

8

愛知

日進市立梨の木小学校

クラチ ミキ
氏名 倉地 美季

分科会番号 1 1

分科会名 保健体育（体育）

「できた」から「楽しい」につながる授業づくり

～6年生「跳び箱」の実践を通して～

1 研究のねらい

近年、全国的に児童・生徒の運動習慣が減少している。スポーツ庁から発表された、令和5年度全国体力・運動能力、運動習慣等の調査によると、体力合計点数は、昨年度より回復基調であるが、コロナ禍以前の水準には戻っていない。また、運動意欲については、小・中学生の男子は高まっているが、小・中学生の女子は低下していると述べている。

本研究の目的は、児童に跳び箱運動の特性や魅力に応じた楽しさや喜びを味わわせ、資質・能力をバランスよく育む授業の工夫を行うことである。

跳び箱運動は、基本的な技を安定して行ったり、その発展技に取り組んだりして技に挑戦する楽しさや喜びを味わうことができる単元である。また、自己の課題を見付け、その課題の解決の仕方を工夫することで、達成感を得ることができると考える。

本学年の児童は、跳び箱の単元において跳べたときの達成感から楽しいと感じ、意欲的に活動している児童が多い。また、マット運動の授業では、正しい体の動かし方ができていない児童が、できたと感じて満足している様子が見られた。このような児童は、自分の体の動かし方を客観的に見ることができず、課題を把握できない場合が多い。

そこで、本研究では、学習課題の設定や ICT 機器の活用、練習の場を工夫することで、自己の能力に適した課題の解決の仕方を工夫できるようにした。また、自己や級友の考えたことを伝え合う場を設け、知識や技能を身に付けたり、達成感を得たりすることを目指し、授業実践を行い、効果を検証した。

〔仮説〕

学習課題の設定や ICT 機器の活用、練習の場を工夫し、自己の能力に適した課題の解決の仕方を工夫すれば、達成感を得たり、技能が身に付いたりするだろう。

2 研究の方法

- (1) 対象学年 第6学年 107名（男子61名 女子46名）
- (2) 対象教材 跳び箱
- (3) 児童の実態

本校の児童は、休み時間に外で遊ぶ児童が少ない。また、体育の授業で怪我する児童が多い。これらのことから、運動したり、外で遊んだりする機会が少ない児童が多いと考える。

6年生の児童 107 名に跳び箱の学習についてのアンケートを実施したところ、「どちらかというとなんか楽しくない」「楽しくない」と回答している児童が 24%いた（資料1）。また、跳び箱を跳ぶことに恐怖心や劣等感があり、楽しくないと意欲が下がってしまう児童がいることが分かった。前年度に行ったマット運動の単元の評価を見ると、B評価の児童が多く、A評価の児童が少なかった。このことから、器械運動に対して苦手意識を持っている児童が一定数いることが予想された（資料2）。



資料1 跳び箱に対するアンケート

そこで、できた喜びを実感できれば、運動が「楽しい」と感じ、運動に対する意識が向上し、資質・能力の獲得へつながると考える。

A評価	25人
B評価	69人
C評価	13人

資料2 マット運動の単元の評価

(4) 抽出児童

仮説を検証するにあたり、以下の3名の児童を抽出児童とした。

児童A

器械運動に対して学習意欲があり、どのように体を動かせばよいのか気付くことができる。また、自分の考えを級友の前で発表することもできる。本研究では、級友の体の動かし方について、積極的に助言をしたり、模範演技をしたりすることを通して、自分の技能習得に役立てる姿を期待したい。

児童B

体育の学習に意欲的に取り組むことができるが、器械運動に対する苦手意識がある。また、発展的な学習では進度が遅いことがある。本研究では、級友の演技を見たり、助言を参考にしたりして、苦手な単元の授業に対して、客観的な視点から学習に取り組む姿を期待したい。

児童C

運動が好きで体育の学習に意欲的に取り組むことができる。しかし、器械運動や球技に苦手意識があり、苦手な単元の学習では消極的になることが多い。また、自分の思いや考えを発言することは少ない。本研究では、級友からアドバイスを受けたり、演技を見たりすることで、自分に合った練習方法を見付け意欲的に取り組む姿を期待したい。

3 単元計画

	○ 本時目標 ☆ 期待する児童の姿	・ 留意点
1時	○ 跳び箱運動の学習の進め方を知る。 単元のめあて 練習方法を工夫したり、助言し合ったりして、「できる」を増やそう。	<ul style="list-style-type: none"> 得意な児童には、発展技を紹介する。 上手にできている児童を紹介したり、ポイントを押さえたりする。 体の動かし方に着目させる。 級友に助言をもらうときは、見てほしいところを伝えてから技を行うように声を掛ける。 技ができる児童には、「美しく」を意識して取り組めるように声を掛ける。
	○ 繰り返し技を成功させるためのポイントを知る。 ☆ 技を成功させるためのポイントを知り、実践することができるか。 【個別学習】 ・ こつこつタイム (予想→確認→振り返り→予想・・・) 【協働学習】 ・ 技のポイントを拡大用紙にまとめたり、振り返ったりする。	
2時	○ 回転技を成功させるためのポイントを知る。 ☆ 技を成功させるためのポイントを知り、実践することができるか。	<ul style="list-style-type: none"> 人と比べるのではなく、自分に合った練習方法を選んだり、挑戦したりすることが大切だということを伝える。
	【個別学習】 ※1時と同様 【協働学習】 ※1時と同様	
3時	○ 繰り返し技を成功させるための方法を聞き合い、追究する。 ☆ 技を成功するために練習方法を工夫したり、級友に的確な助言をしたりすることができるか。	<ul style="list-style-type: none"> 比較できるように動画を撮る。 聞き合いでは、話すだけでなく体を動かしながら伝えるように声を掛ける。 級友の演技を見る際には、必ず何かを伝えるように声を掛ける。 練習方法や手本となる児童の紹介をする。
	【個別学習】 ・ こつこつタイムで見て学んだことを実践する。 【協働学習】 ・ グループで集まって、技を見合ったり、助言をしたりする。	
4時	○ 回転技を成功させるための方法を追究する。 ☆ 技を成功するために練習方法を工夫したり、級友に的確な助言をしたりすることができるか。	<ul style="list-style-type: none"> 児童や教員の補助を行い、恐怖心を克服できるように支援する。
	【個別学習】 ※3時と同様 【協働学習】 ※3時と同様	
5時	○ 発表会をしよう。 ・ 選択した技を披露する。 ☆ 技を安定して行うことができるか。	<ul style="list-style-type: none"> 単元始めの動画と比較させ、できるようになったところを確認させる。 級友の良いところを見付けられるように声を掛ける。
随時	朝のモジュールで調べ学習や振り返りを行う。	

4 具体的な手立て

【手立て1】個別課題の設定

- ① 単元の初めに基本的な技のポイント伝える。その後、技を行う様子を撮影させ、手本と見比べさせて自分の課題を見付けさせる。
- ② 繰り返し技と回転技に分けて学習を行う。毎時間、自分の技能に合った技を1つ選択し、課題を決めていく。
- ③ 本時の課題を仲間と共有し、実践後に振り返る。そして、新たなめあてを考える。

【手立て2】学びの質を高める ICT 機器の活用

- ① 遅延再生カメラを活用し、技を行った直後に振り返りができるようにする。
- ② 「NHK for school」や教師が選んだお手本動画（YouTube）を学習支援アプリに添付し、児童が常に確認できるようにする。
- ③ 単元の初めと終わりに技の動画を撮影させ、比較できるようにする。また、学習中はカメラや動画の撮影を許可し、写真や動画を見ながらアドバイスができるようにする。

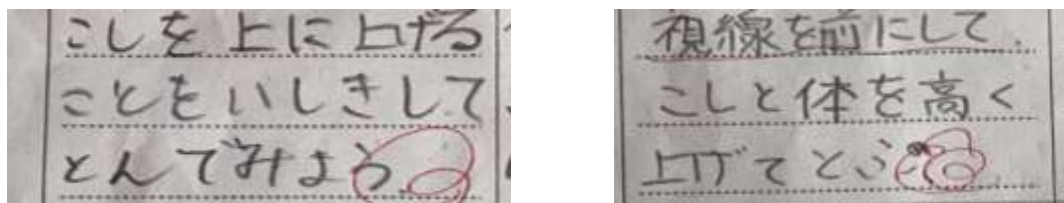
【手立て3】個別課題に合った練習の場の工夫

- ① 各技のポイント調べさせ、それぞれ1枚の用紙にまとめさせる。まとめる際は、「踏み切り」「着手」「着地」に注目させ、色分けさせる。学習中に確認や振り返りができるように体育館の壁に掲示する。また、学習中に気付いたことをその都度付け加えられるように、付箋を準備する。
- ② スモールステップで行える練習の場を作成する。事前アンケートで、跳び箱から落ちることに恐怖や不安を抱いている児童が多かったため、舞台上から回転して、ふわふわマットに着地できる場を設置し、落ちる感覚を掴んだり、楽しいと感じたりできる場を設ける。他にも、マットゾーンを設置し、前転やブリッジなどの練習ができるようにする。児童にどんな練習の場があると良いかを問いかけ、考えさせながら練習場マップを作成する。

5 研究のまとめ

ア 手立て1について

個別課題を設定する前に、自分の演技を動画で撮影させ、手本と比較させた。跳び箱が得意だと感じている児童も、手本と比較させることで、細かい動作まで確認することができ、体の動かし方に着目して個別課題を設定することができた。主に、「踏み切るタイミング」「膝を伸ばすこと」「腰を高くあげること」「柔らかく着地すること」を学びの視点として取り上げて、児童に意識させることで、体の動かし方に着目するようになった（資料3）。



資料3 児童の個別課題

器械運動を苦手だと感じていた児童Cも、自分に合った課題を設定することができた。このことから、個別で課題を設定することで、自分に合った目標を決めることができるため、挑戦したいという意欲を高めることができたと考える。

イ 手立て2について

ICT 機器を用いたことで、自らの動きを客観的に捉えさせることができた。手本と見比べたり、級友に動画を見せてアドバイスをもらったりすることで、技能を習得していく児童が多かった。また、遅延再生カメラを活用したことで、演技後にすぐ確認することができた。さらに、それぞれの技の手本動画を学習支援アプリに添付することにより、いつでも確認できるようにした。すると、児童Aは、手本と見比べながらアドバイスをしていた。児童Bは、踏み切り方や手の付く位置の真似をしたりして、苦手な技に何度も取り組む姿が見られた。

ICT 機器を用いて調べ学習を取り入れたことにより、練習方法や技のポイントを知り、自分にあつた方法で実践している児童が多かった。特に児童Aは、発展技に挑戦し、同じ技に挑戦する級友と共に手本動画と自分の技とを見比べながら、技の習得に向けて何度も練習をする姿が見られた。また、上達してから級友に手本を見せながらアドバイスをする姿が見られた。このことから、ICT 機器を活用することで、自分の演技を客観的に見ることができ、技に磨きをかけることができたり、自分にあつた方法を探したりすることができたと考える。

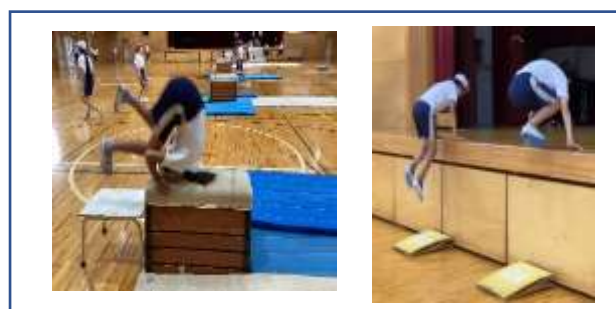
ウ 手立て3について

知識・技能が身に付くためには、級友の演技を見て真似をしたり、アドバイスをし合ったりすることも大切である。そこで、調べたことや学習した中で気付いたことを1枚の用紙にまとめ、体育館に掲示した。すると、演技する前にポイントを確認したり、この図を使いながらアドバイスをしたりしている姿が見られた(資料4)。

跳び箱運動が嫌い・苦手と感じている原因として、失敗することやけがに対する恐怖が挙げられる。このことから、段階に分けて練習していけば恐怖心がなくなっていく可能性があるのではないかと考えた。そこで、調べ学習や授業の中で児童から提案された練習方法を取り入れた。例えば、回る感覚を掴みたいという提案があつたため、ロイター板の代わりにポートボール台を設置した。跳ぶ動作がなく、回ることに集中できるので跳び箱の上で回る感覚が掴める。児童Bは、「練習を続けていたらできるようになった。楽しい。」と何



資料4 技のポイント



資料5 練習の様子

度も挑戦している姿が見られた(資料5)。他にも、段階を分けた場を設け、自分の課題に合った場所を選択できるようにした(資料6)。すると、課題解決に向けて主体的に取り組む児童が増えた。このことから、練習の場の選択肢を複数設定することで、練習量が増え、できることが多くなり、児童は楽しいと実感できると考える。



資料6 段階を分けた場のマップ

6 成果と今後の課題

本研究では、運動が好きな児童や苦手だと感じている児童がいる中で、一人一人が目標をもち、意欲をもって取り組むことができるように手立てを考えてきた。事前アンケートで跳び箱に対して消極的だった児童の振り返りを見ると、「跳ぶことはできなかったけれど、自分に合った練習ができたのでこわがらずに挑戦ができた。」「できるようになったことが増えた。」「アドバイスをすることで、自分の中で整理することができた。」と前向きに捉えていた。また、跳び箱が好き・得意だと感じている児童も、手本と比較したり、動画で撮影したりすることで自分の技を客観的に見ることができ、体の動かし方を改善しようとして追究している姿が見られ、「できた」から「楽しい」につながる学習ができたと感じた。さらに、単元初めと終わりの動画を比較すると、跳び箱を跳び越せなかった児童が跳び越せるようになっていたり、足をまっすぐに伸ばせるようになっていたり、技能が身に付いた児童が多かった(資料7)。自由に選択できることで、友達に合わせた選択をしたり、自分の能力と異なる設定したりする児童も見られた。しかし、個々の能力の段階に分けた練習だけでは、技の習得はできない。また、技や練習の場の選択範囲が広がる分、指導の範囲も広がってしまうことが課題だと感じた。練習の場も安全面を考えて精選していく必要がある。



資料7 児童の練習の様子