

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 ——映像分析と学習カードの有効な活用を通して——

特別研修員 保健体育 山崎 直哉 (中学校教諭)

実践例:3学年 器械運動「跳び箱運動」

生徒の実態

- ・課題をつかんで言葉にすることが苦手な生徒が多い。
- ・自分で課題解決のための方法を見付け、改善することが苦手である。

教師の願い

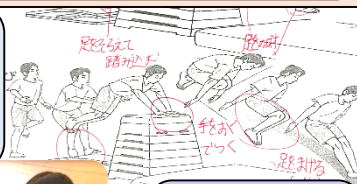
- ・客観的な自分の姿から、課題を明確に捉えてほしい。
- ・自分の成長を実感し、授業に意欲的に取り組んでほしい。

課題の明確化

手立て1 「学習カードを活用した課題の明確化」

- ・運動経過図に場面ごとの課題やポイントの記入し、見てほしいポイントを仲間と共有

場面を切り取って考えることで、自分の改善したいこと明確にすることができる。



ここで腕の突き放しができると着地が安定しそうだね。

この場面で腰は上がった？

手立て2 「ICTを活用した自己の客観視」

- ・参考動画や仲間の映像と自分の映像を比較



足を広げるタイミングが私と違う！もっとしっかり伸ばしてから広げよう。

繰り返し見ることで、イメージと言語を結び付けていく。

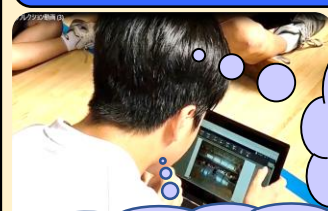
思考の言語化

- ・授業の振り返りの時に、次時の課題解決のための「めあて」を記述

この映像をもとに、次の授業では、膝、つま先にもっと意識を集中しよう。

「次の授業ではここを改善したい」と記憶が鮮明なうちに、次時のめあてを書いて終える。

- ・映像分析から得た課題を解決するための「そのためには」を言語化



なんとしても着地をビシッと止めたい！そのためには？

着手を強く突いて上体を起こしてみよう！

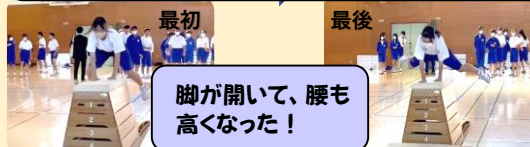
成長の実感

- ・毎時間の振り返りで成長したことを中心に記述

意識したこと
まっすぐの着地をしよう、お尻を上にも上げることを
成長したこと
台上前転は足の踏み込みが足りず、4段階から5段階へ上
ステップ前転の踏み込みが足りず、最後は足踏みのTを

段階を踏んで取り組むことで、成長したことを実感！

- ・最初→中間→最後の映像を比較
- ・新たな課題へチャレンジ



脚が開いて、腰も高くなった！

自分の取組の過程が見えることで、成長を実感。さらに「うまくなりたい」「新しい技にチャレンジしたい」という意欲に！

【成果】

- ・運動経過図の活用で、運動を場面ごとに考えることができ、課題を言語化できた。
- ・振り返りで、次時のめあてを書いて終えることで、授業を、個人の課題がはっきりした状態で始められる。
- ・動画を撮りためて自分の成長を追うことで、運動が苦手な生徒が成長を実感できた。

【課題】

- ・二つの手立てをICTに一本化することで、活動が簡略化し、さらに運動量の増加につながるだろう。
- ・学習カードとICTを使う場面や時間を明確に生徒に提示することによって、生徒の学習状況を効果的に把握し、よりきめ細かな指導につながるだろう。