあ、ロイター板を押すのと、目線をおへそにして、頭の後ろをつくようにするよ。

#### 資料⑥グループでの対話

## 5 研究の考察

### (1) 仮説1の検証

手立て1において、単元を通してタブレット端末を活用し、自分の課題を発見することで、その解決に向けて児童は進んで練習に取り組んでいた。不得意なことに対して挑戦をしなかったり、何が課題なのか考えたりすることが苦手なAが、自分の動画から課題を発見し、その課題の解決に向けて取り組み、技の習得に迫ることができた。また、A以外の児童も授業後アンケートから9割を超える児童が「自分の動画を見て、課題は見つけることができた。」と回答した。

手立て2においても単元を通して振り返りの視点を示し、次時の課題をもたせることで、自分の課題をもって本時に取り組むことにつながった。Aは、振り返りに書いた課題を達成しようとすることで、練習や話し合いに主体的に取り組んでいた。それにより、Aは技の習得に迫ることができた。そして、授業後アンケートでは、振り返りを書き、次の授業の始めにその振り返りを確認したことで、課題を常に意識して授業を行うことができた児童が22人いた。

以上のことから、仮説1に対する手立て1、2は有効であったと考える。

### (2) 仮説2の検証

手立て3において、単元を通して教材と対話をする中で、台上前転ができるようになるポイントを視覚的に理解することができた。Aは、手本となる動画を見ることによって台上前転のイメージが頭の中でできていたと考える。しかし、イメージをもつことと、それを自分の体で表現することの間には大きなずれがあり、どうやったらそれを自分の体で表現することができるのか悩んでいた。このような状況において、教師が授業の中で、児童の悩みの解決につながる適切な発問や補助、場の設定をすることが大切であった。授業後アンケートでは、「NHK for school や You Tube を参考にすることで、手本となる動きを理解することができましたか。」という質問に対して、21人が「できた」と回答した。「できなかった」と回答した児童の中には、「あまり見なかった。」「よくわからなかった。」と回答した児童がいた。動画を視聴する効果を伝え、動画の視聴後にポイントとなる動きの確認を取り入れる必要があると感じた。それにより、児童が動画を見ることのメリットを理解することができる。ま

た、ポイントとなる動きの確認を全体ですること、友達同士で「ここが大事だね。」と意見を共有でき、動画から得た知識を自分の言葉で整理し、実際の動きにつなげることができる。と考える。

手立て4においても、単元を通してグループの友達と対話をする。こと、互いの課題についてアドバイスがで、き、どうやったらできるか話し合うことができた。Aは、友達のアドバイスをもとに練習方法を見直し、取り組んでいた。このような協働的な学びの場は、児童が自分の考えだけにとどまらず、他者の視点を取り入れることで新しい気づきを得る機会となった。Aは友達の助言を受け入れることで、改善の方向性を自ら考える姿勢を育んだ。そして、Aは仲間からの支えによって挑戦への不安が軽減され、繰り返し練習に取り組む意欲が高まった。また、友達からのアドバイスは、練習方法や意識する部分を見直すことにつながった。その理由として「自分でも気付かなかったところが見つかった。」「ロイター板の足のマークで踏み切らないといけないと言われてやってみたら、おしりが高く上がったから」などの回答があった。

このような友達との対話による成果は、ただ技の習得に迫るだけでなく、グループ内で互いにアドバイスを交換することにより、学級全体に協力して学び合う雰囲気を広げ、児童同士が安心して挑戦できる環境づくりにもつながった。

以上のことから、仮説2に対する手立て3、4は有効であったと考える。

## 6 今後の課題

今後の課題は、大きく分けて2つあると考える。

1つ目は運動に対しても苦手意識を抱いている児童への支援である。跳び箱だけでなく、その他の運動に対して苦手意識を抱いている児童がいる。そのため、台上前転に挑戦ができないとともに、話し合いにも参加できない児童がいた。このような児童に対しては、同じように課題を抱えている仲間と安心して意見を交換できる場を設けることが重要である。児童は、互いに「どうすればできるようになるか」を話し合うことで、自分だけが悩んでいるのではないという安心感を得るとともに、挑戦への意欲を高めることができる。このことから、その児童の能力の段階に応じた教材を用意する必要性を実感した。例えば、跳び箱の高さを低く設定したり、補助具を活用したりすることで、成功体験を積み重ねることができるだろう。こうした教材の工夫は、児童が「できた」という達成感を味わうきっかけとなり、次の挑戦へとつながる。それにより、できない技の習得に意欲的に取り組むことで、体を動かす楽しさや技を習得する楽しさにつながると考える。

2つ目は、跳び箱に恐怖心を抱いている児童への支援である。授業の中で、怖くてロイター板まではいけるけれど踏み切る直前にスピードを落としてしまい、跳び箱を跳ぶことができない児童が複数人いた。しかし、資料②のように前転する面積を広げることで、安心感につながり、何度も挑戦する児童がいた。このように「安心して挑戦できる環境」を整えることは、恐怖心を軽減すると考える。児童は安全が保証されたことで、失敗を恐れず繰り返し挑戦する姿を見せるようになった。しかし、体が大きく、跳び箱の長さが足りず、跳び箱から落ちてしまうという児童や恐怖心が拭いきれず、普通の跳び箱になると跳べなくなる児童がいた。また、真っ直ぐ前転ができず、跳び箱の横に落ちそうになる児童もいた。(資料⑦) そのような児童の支援として、跳び箱の横に補助をつけることやセーフティマットを置き、横から地面に落ちても落差がないようにする場を設定する必要があると考える。さらに、



資料⑦真っ直ぐ前転できない児童

「さっきよりも助走のスピードが上がっているよ。」など教師が声掛けを行い「挑戦する姿勢そのものを評価する」ことで、児童は安心感を得て前向きに取り組むことができる。恐怖心を克服する過程そのものが、児童にとって大きな学びとなり、体育科の授業を通して自己の成長を実感する機会となる。それにより、安心して跳

び箱に挑戦できると考える。

Aは、単元の振り返りとして初めて5段に挑戦し、跳ぶことができたであった。(資料⑧)今回の手立てを継続しつつ、今後はこれら2点の課題に重点を置きながら、児童が自ら課題を発見し、その解決に向けて主体的に体を動かすことができるような授業づくりに取り組んでいきたい。そのために、児童の実態に応じた教材の工夫や、安心して挑戦できる環境の整備、仲間と支え合いながら学び合う場の設定、そして挑戦する姿勢を認める声かけなどを通して、児童の体育への意欲を引き出して

いく。こうした取り組みを積み重ねることで、児童が進んで体を動かし、生涯にわたって健康の保持増進を図りながら、豊かなスポーツライフを実現できるように取り組んでいきたい。

今後は、この二点にも重点を置いて研究を続けていきたい。

今回で最後の跳び箱の台上前転でした。最後の最後に5段に挑戦したらできました。5段に挑戦したのは今日が初めてで、あまり上手にはできなかったけど跳ぶことができました。最後に5段に挑戦できて良かったです。

資料⑧Aの単元の振り返り