

群 教 セ	G06 - 03
	令5.284集
	保体一中

# 運動課題や思考の言語化を通して、 運動技能の成長を実感できる生徒の育成 ——学習カードと映像分析の有効な活用を通して——

特別研修員 山崎 直哉

## I 研究テーマ設定の理由

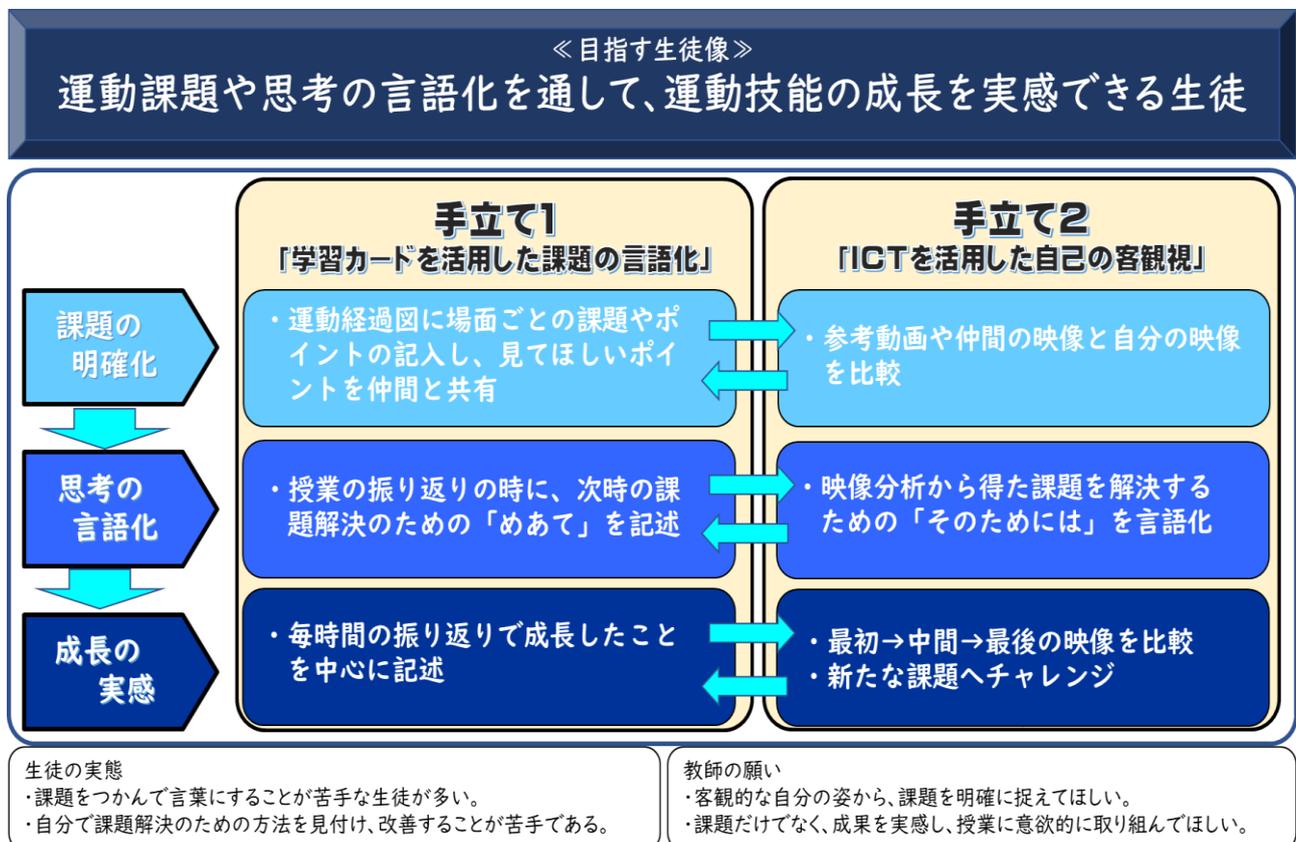
令和5年度の学校教育の指針では、「自己や仲間の課題を見付け、仲間と積極的に関わりながら課題を解決する活動を設定しましょう。」とあり、生徒が課題を見付け、それを合理的に解決することの重要性が指摘されている。

研究協力校の生徒は、学習カードやICTを使って学習に取り組んではいるが、その有効活用には至っていない。また、課題を明確化して言語化することが苦手な生徒が多い。これは、自分の姿を客観視したり、活動に対する目的意識をもったりすることができていないからだと考えられる。このような生徒が、自己の運動課題はどこにあるのか、どうしたら課題を解決できるのかを、言語化して取り組めるようにすることが大切であると考えます。

そこで、学習カードと映像分析を有効活用することで、運動課題や思考を言語化し、目的意識をもって活動に取り組むことで、運動技能の成長を実感できる生徒を育成したいと考え、上記のとおり主題を設定した。

## II 研究内容

### 1 研究構想図



## 2 授業改善に向けた手立て

自己の運動課題の解決を目指し、自ら進んで運動を行うため、次の二つの手立てを踏まえた授業を構成し実践していく。

手立て1 学習カードを活用した課題の言語化

手立て2 ICTを活用した自己を客観視

手立て1では、学習カードを活用し、本時の振り返りとともに次時の課題をもって終わること、本時で解決できなかった課題を明確にして、次の授業につなげることができる。また、運動経過図にポイントを書き込むことで、場面を切り取って考えることができ、課題解決のための具体的なより細かいイメージをもって練習に取り組むことにつながる。

手立て2は、ICTで自分の姿を撮影し、客観的に見ることで課題を明確化し、撮りためた映像から「改善前→改善後」と比較することで、練習によって成長していく自分の姿を実感することにつながる。また、その映像の間に、気づきや仲間から受けたアドバイスを入れることで、自分の成長のプロセスをつかむことができ、他の単元にも生かすことができることにつながる。

このように、二つの手立てを同時に活用していくことで、合理的な課題解決を目指すことにつながる。

## Ⅲ 研究のまとめ

### 1 成果

- 体育の器械運動（跳び箱）で実践したところ、手立て1では、学習カードの運動経過図に技能のポイントを書き込み、実際の演技では、動きを止めて考えることができない場面を切り取って考えることにつながり、課題が焦点化され、合理的に解決することにつながった。
- 手立て2では、自分の映像を客観視することで、課題が明確になり、言語化することができた。さらに参考動画と比較することで、更に向上させたい技能も明確になり、「もっと美しい演技にしたい」という意欲にもつながった。
- 最初—中間—最後と動画を撮りためて比較したり、気づきやアドバイスを動画の間に記入したりすることで、自己の成長とその過程を明確に実感することにつながった。
- 二つの手立てを仲間と共有し、見合ったりアドバイスし合ったりすることで、自分の考えが整理され、より深い学びとなった。
- 第1時では、跳び箱への苦手意識が強く、ネガティブな気持ちで取り組んでいた生徒も、成長を実感することで、単元後半では、いろいろな技に挑戦し、「楽しい」「もっとやりたい」という感想を述べていた。

### 2 課題

- 二つの手立てを講じることで、活動が多くなり、運動量の低下につながってしまった。また、学習カードに書かせたい内容と、オクリンクに書かせたい内容が全ての生徒に伝わっていなかった。例示したり、使う場面を明確にしたりするなどして、もっと分かりやすく生徒に伝えるとより効果的な活用につながるだろう。
- 教師も学習カードとオクリンクの両方の情報を把握することが難しく、個々に抱えている課題に対してアドバイスしたり、学習カードにコメントしたりするなど、きめ細かな指導をすることが難しくなってしまったので、オクリンクに集約することで生徒の学習状況の把握につながるだろう。

## 実践例

### 1 単元名 器械運動「跳び箱運動」(第3学年・2学期)

#### 2 本単元について

跳び箱運動は、切り返し系や回転系の基本的な技を滑らかに安定して行い、条件を変えた技や発展技を行うために自己の課題を発見し、合理的な解決に向けて練習していく学習である。単元の導入では、自己の現状を撮影し、参考動画と比較することで、自己の技のどこをどのように改善していったら技が完成するのかをイメージさせる。展開では、学習カードの運動経過図を活用して、踏み切り、着手、空中姿勢、着地といった場面ごとのポイントや自己の課題を言語化し、改善に向けた練習に取り組んでいく。また、場の設定にも着目させ、跳び箱の高さや跳び箱とロイター板の距離、助走の長さなど自分に最適な場で取り組めるよう考えさせる。終末では、撮りためた技の映像で改善前と改善後と比較することで、自己の成長を実感できるようにすることをねらいとしている。

以上のような考えから、本単元では以下のような指導計画を構想し実践した。

目標	(1)基本の技のポイントを理解し、一連の動きで滑らかに大きく安定して跳び越すことができる。(知識及び技能) (2)踏み切り、着手、着地のポイントを理解して、自分の課題を見付け、その解決に向けて取り組むことができる。(思考力、判断力、表現力等) (3)自己や仲間の課題に対して、互いに動きを観察して動きの様子や課題を伝え合い、粘り強く課題解決しようとしている。(学びに向かう力、人間性等)	
評価規準	(1)知識・技能 ①基本的な技を一連の動きで、滑らかに安定させて跳び越すことができる。 ②学習した一連の動きを発展させて、一連の動きで跳び越すことができる。 (2)思考・判断・表現 ①技などの自己や仲間の課題を発見し、言語や文章で表現することができる。 ②自己の課題に対して、合理的な解決に向けて、練習の方法や場の設定を工夫できる。 (3)主体的に学習に取り組む態度 ①自己や仲間の課題に対して、繰り返し粘り強く取り組むことができる。 ②互いに仲間の動きを観察して動きの様子や課題を伝え合ったり、補助し合ったりしようとしている。	
過程	時間	主な学習活動
つかむ	第1時	・開脚跳び、台上前転に取り組み、技の出来映えを撮影し、取り組む技や段数、練習方法について見通しをもつ。
追究する	第2時	・同じ課題をもつ生徒同士で見たり、見てもらったりすることで、共通の課題解決方法を見付ける。
	第3時	・前時と違った視点で見たり、見てもらったりすることで、新しいアドバイスやヒントを得る。
	第4時	・元のグループに戻して活動に取り組むことで、学習の成果を確認し、さらに新しい技に挑戦する。
まとめる	第5時	・最後の演技撮影を行い最初の演技と比較し、自分の成長した部分を確認する。

### 3 本時及び具体化した手立てについて

本時は全5時間計画の第3時に当たる。本時では、取り組む段数や、解決したい課題の異なるメンバーで構成されたグループでお互いの技を見合うことで、課題の解決に向けて新しいヒントを得ることができるようにしたい。以下の二つの手立てを基に、課題解決していくことで、自分の成長を実感することにつなげる。

#### 手立て1 学習カードを活用した課題の言語化

学習カードを活用し、前時の最後に立てた本時の解決したい課題を明確化する。

運動経過図に技のポイントを書き込み、課題を確認するために学習カードを有効活用する。

#### 手立て2 ICTを活用した自己を客観視

自分の演技を撮影し、見返したり、見本動画と見比べたりすることで自己の成長や課題を客観視する。

最初—中間—最後と動画を撮り、見比べることで、自己の成長を客観視する。

### 4 授業の実際

本時は、学習カードとICTを活用し、自己の課題に対して、仲間と協力してアドバイスしたり練習を工夫したりする活動を通して、基本の技が一連の動きで滑らかに安定してできるようにすることをねらいとした。また、前時と異なり、取り組む課題や段数の違う仲間とグルーピングすることによって、新しいヒントを得ることができるようにした。

#### (1) 手立て1 学習カードの有効活用

毎時間の振り返りを書く際に、次時のめあてを個人で立てることで、次時で取り組む自分の課題を明確化することができた(図1)。動画との併用によって、自分の動きを客観視したり、振り返ったりすることで、より具体的に言語化することができた。また、学習カードの運動経過図に技のポイントや自分なりの気付き、友達からのアドバイスを書き込むことで、技の一場面をイメージして課題を明確化することができた(図2)。また、友達と演技を見合う際に、「この場面のこのポイントを見てほしい」と運動経過図を使って具体的に伝えることで、新しいアドバイスを共有することができた(図3)。

第1時	振り返り(課題)	振り返り(課題)
	学習カードに自分の課題を明確化した。	振り返り(課題)の記入方法 ・自分の課題 ・解決方法
(10/11)	運動経過図に 「跳ぶ時に手を握って跳ぶ。動きを止めない。」 「跳ぶ時に4段階に分けて、手と足を動かして行く。」 「手と足を動かす時に、手と足を動かす順番が重要だ。」	
第2時	振り返り(課題)	振り返り(課題)
	4段階に分けて跳ぶことができた。	振り返り(課題)の記入方法 ・自分の課題 ・解決方法
(10/12)	手をつく場所、飛ぶ時の手は必ずタッピング。 4段階では、手をつく場所や手は必ずタッピングが重要だ。だが、 5段階では、手をつく場所や手は必ずタッピングが重要だ。だが、	



図1 振り返り

図2 運動経過図

図3 話し合いの様子

#### (2) 手立て2 ICTを活用することによって、自己の客観視

単元の中で、最初—中間—最後と自分の動画を残すことで、できなかったことができるようになったことを視覚的に実感できるようにした。常に参考動画が見られるようにしておき、練習前のイメージをつかむために活用したり、自分の動画と比較して課題を見付けたりすることができるようにした(次頁図4)。特に運動低位の生徒が自分の技の成長を実感し、「もっと跳び箱をやりたいかった。」「新しい技に挑戦したい気持ちが生まれた。」など、単元の振り返りに前向きな記述が見られた。また、動画と動画の間に自分の気付きや友達からのアドバイスを書き残すことで、どんなプロセスを経て成長したのかを実感することができた(次頁図5)。

今日は6段の着地練習をした。止まれるようにはなつたけれど、足や手がしっかり伸びていなかったの、次はそこに気を付けて練習していきたいと思う。また、跳ぶときに手を着く段階で、手の指が丸まってしまうから、そこも直したい



図4 映像を見ての気づきと映像の様子、話し合い

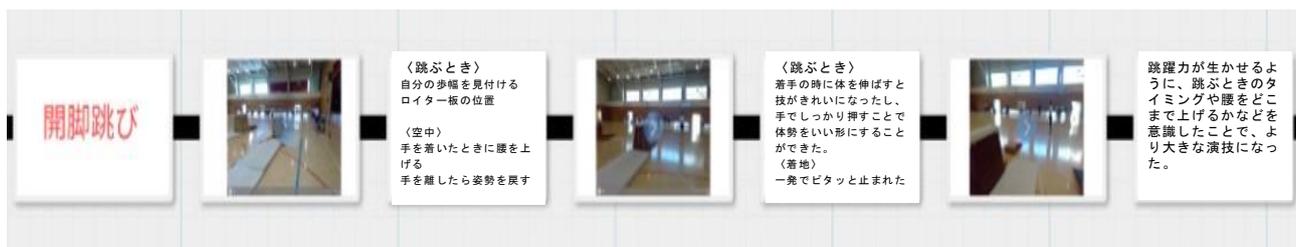


図5 取組のプロセス

## 5 考察

単元を通して、学習カードとICTを併用したことで、自分の目指す姿や課題が明確となり、「今、自分が意識すべきポイント」を意識しながら取り組む姿が見られた。学習カードでは、授業の最後に次時のめあてを書くことで、個人の課題がはっきりした状態で授業をスタートすることができた。お互いに技を見合う際にも、「この場面を見てほしい」と具体的に伝えるきっかけになり、「もっとこうの方がよい」とアドバイスする側も見る視点がはっきりすることで、生徒同士の交流もより具体的で盛んになった。ICTの活用では、参考動画や友達の動画と自分の動画を比較することで課題を抽出することができた。最初ー中間ー最後と動画を撮りためておくことで、自分の成長を自覚することにつながり、「更によくしたい」「新しい技にチャレンジしたい」という意欲をもつことにつながった。これらのことから手立て1、2は共に成果や課題を言語化することで、自分の成長を実感することに有効な手立てだったと言える。

一方で、学習カードとICTを併用することによって、操作や記入に時間がかかり、教師も記述内容のチェックや把握が難しくなってしまった。学習カードの内容をICTに一本化することや場面に応じて使い分けることで、煩雑さも解消し、運動量の確保につなげることが必要であると考えられる。

オクリンクはベネッセコーポレーションの商標又は登録商標です。