

# 運動のよさを実感し、「もっとやってみたい!」と運動に意欲的に取り組むことができる児童の育成 ～体育の授業での「楽しさ」を味わうための工夫を通して～

特別研修員 体育 茂木 一弥 (小学校教諭)

## 児童の実態・・・運動好き・嫌いの二極化傾向

運動好きの児童 → 運動意欲あり  
→ 運動機会増加  
→ 体力向上

運動嫌いの児童 → **運動意欲の低下**  
→ 運動機会減少  
→ 体力低下

## 教師の願い

授業の中で運動の「楽しさ」を味わうことで、「おもしろいかも」「もっと頑張ってみよう」「上達したな」という心のエネルギーをチャージし、運動に向かう意欲を向上させたい。

## 手立て1

### ウォーミングアップの工夫

#### ①BGMに合わせたリズムジャンプ

ねらい 5学年「体づくり運動」  
リズム感を高め、リズムに合わせてジャンプする楽しさを味わう。



リズムカルな音楽に合わせて、様々なジャンプをする運動

体の準備!!

心の準備!!

【児童の様子】  
・笑顔で運動している様子が見られた。  
【児童の感想】  
・難しい動きもあったけど、できなくても最後まで楽しくジャンプができた。  
・体育の授業の準備運動でもっとやりたい。

#### ②ボールを使ったサーキット運動

ねらい 5学年「バスケットボール」  
友だちと関わり合って運動をする楽しさを味わう。



ボールあり鬼ごっこ



2ボールコーディネーション

ペアやグループで手軽に楽しめる運動の組み合わせ



リアクションキャッチ



20m1 ボールタッチ

【児童の様子】  
・ペアで声を掛け合って運動の仕方を教え合っていた。  
【児童の感想】  
・いろいろな運動が簡単にできて、楽しみながら準備運動ができた。

## 成果

- ◎ウォーミングアップを工夫したことで、運動すること自体が「楽しくなった」という感想が多く出た。また、他の運動や体育的行事への意欲の向上も感じられた。
- ◎体育ノートを活用したことで、運動のこつを考える、課題を話し合う、上達を振り返るなどの学習活動の充実を図ることができた。

## 手立て2

### 体育ノートの活用

#### ①「話し合い」「振り返り」の材料

ねらい 5学年「バスケットボール」  
話し合いや振り返りを通して、運動について考える楽しさを味わう。

ノートの記述を基にチームで話し合う

【話し合い中のやりとりの様子】

私の課題は動いてパスを受けてからシュートをうつ。○○さんは?同じだね。じゃあ、パスランシュートの練習をするのはどうかな。



振り返りを全体で共有する

【振り返り発表の様子】

パスをキャッチすることができなかった。パスをノーマークで受けるために空いているスペースに動くことができていないと思う。



## 体育の授業で運動のよさを実感

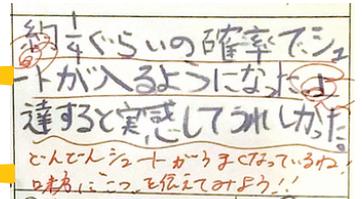
心のエネルギーチャージ

#### ②自己の学びを蓄積していく

ねらい 5学年「バスケットボール」  
振り返りを記録し、「成長」や「上達」を実感することで、**できる楽しさ**を味わう。

成長を実感する児童の記述

教師からの励ましや次の課題・目標を記述



【児童の感想】

・ゲームでのシュート本数が増えた。チームの得点も高くなった。少しずつ、うまくなってきたと思う。次の授業でもっとうまくなりたい。

【児童の感想】

・課題がノートに書いてあったので、今日の目標が立てやすかった。友達の課題もよく分かった。

## 次の授業もやってみたい!

## 課題

- ◎ウォーミングアップは「楽しめる運動」であることと「主運動につながる運動」であることの両立を図る必要がある。
- ◎体育ノートに教師からの励ましやアドバイスを書き込んでいくのには、時間がかかってしまう。児童同士でノートを交換し、励ましや運動のこつを書き込むなどして、教え合いができるようにしたい。