

| | | | |
|-------|-----|---------|----------------|
| 1 | 名古屋 | 鳴海東部小学校 | ヨゴミキオ 余語 幹夫 |
| 分科会番号 | 11 | 分科会名 | 保健体育（体育） |

研究題目

考え、動きを高める体育学習

研究要項

1 どのような子どもを育てたいか。

私は、子どもが困難に直面したときに、自分で考え、解決し、それを繰り返していくことで、自分をより成長させてほしいと願っている。そのためには、子どもが失敗したり、思うようにいかなかったりしたときに、どうしてうまくいかなかったのか、どうしたら解決できるのかを考えながら物事に取り組み、解決することが大切であると考えている。

体育学習においては、自分の動きのどこの部分が、どのようになっていたかについて考えた内容が自己の課題となり、その課題を見付けることと解決することを繰り返していくことが動きを高めることだと私は考える。自分の動きに対して思考を働かせて自己の課題を見付け、その課題を解決していくことで、新たな学習内容や苦手な学習内容に直面したときでも、考えたことを基に、課題を見付け、解決していき、動きを高めていくことができると考える。

2 学年・領域（単元）

- (1) 対象学年 第5学年（34人）
- (2) 領域（単元）
陸上運動（走り幅跳び）

3 授業づくりにおける基本的な考え方

(1) 単元末に期待される具体的な子どもの姿

自分の動きを振り返り、「できていない」「もっとよくしたい」と感じる場面について、自己の課題を明確に見付け、課題の場面に応じた練習をして、課題を解決する姿。それに加え、新たな課題を見付け、その課題を解決していくことを繰り返す姿。

(2) 単元末に期待される具体的な子どもの姿に迫るための授業の考え方

期待される子どもの姿に迫るためには、まずは、子どもが自己の課題を見付けることができるようにする。しかし、子どもが自己の課題を見付けていく際に、よく考えずに自己の課題を学習カードに記述する場面が時々見られる。例えば、走り幅跳びの学習において、自己の課題を「着地がよくなかった」と記述することである。この子どもは、着地局面に課題があることが分かっているが、着地局面の自分の体のどこの部分の動きがどのようによくなかったのかを明確に見付けることができていない。このようなことから、子どもが自己の課題を明確に見付けることができるようにしたい。

次に、課題の場面に応じた練習に取り組むことで、自己の課題を解決することができるようにする。さらに、自己の課題を解決した後も、再度自分の動きから、また新たな課題を見付けることができるようにする。そのようにすることで、課題を見付ける活動と課題を解決していく活動が絶えず繰り返され、より動きを高めることができるようになると思う。

以上のことから、次のことを重点として、実践に取り組もうと考えた。

課題を明確に見付け、解決することを繰り返すことで動きを高める学習活動の工夫

(3) 授業の具体

重点1：課題を明確に見付ける

子どもが自己の課題を明確に見付けることができるようにするために、学習支援用タブレットを活用し、手本の動画や動きのポイントを確認できるようにする。

【資料1、2】

まず、自分の動きを撮影し、手本の動画や友達の良い動きと比べることができるようにする。その際、撮影した動画から、子どもが「できていない」「もっとよくしたい」と感じた一場面のスクリーンショットの写真を撮る。**【資料3-I】**

次に、スクリーンショットの写真を分析し、「できていない」「もっとよくしたい」と感じた動きは「どの場面か」「体のどこの部分か」「どのようになっていたのか」を記述し**【資料3-II】**、自己の課題とする。このように、3観点に分けて考えることで、自分の動きをより明確に分析することができるようになる。と考える。

さらに、3観点に分けて考えた自己の課題を基に、「改善するためにはどのようにしていくとよいか」を記述し**【資料3-III】**、その内容を本時のめあてとして学習を進めていく。

課題を見付けることができない子どもには、教師支援をする。例えば、友達や教師に自分の動きを確認してもらうように促したり、「手や足の位置」「手や足、腰の曲がり方」などの体の部位に着目させたりして、全ての子どもが課題を見付けることができるようにする。

重点2：課題を解決する

自己の課題を意識して、**【次頁資料4】**のような場で練習に取り組むことで、課題を解決し、動きを高めることができるようにする。なお、これらの場は、子どもが選択するものではなく、見付けた課題に対して、決められた練習の場で取り組むこととする。

子どもは決められた練習の場で練習に取り組み、友達と助言し合ったり、動画を確認したりして、最終的に課題を解決することができたかを子ども自身で判断する。






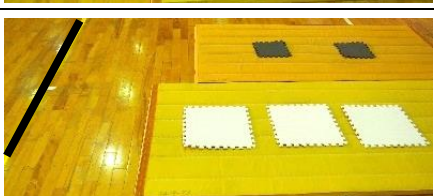
【資料1 手本の動画と動きのポイント】



【資料2 手本の動画】

| | | |
|-------------------------|-------------|----------------------------|
| 走り幅跳び 学習カード① | | 番 |
| 今日の動画 | 動画のスクリンショット | 自分の課題を見付けるために取り組んだことは何ですか？ |
| I | | 手本の動画を見て、自分の動きと比べた |
| | | 友達の良い動きを見て、自分の動きと比べた |
| | | 友達からアドバイスもらった |
| 自分の課題 | | |
| どの場面か | 体のどこの部分か | どのようになっていたのか |
| II | | |
| 改善するために (どのようにしていくとよいか) | | |
| III | | |

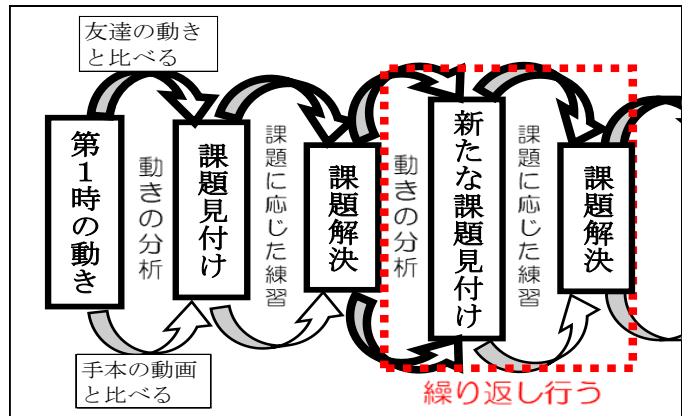
【資料3 使用した学習カード】

| 動きのポイント | 課題の場面に応じた場面の練習の場 | 期待される動きの高まり | |
|---------|---|--------------------------------------|---|
| 力強い踏み切り |  踏み切り位置 | 踏み切り位置に踏み切り板や一段の跳び箱を置き、その上で踏み切る。 | 踏み切り板や一段の跳び箱で踏み切ることで、最後の一步に力が入り、より力強い踏み切りができるようにする。 |
| 高い跳び出し |  70cm | 踏み切り位置の前方70cmに20～30cm程度の高さのある障害物を置く。 | 障害物に当たらないように踏み切ることで、上方への高い跳び出しを意識しながら踏み切ることができるようにする。 |
| 着地前の姿勢 |  | マット上に長めで高さのない障害物を置き、当たらないように跳ぶ。 | 長く低い障害物を跳び越すことで、着地前に足を前方に出す姿勢をとることができるようにする。 |
| 両足での着地 |  | ジョイントマットを着地するマット上に置き、そのマットの上に着地する。 | マットの上で止まって着地をすることで、膝を曲げながら、両足で安全な着地をすることができるようにする。 |

【資料4 課題の場面に応じた練習の場】

重点3：繰り返す学習過程

【資料5】のような学習過程を取り入れ、課題を見付けることと課題を解決することを絶えず繰り返すことができるようにする。その際、学習進度によって、課題を見付けるための取り組みをするのか、課題を解決していくための取り組みをするのかを子どもが判断して、学習を進めることができるようにする。





【資料5 動きを高めるための学習過程】

(4) 指導と評価の計画

| | | |
|------|--------------|--|
| 単元目標 | 知識及び技能 | 走り幅跳びの行い方を理解するとともに、より遠くへ跳ぶことができる楽しさや喜びを味わい、リズムカルな助走から力強く踏み切って跳ぶことができるようにする。 |
| | 思考力、判断力、表現力等 | 自己に合った課題をもち、解決の仕方を工夫しながら学習に取り組むことができる。また、自己や友達の考えたことを他者に伝えることができるようにする。 |
| | 学びに向かう力、人間性等 | 走り幅跳びに積極的に取り組み、ルールを守り、助け合って運動をしたり、勝敗を受け入れたり、友達の考えや取り組みを認めたり、場や用具の安全に気を配ったりすることができるようにする。 |

| | | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
|------|----------------------------|--|---|--|-------|---|--------|
| 学習過程 | 5 | 集合、整列、健康観察、準備運動 | | | | | |
| | 10 | オリエンテーション | 感覚づくりの運動（「グリコじゃんけん」「スキップ運動」「0～3歩助走の走り幅跳び」の三種類の運動） | | | | |
| | 15 | 記録測定 ・動きの撮影 | 課題見付け 【重点1】 ・動きの撮影と確認 ・動きの分析 | 課題解決【重点2、重点3】 ・動きのポイント（「力強い踏み切り」「高い跳び出し」「着地前の姿勢」「両足での着地」）を解決するための場で練習 ・動きを撮影 | | | 記録測定 |
| | 20 | | | | | | |
| | 25 | | | | | | |
| | 30 | 感覚づくりの運動 | | 新たな課題見付け【重点1、重点3】 ・撮影した動画を確認し、新たな課題を模索 | | | |
| | 35 | | | | | | |
| 40 | 本時のまとめと振り返り ・動きのポイントの確認 | 本時のまとめと振り返り | 本時のまとめと振り返り ・一人一人が異なる振り返り内容 | | | | |
| 45 | | | | | | | |
| 評価機会 | 知 | | | ① | | | 総括的な評価 |
| | 技 | | | | ①・②・③ | | |
| | 思 | | ① | ② | | | |
| | 態 | ① | ② | | ③ | | |
| 評価規準 | 知 | ① 走り幅跳びの行い方について言ったり、書いたりしている。 | | | | | |
| | 技 | ① 7～9歩程度のリズムカルな助走をすることができる。 ② 決められた踏み切りゾーンで力強く踏み切ることができる。 ③ かがみ跳びから両足で着地することができる。 | | | | | |
| | 思 | ① 運動のポイントや学習の記録などを振り返りの時間に発表したり、学習カードに書いたりしている。 ② 学習支援用タブレットを用いて、自己の跳び方を確認し、友達の動きと比べたり、動きのポイントと照らし合わせたりするなど、自分に合った方法で課題を見付けている。 | | | | | |
| | 態 | ① 場の安全に気を付けて、運動に積極的に取り組もうとしている。 ② ルールを守り、友達と仲良く運動したり、友達の考えを受け入れたりしている。 ③ 友達の考えや取り組みを認めている。 | | | | | |

4 子どもの学びの過程

| | | | |
|-------|---|--|---|
| 第1・2時 | <p>第1時の振り返りでは、記録の測定時に撮影した自分の動きを確認する子どもの様子が見られた。A児は、撮影した動画を確認すると、着地の場面で、片足で着地したことで体勢を崩してしまったことに気付き、学習カードに記述した。A児の着地は膝が曲がらず、足を前後に開いた状態で着地していた。【資料6】第2時、A児は「両足での着地」の場で繰り返し練習した。【資料7】すると、両足で膝を曲げながら着地することができ、A児は課題が解決したと判断した。</p> |  |  |
| | <p>【資料6 第1時のA児の様子】 【資料7 着地の場면을練習するA児】</p> | | |

第3時

自分の動きを確認する様子が多く見られるようになった。その際、手本の動画を確認して自分の動きと比べたり、友達に動画を見てもらってアドバイスをもらったりする子どもが多くいた。学習カードの記述には、「着地の場面で両足がずれていた」や「踏み切るときに足に力が入っていなかった」など、すでに自己の課題を明確に記入する子どもも多く見られた。

A児は、空中の場面で手や足が走っているポーズになった状態で跳んでしまっていることに課題があると学習カードに記述した。【資料8】A児が提出した動画の動きを確認すると、空中で体のバランスが崩れてしまっていた。【資料9】



【資料8 A児の学習カード】



【資料9 第3時のA児の様子】

第4時

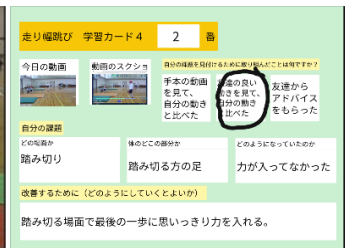
多くの子どもたちが、記入した学習カードを再度確認し、課題の場面に応じた練習に取り組んでいた。しかし、見付けた課題に対して十分に課題を解決できなかったと判断した子どもが多数見られた。そのような子どもは、振り返りの際、前時の課題と同じ課題を自己の課題として再度設定した。一方、動きが改善できたと判断した子どもの中には、その時間に撮影した自分の動きを分析し、最初に見付けた課題とは異なる新たな課題を設定する様子が見られた。

A児は、授業の序盤から、「着地前の姿勢」の場で繰り返し練習を行った。授業の中盤で、自分の動きがどの程度改善したかを確認するために、友達に自分の動きを撮影してもらった。すると、A児の着地前の姿勢は第3時とは異なり、両足が前へ伸び、手を強く下に振り下ろす姿勢に変容した。【資料10】

そして、動きが改善したと判断したA児は、その撮影した動画を友達と再度確認し、踏み切る力が弱いのではないかと話し合っていた。それを確かめるかのように、その後も撮影した動画を繰り返し何度も確認した。そして、踏み切る場面で足に力が入っていないことに気づき、学習カードに新たな課題として記述した。【資料11】



【資料10 着地前の姿勢の練習をするA児】



【資料11 A児の学習カード】

第6時

記録測定前の練習では、「今のは踏み切るときの足が変だった」と、良くなかったところを見付けるなど、自己の課題を意識しながら練習する子どもの姿が見られた。記録測定では、A児は、第1時の動きと比べて、より力強く踏み切り、安定した空中の姿勢のまま、両足で安全に着地することができた。【資料12、13】



【資料12 第1時のA児】



【資料13 第6時のA児】

5 まとめ

(1) 結果と考察

全ての子どもが、課題を明確に見付けることができた。これは、手本の動画と自分の動きを見比べたり、自分の動きを3観点に分けて考えたりしたことで、自分の動きを細かく分析することができたからだと考える。それに加え、多くの子どもに対して、子どもが試行した後、即座に教師から「今のはどこが良かったかな」や「前よりもどこが良くなっていたかな」など、動きに関する問い掛けをしたことで、体の細かい動きに着目することができたことも要因の一つだと考える。

また、【資料14】のように、課題の場面に応じた練習の場で取り組んだことで、ほとんどの子どもが課題を解決することができた。これは、練習の場が課題を解決するのに効果的であったことに加え、同じ課題をもった友達と教え合いながら練習に取り組めたことも、要因の一つだと考える。そのため、課題を解決することができていない子どもと課題を解決して良い動きをしている子どもを、教師が意図的にペアにして教え合いをさせたことも大変効果的であった。



【資料14 練習の場による動きの高まりの例】

さらに、課題を見付けることと課題を解決することを繰り返し行うことで、子どもはより動きを高めることができた。【資料15】

| 時限 | 〈B児の動きの変容〉 | | 〈C児の動きの変容〉 | |
|--------------------|---|-----------------------------|--|------------------------------|
| 第1時 | | 測定記録 250cm | | 測定記録 180cm |
| 第2時 ～ 第5時 | 課題見付け・課題解決 第1時、膝が伸びて両足が前後にずれていたことから、学習カードに「着地の場面で、両足が前後に開いていた」と具体的に自己の課題を記述した。 第2時、両足をそろえて膝を曲げて着地をすることができるようになった。 課題見付け・課題解決 第4時、着地前に両足が前に出でなかったことから、学習カードに「着地前の場面で、体が上を向き、足が前に出せていない」と具体的に自己の課題を記述した。 第5時、着地前に腕・足・頭を前方に引き寄せることができるようになった。 | | 第2時、着地前に両足が開いていたことから、学習カードに「着地前の空中の場面で、足がすぐ開いてしまっていた」と具体的に課題を記述した。 第3時には、踏み切り足を前方に引き寄せることができるようになった。 第3時、踏み切る際に振り上げ足の膝が伸びていたことから、「踏み切る場面で、足を前の方に出して、上の方に跳んでいない」と具体的に課題を記述した。 第5時、踏み切る際、振り上げ足の膝を高く上げ、踏み出す角度が高くなった。 | |
| 第6時 | | 測定記録 344cm 伸び 94cm | | 測定記録 283cm 伸び 103cm |
| 単元後の 子どもの 感想 | 自分の動きと手本の動画と比べると、着地が変な感じになっていたのがよく分かった。2つ目の課題の時は、友達にアドバイスをもらって、着地前の姿勢が良くなったことが分かった。 | | 着地前の姿勢を練習するときに、障害物に当たらないように跳んだら、自然と動きが良くなっていった。空中前の姿勢と高く跳び出す練習をただで、103cmも記録が伸びたことがうれしかった。 | |

【資料15 A児以外の子どもの動きの変容の例と感想】

多くの子どもは、単元を通して、2回もしくは3回の課題解決を繰り返したことで、動きを高めることができた。これは、課題解決を繰り返す学習過程を取り入れたことで、どの子どもも記録を向上させようという意欲を持続することができたからだと考える。動きが高まった結果、全ての子どもの記録を大きく伸ばすこともできた。【資料16】

| | | | |
|-------|-------|------|-------|
| 記録の平均 | 第1時 | 67cm | 第6時 |
| | 217cm | | 284cm |

【資料16 記録の平均】

(2) 今後の課題

走り幅跳びでは、より遠くへ跳ぶために必要な動きがあるため、自分の動きと比べることで課題を見付けることができた。しかし、ボール運動のようなチームで行ったり、相手の動きが関わったりする学習においては、手本の動きと比べることは難しく、今回取り入れた手立てでは課題を見付けにくいと考える。今後は、様々な運動領域で活用できる汎用性のある手立てを考えていきたい。