

22	碧海	吉浜小学校	ムラマツ リカコ ----- 名前 村松 理香子
分科会番号	11	分科会名	保健体育（体育）

研究題目

できる意識を高め、自ら見つけた課題を解決していく児童の育成
 -自由進度学習を取り入れた跳び箱運動（小5）の実践を通して-

研究要項

1 はじめに（主題設定の理由）

本学級の児童は、体育科の授業に意欲的に取り組むことができている。5年生前期に行ってきた「走り高跳び」「ハードル」の学習では、学級で話し合っただけで決めた課題に対し、自分で試して解決策を見つけようと何度も取り組んだり、友達と話し合ったりする姿も見られた。これは、新しく取り組む種目であったため授業に興味をもち、意欲的に取り組んでいる面もある。しかし、跳び箱運動はこれまでの積み重ねがあり、児童によって意欲に差が生じる単元であると考えられる。そこで、本学習に入る前に事前アンケートをとった（資料1）。結果から半数近くの児童が跳び箱運動を好きではないことが分かる。これは、跳び箱運動はできる・できないがはっきりしているため苦手意識が強まったり、劣等感を感じたりするからである。また、今後の跳び箱の授業でできるようになりたいことについてのアンケート結果からは、多くの児童が段数を意識しており、技についての回答をする児童は少なかった。技について意識することで、新たな跳び箱運動の授業に出会えるだろう。また、技の出来栄を追究することで、技能差を目立たせることなく、個々で意欲的に授業に取り組めるだろう。

資料1 単元前アンケートの結果

跳び箱についてどう思いますか。		
好き	普通	苦手
15人	8人	4人
どんなことができるようになりたいですか。		
段数について		技について
20人		7人

跳び箱運動について学習指導要領では、「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するとともに自己や仲間の考えたことを他者に伝えること」「仲間の考えや取組を認めたり、場や器械・器具の安全に気を配ったりすること」に重きを置いている。このことから、段の高さを求めていくのではなく、児童が自分に合った技について課題を見つけて追究し、見つけたヒントを技に生かして技の出来栄をよくしていくことに意識を向けることが重要であると考えられる。また、跳び箱運動は、器具配置の工夫やタブレット端末の撮影機能の活用がしやすく、環境を整えることで追究や交流がしやすくなる教材である。これらのよさを生かせば、どの児童でも楽しさや喜びを味わうことができる。また、

そこで、好きと答えた児童も含め、苦手意識をもつ児童でも、楽しみながら自分で追究したい技を主体的に取り組める活動にしたいと考え、本主題を設定した。

2 目指す子ども像

- (1) 自ら課題を見つけ、追究し続ける児童
- (2) 自ら得た情報を技に生かそうとする児童

3 研究の仮説と手だて

(1) 仮説1

自分で目標や計画を立てたり途中で計画を見直したりして授業に取り組むことで、自分の課題を追究し、苦手なことにも前向きに取り組むことができるだろう。

〈手だて〉

- ①課題を見つけるガイダンス。
- ②課題追究をするための計画表の活用。

(2) 仮説2

技の情報を習得する環境を整えることで、課題解決の一つとして活動に生かしていくことができるだろう。

(手だて)

- ①安全に取り組み、各自にあった技の取組ができる場づくり。
- ②考えを交流する活動の工夫。

4 研究の計画

資料2 単元構想図（7時間完了）

(1) 抽出児童の実態と期待する姿

児童Aは、体を動かすことが好きで、これまでの単元では周りの児童と話し合う姿が多く見られた。ガイダンスで手本動画を見てからは、技の出来栄えに注目をし、自らの課題を技の美しさとした。また、事前アンケートでは、「高い段を跳びたい」と技ではなく、段数にこだわっていたため、技の出来栄えを追究して取り組めるとよいことを願い抽出児とした。

児童Bは、4年生のときに自主的に開脚跳びについて調べて取り組んだが、跳べずに終わってしまい、事前アンケートでは跳び箱に対して消極的であった。ガイダンス後に開脚跳びに挑戦をし、自分の課題を見つけることができたため、追究の時間にどんな練習をするとよいのか考えて取り組み、感覚をつかんでほしいと願い抽出児とした。

子どもの学習内容と振り返り	ポイント
今年度の跳び箱運動はどんなことをするのか。[1時間]	
<p>◇跳び箱の技を実際にやってみよう。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・閉脚跳びに挑戦したいけど怖い。 ・4年生のときに、台上前転ができなかったからできるようになりたいからやってみよう。 ・今回も自分たちで活動を決めて取り組むんだね。開脚跳びをきれいに跳びたいから基礎から取り組もう。 	<p>予見 跳び箱の技を知り、学習の見通しをもつために動画を視聴する。</p> <p>遂行 課題を見つけ、練習計画を立てられるように跳び箱運動に取り組む。その際、安全に取り組めるように約束事を決める。</p>
課題を解決するために、どこでどんな練習をしようかな。[5時間] (本時5/7)	
<p>◇自分の取り組みたい技に挑戦しよう。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・着地が上手にできないからしっかりと止まれるようにしたいな。 ・台上前転が怖いから、マットの上で真っ直ぐに回れる練習をしよう。その後、跳び箱で挑戦したいな。 ・閉脚跳びををするときに、片手が離れてしまうよ。どうするといんだらう。 <p>◇現状の報告会をしよう。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・今まで開脚跳びのときにお尻がぶつかっていたけど、うさぎ跳びの練習をしたら跳び箱を押すことができてぶつけなくなったよ。 ・台上前転に挑戦したいけど、跳び箱でやろうと思うと怖くて跳び箱の前で止まってしまうよ。みんなはどうやって練習しているのを知りたいよ。 ・閉脚跳びができるようになってきたよ。でも、片方の手が離れてしまうことがあるから、いつでも両手で押せるようにしたいな。 <p>◇報告会で得た情報をやってみよう。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・友達にアドバイスをもらうことができたから、実際にやってみよう。 ・もう一度台上前転に挑戦しよう。今度は速い回転で試してみよう。きっと回れるはずだ。 	<p>遂行 ウォーミングアップでは、基礎的な動感を身に付けるために、自分に合った場の選択をして取り組む。</p> <p>予見 新たな課題を見つけたり、困っていることのヒントを得たりするために報告会の場を設定する。</p> <p>遂行 課題解決の方法として、タブレットを使用する。自分と友達のフォームを比較したり体の使い方に気付いたりするような助言をする。</p> <p>遂行 本時では新たな視点で報告会ができるよう、タブレットを使用する。</p> <p>内省 次時の活動も意欲的に取り組めるように、できるようになったこと、今後の課題を共有する。</p>
どんな名人になれたかな。[1時間]	
<p>◇これまでの成果を報告しよう。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・班にアドバイスをくれた友達がいるから、できるようになったところを見てもらいたいな。 ・まだ、開脚跳びで跳び越せないけど、踏み切りと着手は上手になったから、そこを見てもらいたいな。 ・閉脚跳びができるようになったから、きれいに跳べるようになったところをみんなに見せるよ。 	<p>内省 これまでの課題解決への取り組みや工夫を認め合えるように、発表の場を設定する。発表する際には、これまでの活動班で行うことで、より仲間のがんばりや成果に気付けるようにする。</p>

(2) 単元構想図

単元の目標を次のように考え、単元を構想した（資料2）。

- ①跳び箱の基礎について理解し、自己の能力に適した技を安定して行ったり、発展技を行ったりすることができる。（知識・技能）
- ②自分の取り組みたい技に合う練習の場を選択したり、取り組む中で見つかった課題を工夫して解決したりすることができる。（思考・判断・表現）
- ③場や器具の安全に気を付けながら、積極的に運動に取り組もうとする。（主体的に学びに取り組む態度）

5 実践と考察

(1) 「今年の跳び箱運動についてのガイダンス」

第1時は、今年度の跳び箱運動の取組に出会うガイダンスの場面である。今年度の跳び箱の授業について、これまでの跳び箱運動の取り組み方と異なり、技の出来栄えを追究して個々のペースで取り

組むことを押さえ、授業の計画を立てることをねらいとした。授業の始めに、児童にどんな技を知っているか問いかけると児童から、開脚跳びはすぐに出てきた。ほかの技は出てくることはなかったが、台上前転について説明するとやったことがあると思出した児童もいた。今年もその二つの技に取り組むことを伝えた後、閉脚跳び、伸膝台上前転、首はね跳びの技の名前を紹介した。児童からは、どんな技なのか興味をもった声が上がった。その後、児童のタブレット端末に手本動画とポイントをまとめた資料を送った。また、児童が自分の課題にあった練習ができるように、①基礎の練習②基本の技③発展の技と分けた資料もタブレット端末に送った(写真1)。児童が自由に見られる時間を確保すると、「こんな技できるのかな」「着地が止まれているきれいな。すごい」などの声が上がっていた。児童に、「今年は跳び箱名人になることが目標だから、踏み切り一着手一着地を満足のいく出来栄えにしていこう」と伝えた。授業の最後に、各自が追究したいことを計画立ててワークシートに記入した。自分の追究したいことに出会えた児童は、どのような取組をしようとよいのか考えて計画を立てることができた。

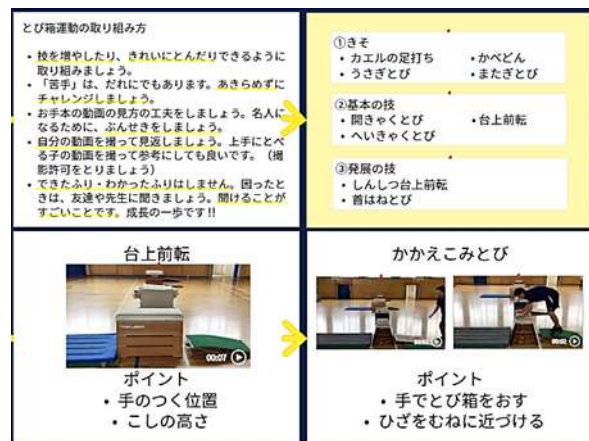


写真1 児童に配付した資料

(2) 「課題を解決するための計画表の活用」

第2時では、授業の始めに前時では行えなかったウォーミングアップについて紹介した。活動時間を確保するために、各自で必要なウォーミングアップに取り組み、その後、課題を追究するための活動に入っていき流れを毎時徹底した。ロイター板を使って舞台に跳び乗るウォーミングアップでは、正座の状態に乗っている児童が多くいたが、足の裏で跳び乗るように声をかけると、抽出児童を含む多くの児童がすぐに足の裏で跳び乗ることができた。ウォーミングアップ後に計画表と前時の振り返りと朱書きを確認し、各自の活動に入った。児童Bは、開脚跳びを習得するために、①基礎の練習(かえるの足打ちやうさぎ跳びなど)に取り組んでいた。何度も練習をし、動画を撮って自分の姿を振り返ったり、友達とどうしたらよくなるのか相談したりする姿が見られた。児童Bだけでなく、多くの児童が課題を解決するために動画を見たり、友達とアドバイスをし合ったりすることができた。授業の最終で振り返りと次時の活動の見直しをするように声をかけた。また、次時の計画の見直しでは、③発展の技を選んでいたら②基本の技をもっと追究したいのであればもう一度②をやってもよいことを伝えた。また、次時の計画は一つしか選んでいけないきまりはないため、二つ取り組む計画を立ててもよいことを伝えた。児童の中には計画の見直しが苦手な児童もいたため、個別に次時の活動内容を聞いて計画の見直しを行うようにした。これまでの単元でも同じように計画表を使って今後の取り組む内容を決めて計画を立てていたため、多くの児童は自分で計画の見直しを行うことができた。計画表の見直しを行っていくことで、児童はより技の出来栄えを高めることができた。一つの技に対して一つの課題を見つけて取り組むが、一つ解決をすると新たな課題が見つかる児童もおり、一つの技に対して3時間程度取り組み追究することができた。また、個人によって計画が異なるため、個々のペースで取り組むことができ、課題の追究がしっかりとできたと考える。

計画表には、毎時、朱書きを入れるようにした。児童が課題をもって次の活動に取り組めるように、励ましの朱書きや問いを投げかける朱書きを入れた。体育の授業が始まるまでに朱書きを読むことが多くあり、朱書きを読んで計画を見直す児童もいれば、問いに関して仲間に聞く児童もいた。また、問いに対する答えを見つけようと次時の活動で取り組む児童もいた。課題を解決するために多くのことを試してもうまくいかない児童もいたが、励ましやヒントになる朱書きから新たな取組を取り入れて練習する児童もいた。

(3) 「課題を解決するための場の設定」

第2時から第6時では、児童が安全かつ主体的に活動に取り組むことができるように場の設定をした。台上前転では、前転が横にずれてしまったときの落下に恐怖心を抱く児童がいるため、まっすぐ前転ができるように練習できるロールマット、少し高さを出して横幅も少し広めにした跳び箱+ロールマット、大きめの跳び箱3段を段階を経て練習できるように場を設置した。また、跳び箱3段の場

所には横にもマットを置き、安全対策をした。台上前転に恐怖心を抱いていた児童は、ロールマットのみの練習から始め、段階を踏んで跳び箱の台上前転に挑戦していた(写真2)。跳び箱3段になるとロイター板の上で何度か止まってしまうことがあったが、跳び箱+ロールマットの練習に戻り、恐怖心を和らげながら台上前転の感覚をつかむことができたようで、跳び箱3段でも台上前転を成功させることができた。発展技の首はね跳びでは、マットでの首はね起きの練習や舞台からの前転ではねる感覚をつかめる場を設けた。児童Aは、初めての挑戦で首はね跳びの感覚がつかめずに涙を流した。しかし、次時もマットで首はね起きを練習することで感覚をつかみ跳び箱で首はね跳びを成功させた。自分の動画を撮り、振り返る児童Aは、まだはねられていないと評価し、再びマットで首はね起きに取り組んだ。本単元で取り入れられている自由進度学習だからこそ、自分の満足がいくように基礎に戻る練習に児童自ら取り組むことができたと考える。児童Bは開脚跳びに挑戦する動画を見返し、自分の課題を見つけて基礎の練習に取り組んだ。着手の位置や腰の高さに課題があることに気付いたため、基礎の練習に取り組む感覚をつかむ練習をした。その後、開脚跳びに挑戦をし、跳べなければ基礎に戻るということを交互に行っていた。徐々に手を着く感覚をつかむことができ、跳び箱の奥の方で着手をすることができていた。



写真2 台上前転の場

(4) 「課題を解決するための報告会」

第2時から活動の途中で報告会を設けた。報告会は、自分が取り組んでいる技で困っていることやできるようになったポイントを共有する時間である。児童Aは、台上前転の着地に困り感を抱いていた。班で報告し、全員で動画を見て考察する姿が見られた(写真3)。動画の再生速度を遅くし、ゆっくり動画を見たり班全員で見たりすることにより、いろいろな所に着目して動画を見ることができた。その結果、着地のときに膝を曲げて衝撃をなくせばよいことに気付くことができた。気付いたポイントを何度も試し、児童Aは着地がふらつくことなくピタッと止まることができた。また、児童Aはそのポイントを掲示板に残した(写真4)。台上前転だけでなくほかの技の着地で困っている児童がポイント掲示板からヒントを得て試す姿も見られた。児童A以外にも多くの児童が活動で見つけたポイントを掲示板に残し、学級全体で支え合うポイント掲示板を作成することができた。また、今回の授業で取り入れた自由進度学習により、授業の合間に児童同士が会話できるタイミングがあった。児童は、会話の際に困り感やできるようになったことを伝えており、そのときに共有したことを試す姿も見られた。報告会やポイント掲示板だけでなく、授業の合間に行われた会話からも情報を得ることができ、協働的な学びにつながったと考えられる。



写真3 動画で考察する児童Aたち

(5) 「どんな名人になれたかな」

第7時は、これまで課題の解決に向けて取り組んできた成果を発表する時間とした。開脚跳びができなくても、踏み切りや着手など、これまでに自分が追究してきた名人に近づいたと思うことを発表すればよいと全体に伝えた。発表会の前にタブレット端末で自分が見てほしいところをカードに書き、班の仲間に伝えて発表会をした。発表後は、よかったところを伝える時間を設けた。児童Aは、首はね跳びの見てほしいところを体の反り方とし、班の仲間に発表した。これまで追究してきた課題だったため、成果を発表することができ、仲間から「体かしっかりと反れていたよ」と言ってもらえることができた。児童Bは、開脚跳びの踏み切りと着手を見てほしいところとして仲間に伝えた。児童Bもずっと追究してきた課題だったため、成果を発表することができた。また、跳ぶことができなかった開脚跳びを成功させることもできた。児童Bは班の仲間と共に喜び合う姿が見られた。



写真4 ポイント掲示

6 研究の成果

今回の授業で、自由進度学習を取り入れて跳び箱運動を進めた結果、児童は楽しそうに意欲的に取り組むことができた。半数以上の児童が、授業前では段数だけを意識していたが、授業の終末には多くの児童が技の出来栄えについて意識し、追究しながら取り組むことができた。個々の課題に夢中になって取り組む時間となったため、できる・できないにとらわれず課題の追究をし続けることができたのだと考える。また、ガイダンスの時間に「困ったときは聞こう」と全体に伝えていたため、報告会以外の活動時間でも互いにアドバイスをし合う姿が見られた。自由進度学習だからこそ、自分の課題に一生懸命に取り組むことができ、自然と仲間と協力しながら課題解決に向けて取り組めた授業になったのだと考える。事後アンケートの結果からも、苦手としていた児童の数は減った（資料3）。また、児童Bに関しては事前アンケートでは苦手と答えていたが、事後アンケートでは「好き」と回答していた。多くの児童が跳び箱に対する気持ちに変化があった。

(1) 仮説1に対する考察（ガイダンスと計画表の活用）

①課題を見つけるガイダンス

児童の知っている技を全体で確認し、今年度取り組む新しい技の名前を伝えることで児童の興味を引くことができた。また、今回活用した手本動画は児童と関わりがある本校の教諭が実技したものであるため、更に児童の技に対する興味をひくことができ、挑戦したいという意欲を高めることができたと考えられる。

児童Aは、もともと跳び箱が得意で昨年も楽しく跳び箱運動に取り組む様子が見られた。事前アンケートでは、高い段を跳びたいと思っていた児童だが、手本動画のきれいな踏み切り一着手一着地を見て、自分もきれいに跳びたいという思いをもつことができた。第1時で着地がうまくできなかった児童Aは、今後の課題を着地とし、ガイダンスによって課題をもつことができたと考えられる。

児童Bは、跳び箱が苦手で開脚跳びが跳べない児童であった。ガイダンスによって高い段が跳べなくてよいこと、跳べることよりも技の出来栄えが大事であることを知り、跳び箱に対してがんばろうとする意欲が見られた。第1時の体慣らしでは、自分の動画を振り返り、手本と比べてどこが足りないのか課題を見つけることができた。児童Bは今年こそは開脚跳びを跳べるようになりたいという目標をもち、課題に対して一生懸命取り組もうとする気持ちを、ガイダンスによって高めることができたと考えられる。

②課題追究をするための計画表の活用

計画表を用いることで、自分の課題に対して本時や次時の活動をどうするとよいのか考えて授業に取り組むことができた。また、いつでも計画を変更してよいことから自分のペースで活動に取り組んだり、納得のいくまで取り組み続けたりすることで、技の出来栄えを更に高めることができたと考えられる。

児童Aは、第1時で見つけた課題の着地を第2時で取り組んだ。第2時では、着地がうまくいかず、課題を解決することができなかった。しかし、計画は個々で変更をしてよいため、第3時では発展の技に取り組む計画であったが、台上前転の着地の追究に変更されていた。計画を見直して第3時でも取り組むことで、児童Aの課題としていた着地は手本同様きれいに止まることができていた。また、児童Aは更に高みを目指して第4時でも着地を追究しながら台上前転の練習をしていた。何度も取り組むことによって満足のいく技の出来栄えになったため、第4時の途中から発展技の伸膝台上前転へ取り組んでいた。これは、いつでも計画が変更できる授業であったからできた、児童の取り組みであると考えられる。

児童Bは、第1時から見つけた課題を解決しようと毎時、基礎の練習に取り組んでいた。最初に立てた計画では、全て②基本の技であったが途中で①基礎の練習のみの時間や①と②の両方に取り組む時間に変更されていた。自分の跳ぶ姿を動画で見て追究した方がよい取組を考えて計画を変更したも

資料3 事後アンケート

跳び箱についてどう思いますか。		
好き	普通	苦手
17人	9人	1人
跳び箱運動の感想（児童B）。		
跳び箱が跳べたのは、自分でどうすれば跳べるかよく考えたからだと思います。自分で考えたり、友達に聞いたりしてコツを見つけることができてよかったです。		

のだと考える。この姿から、児童のペースで計画を変更し取り組む内容を考えられる計画表だったため、見通しをもちながら授業に取り組むことができたと考える。

(2) 仮説2に対する考察（場の設定と報告会）

①安全に取り組み、各自にあった技の取組ができる場づくり

児童がいろいろな技に興味をもち、取り組みたいという気持ちを高められる場作りを考えたことにより、児童は意欲的に授業に取り組むことができた。台上前転のように段階を踏んだ練習ができる場の設定は、児童の恐怖心を緩和させ安心して取り組むことができたと考える。

児童Aは、ガイダンスからいろいろな技に興味をもっていた。発展技の首はね跳びの練習では、体の使い方を習得するためにマットや舞台からの前転の練習を何度もしていた。マットで足を蹴り上げる角度やタイミングをつかみ、舞台からの前転で試すことで感覚をつかむことができた。最初はなかなか感覚がつかめずに悔しい思いをした児童Aであったが、家でも練習をしてくるほど意欲的であった。悔しい思いをした次時には、課題であった蹴り上げるタイミングをつかみ跳び箱で挑戦することもできた。技の練習につながる環境が整っていたことで技にあった取り組みができたと考える。

児童Bは開脚跳びのために、基礎の練習を何度もしていた。基礎の場のマットを用意したり、平均台を出したりしたことにより、児童Bがそのとき追究したいことに合わせて練習に取り組むことができた。基礎の練習の場を設定したことにより、児童がやる気を消失することなく、意欲を継続して取り組めたと考える、また、開脚跳びを成功させるまでに時間はかかったが、基礎の練習をたくさん行った結果、開脚跳びが跳べるようになったと考える。

②考えを交流する活動の工夫

児童の考えを交流する場は、困り感をもった児童の解決につなげることができた。また、報告会以外の場でも児童の間で、情報交換をしており協働的な学びができた。ポイント掲示板は、始めはなかなかポイントが集まらなかったが、報告会で得たヒントを試してできたことを掲示板に残す児童が増え、学級で情報交換ができる掲示板が作成することができた。また、ポイント掲示板を見て自分の課題に生かそうとする児童の姿も見られた。

児童Aは、意欲的にポイント掲示板に付箋を貼ったり、仲間の残した付箋を読んだりしていた。技の追究で困ったことがあればすぐに掲示板を見てヒントを得ようとすることができた。また、掲示板から見つからなければ報告会で自分の困り感を伝え、仲間と解決しようと取り組むことができた。また、報告会で仲間の困り感を解決するときには、班全員で解決できるように中心となり、声をかけながら考える姿が見られた。児童Aにとって、報告会やポイント掲示板は、技の出来栄を磨くだけでなく、仲間との協調性も高めることができたと考える。

児童Bは、開脚跳びは跳べないが自分が見つけた解決策を仲間に伝えようとすることができた。報告会では動画を見せながら、腰の高さについて説明したり、手の着く位置について伝えたりすることができた。また、自分の困り感を伝えたり、仲間の困り感を聞いたりしてどういう練習をするとよいのか考える姿が見られた。同じ困り感をもつ仲間との関わりができたから、児童Bは根気強く取り組めた。報告会やポイント掲示板によって、開脚跳びのヒントを得ることができ、課題の追究を続けられたと考える。

7 今後の課題

今回の実践では、自由進度学習を取り入れたことで、児童が自分のペースで取り組むことができたため、児童が夢中になって授業に取り組めたと考える。しかし、跳び箱が苦手な児童にとって今回の授業は、自分の課題を見つけることができても体の使い方の習得が難しかったように感じる。個々のペースで取り組ませていく中で、指導者がどのくらい児童に声をかけたり、力を貸したりしてよいのか指導者の中で基準を決めておくべきであった。また、活動途中の報告会では、同じ技に取り組む児童同士で班を組んだ。同じ技に取り組んでいるからこそ分かり合える困り感もあり、真剣に個々の課題に対して全員が真剣に考えることができた。しかし、跳び箱を苦手とする班や、発展技で成果につながっていない児童の班にとって、的確なアドバイスが出ずに、課題解決に苦しい場面もあった。活動の途中で個々に情報交換をする姿もあったが、全員が多くの児童からヒントを得られるように、同じ班で共有する時間だけでなく、発展技に取り組む児童や跳び箱を得意とする児童と会話をする時間を設けてもよかったと思う。今後も今回の課題を中心に、実践をよりよいものにしていきたいと考える。