

# 小学校体づくり運動 指導資料『動きの達人』の作成と活用

—— 楽しく運動しながら多様な動きを身に付けられる  
「動きの得点化」を取り入れて ——

長期研修員 山岸 敬幸

## 《研究の概要》

本研究は、小学校「体づくり運動」領域「多様な動きをつくる運動（遊び）」の指導において、児童が楽しく運動しながら多様な動きを身に付けることを目指して、指導資料「動きの達人」を作成し、その活用を通して指導の工夫を図った実践研究である。

16種類の運動遊びについて、動きの難易度に応じて動きを「得点化」し、児童が「1点の動き」から「達人の動き」まで様々な動きに楽しく挑戦しながら、多様な動きを身に付けられるようにした。また、「達人カード」「教師用指導カード」「動画資料」「シナリオ付きの授業展開例」など、体育の専門性に関わらず、教師が運動の内容やねらいを理解しながら効果的な指導ができるような資料を作成した。

**キーワード** 【体育 小学校 運動の楽しさ 多様な動き 動きの得点化】

群馬県総合教育センター

分類記号：G06-02 平成27年度 255集

## I 主題設定の理由

近年、子どもの体力低下や運動離れ、運動する子どもとしない子どもの二極化の傾向が指摘されている。また、三間（時間、空間、仲間）の減少により子どもの運動経験が不足し、今までは遊びの中で自然と身に付けていた動きが身に付けられていないということなども指摘されている。そのような状況の中で、平成23年に完全実施となった学習指導要領では、小学校体育科に「体づくり運動」領域が全学年に位置付けられ、低学年と中学年には新しい指導内容として、体の様々な基本的な動きを総合的に身に付けることをねらいとした「多様な動きをつくる運動（遊び）」が示された。時代の変化に伴い、体育の授業の中において、子どもに様々な運動経験をさせながら、体の様々な動きを身に付けさせることが求められてきている。体育の授業は、すべての児童生徒が等しく経験する教育の機会であり、健康の保持増進、体力の向上、豊かなスポーツライフの実現に中心的な役割を果たすものである。第2期群馬県教育振興基本計画でも、体力や運動能力向上を目指す体育活動の充実を掲げ、その中で「小学校において体育授業を充実すること」が課題の一つとして挙げられている。小学校段階で「体づくり運動」領域の授業の一層の充実を図り、児童に様々な体の基本的な動きを総合的に身に付けさせることは、他の運動領域の技能の向上や、児童の将来の体力向上にもつながっていくと考えられる。

しかし、所属校の様子を考えると、低学年のうちから地域のスポーツクラブに所属して運動をしている子どももいるが、外で遊ぶ経験や友達との触れ合いが少なくなっている中で、遊びから培われる動きや運動感覚の発達が不十分であるという状況を感じる人が多い。今年度実施した体力テストでは、判定がD及びEであった児童が24.2%であった。これらの児童に共通しているのは、ソフトボール投げにおいて手足の協応動作ができていなかったり、反復横跳びでリズムよく動けなかったりするなどの「動き」のぎこちなさである。また、走るのは得意で50m走は得点が高いが、体が硬くて長座体前屈では得点が高いなど、体力バランスに偏りが見られる児童も多くなっている。

平成26年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査の報告書によると、幼少期の多様な運動経験がその後の運動習慣や体力・運動能力に大きな影響を与えること、単一の運動よりも様々な運動を経験することが、より良い効果をもたらすことが期待できるということがまとめられている。こういったことから、小学校低学年のうちから「体づくり運動」の授業で児童に様々な動きを身に付けさせることは大変重要なことであると考えられる。ただ、注意しなければならないのは、授業が「動き」を身に付けるためのトレーニングになってはいけないということである。「体づくり運動」のねらいは、様々な運動（遊び）を通して「体を動かす楽しさや心地よさを味わうとともに、体の基本的な動きができるようにしたり体力を高めたりすること」であり、児童の興味・関心を欠いた単調な動きの反復に終わることなく、ねらいを明確にして楽しく授業を展開することが必要である。しかし、体育が専門でない教師にとっては、ボール運動や器械運動などの他の運動領域と違って、教える内容や授業の進め方などを具体的にイメージしにくい領域でもあり、それらを明確にした教材や指導資料の作成は有効であると考えられる。

また、「子どもの体力向上のためのハンドブック（平成24年3月）」には、望ましい体育指導の在り方として、①体の動かし方や運動の仕方を理解させながら運動ができるようになる指導、②適切な運動量が確保できる指導、③発達の段階や個人差を踏まえた指導、④運動を習慣化させる取組や指導が挙げられており、このような授業づくりや指導の工夫により、児童は運動の楽しさを感じ、運動に対する肯定感を高めることにつながると考えられる。

そこで、「体づくり運動」領域の低・中学年「多様な動きをつくる運動（遊び）」について、教師が運動の内容やねらいを理解し、効果的に授業を展開できるような指導資料をつくりたいと考えた。そうすることで、児童が体育授業に夢中になって取り組み、楽しく運動しながら多様な動きを身に付けられるようにする。そして、児童が小学校段階で楽しく運動しながら多様な動きを身に付けておくことは、その後の体力向上や他の運動領域の技能の向上、また運動好きな児童の育成につながっていくと考える。また、それは、小学校体育科の目標である「生涯にわたって運動に親しむ資質や能力の基礎を育てる」ことにもつながっていくと考え、本主題を設定した。

## II 研究のねらい

小学校「体づくり運動」領域の低・中学年「多様な動きをつくる運動（遊び）」の指導において、児童が楽しく運動しながら多様な動きを身に付けるために、教師が運動の内容やねらいを理解し、効果的に授業を展開できることを目指した指導資料「動きの達人」を作成し、その活用を通して有効性を明らかにする。

## III 研究の内容

### 1 基本的な考え方

#### (1) 「運動の楽しさ」について

体育科の授業では、体格や運動能力、興味関心等の実態が異なる児童が一緒になって学習を進めていく。そのような状況の中で、全ての児童に生涯にわたって運動に親しむ資質や能力の基礎を育てるためには、「競争やゲームに勝った」や「運動ができた」という楽しさの捉え方だけでなく、より多面的に楽しさを捉えることが必要であると考え。

高田（1985）は、子どもが体育科の学習を楽しんでいると感じ心から喜ぶ要因として、「動く楽しさ」「解る楽しさ」「伸びる楽しさ」「集う楽しさ」の四つを挙げている（表1）。

本研究においても、この考えをもとに運動の楽しさを多面的に捉えていきたい。本研究における「運動の楽しさ」とは、①体を十分に動かすことの楽しさ、②できるようになるコツが分かる楽しさ、③できなかったことができる楽しさ、④友達と関わったり協力して活動したりする楽しさと捉える。そして、児童がこのような楽しさを味わえたとき、「もっとやってみたい」「どうしたらできるようになるのだろう」「もっと上手になりたい」「もっとみんなで楽しみたい」という思いが、表2のようなつぶやきや記述に表れるのではないかと考える。

そして、こういった楽しさを味わいながら運動に取り組んでいくことが、生涯にわたって運動に親しむ資質や能力を育てることにつながっていくと考える。

#### (2) 「多様な動きを身に付けること」について

本研究における「動き」とは、歩く、回る、投げる、捕る、走るなどの様々な運動の基礎となる体の基本的な動きのことである。低学年では、まず様々な楽しい運動遊びを経験しながら、できる動きの種類を増やす。そして、リズム、向き、用具、姿勢などの要素を変化させることで、動きの幅を広げる。「動きの幅を広げる」とは、例えば「走る」という一つの動作について、「ジグザグに走る」「後ろ向きに走る」など、動きに変化を持たせていくことである。そして、中学年では低学年で

表1 運動の楽しさを味わう要因（高田）

動く楽しさ	自ら体を動かさそうという気持ちになったり、力一杯運動することができたと感じること。
解る楽しさ	新たに感じたり分かったりしたことがあったと感じること。
伸びる楽しさ	運動ができた、技能が上達したと感じること。
集う楽しさ	お互いに教え合ったり、励まし合ったりすることができたと感じること。

表2 運動の楽しさを実感したと思われるつぶやき・記述

① 体を動かす	・力いっぱいやった。 ・もっと〇〇したい。 ・またやりたい。 ・次はこうしたい。
② コツが分かる	・コツが分かった。 ・△△すればできるぞ。 ・□□くんのこういうところが上手だな。
③ できる	・できた。 ・できるようになった。 ・上手になった。 ・前よりもうまくなった。
④ 関わりや協力	・友達に教えてもらってうれしい。 ・ナイス ・ドンマイ ・やったね。

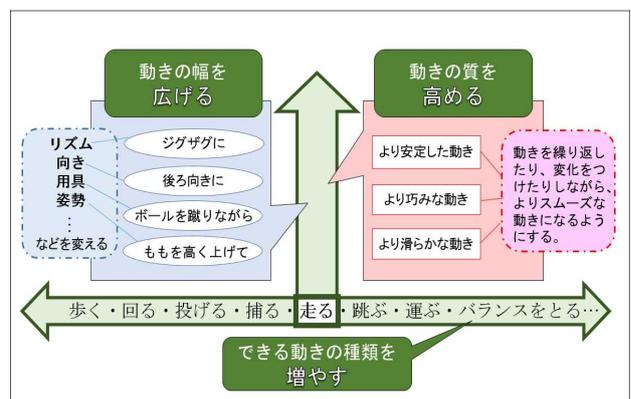


図1 多様な動きを身に付ける

身に付けた動きをベースにしながら動きの幅を更に広げるとともに、より安定した動きやより巧みな動きができるようにしたり、より滑らかに動けるようにしたりするなど、動きの質を高める。

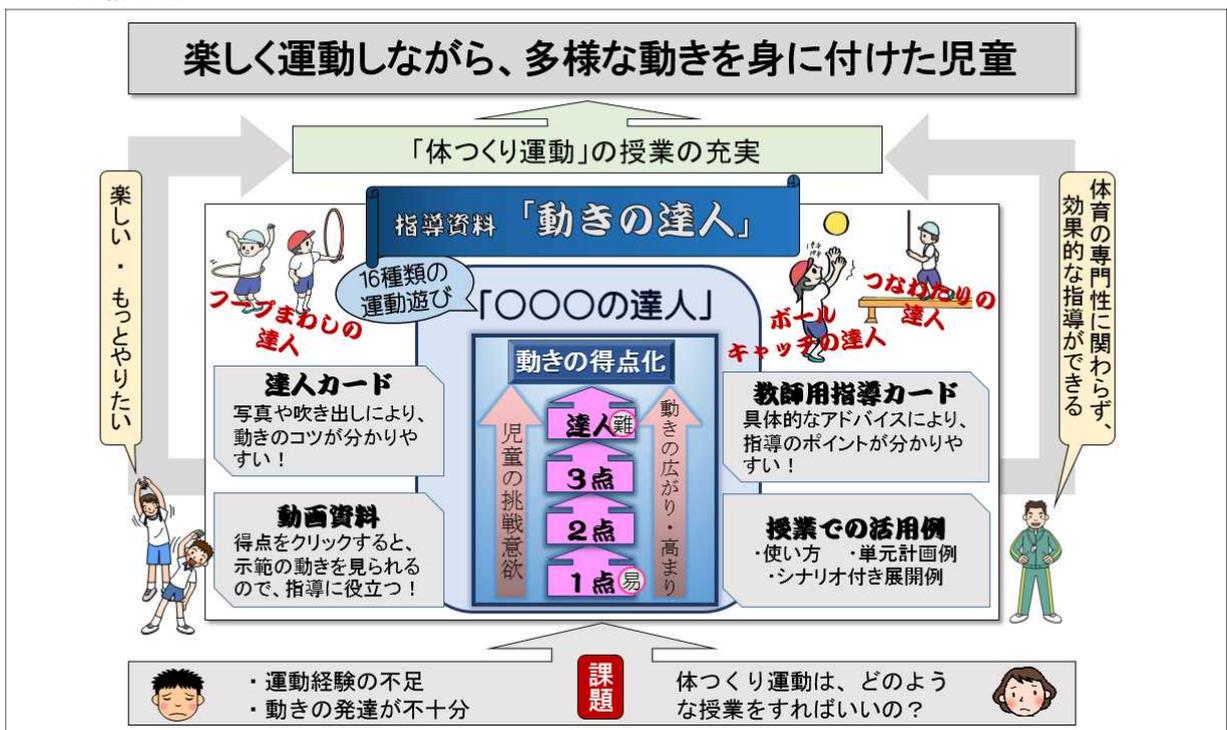
本研究における「多様な動きを身に付ける」とは、できる動きの種類を増やすとともに、それぞれの動きについて、動きの幅を広げたり動きの質を高めたりすることと捉える（図1）。

### (3) 「動きの得点化」について

「動きの得点化」とは、様々な運動遊びに、動きの難易度が高くなるほど高得点となるような設定をすることである。例えば、「フラフープを回す」という運動遊びにおいて、「回す場所」という要素に着目すると、「腰で」「腕で」「足で」などいろいろな動きが考えられ、回す場所によって動きの難易度は異なる。この難易度を見極め、易しい動きから徐々に難しい動きになるように、児童にとっては楽しくて挑戦的な要素を含んだ設定にする。そうすることで、児童が夢中になって運動に取り組む中で、できる動きを広げたり動きの質を高めたりできるようにする。また、「姿勢」という要素に着目すれば、「立って回す」「座って回す」「歩きながら回す」など、動きのバリエーションは更に広がる。このような「動きを更に工夫する視点」を示すことで、児童が更に動きを広げていけるようにする。

また、本研究で取り上げる運動遊びについては、子どもたちが熱中できること、多くの学校にあるものでできること、同じ場でありながら児童一人一人の能力に応じた活動が可能であること、子どもたちの良い人間関係を築けること、できるだけ子どもたちの日常生活に広がること、といった点も意識して教材づくりを行う。

### (4) 研究構想図



## 2 教材の概要

指導資料「動きの達人」は、児童が楽しく運動しながら多様な動きを身に付けるとともに、教師が運動の内容やねらいを理解し、効果的に授業を展開できることを目指した指導資料である。まず、体づくり運動領域の低・中学年「多様な動きをつくる運動（遊び）」で取り上げる様々な運動遊びに「動きの得点化」を取り入れ、16種類の運動遊びを作成した。そして、それを支える三つの柱として、それぞれの運動遊びについて「達人カード」「教師用指導カード」「動画資料」を作成した。また、「授業での活用例」として、「指導資料『動きの達人』の使い方」「単元計画例」「1時間ごとの展開例」を作成した。作成に当たっては、体育の専門性がなくても指導内容や指導にあたっての大切なポイントが分かりやすいということを目指した。

(1) 「動きの得点化」を取り入れた運動遊びの作成

運動遊びの選定にあたっては、まず、学習指導要領解説に例示されている運動や文部科学省の学校体育指導資料第7集「体づくり運動」、また「多様な動きをつくる運動（遊び）パンフレット」を参考にして、発達段階に応じて運動遊びを精選した。そして、選定した運動遊びの中の動きを考察し、距離、時間、回数、リズム、用具、姿勢などの要素を変化させると、動きを広げたり高めたりできるような運動を取り上げ、動きを得点化した。得点は四段階とし、1点、2点、3点、達人の順に動きの難易度が上がるように設定した。全部で16種類の運動遊びについて作成し、それぞれの運動には「○○○の達人」と名付け、児童がどのような運動をするのかをイメージできるようにした（図2）。

運動遊びとその内容	
ジャンプの達人 「あんたがたどこさ」の歌に合わせて、前後左右にジャンプする（「さ」の時だけ前後にジャンプ）	動物歩きの達人 いろいろな動物になって、這う、歩く、はねるなどの動きをする。
つなわたりの達人① 平均台をいろいろな姿勢で渡る。	つなわたりの達人② ボールを持ったり操作したりしながら、平均台を渡る。
わなげの達人 新聞で作った輪をペアの友達と投げたり挿したりする。	バランスボールの達人 いろいろな姿勢でバランスボールに乗る。
なわとびの達人 なわとびでいろいろな跳び方をする。	ペアなわとびの達人 友達と横に並んでいろいろな跳び方をする。
フープまわしの達人 フラフープを体のいろいろな場所でする。	フープころがしの達人 フラフープを転がし、転がっている間にくぐりめたり飛び越したりする。
ドリブルの達人 ボールをいろいろな方法でドリブルする。	まわってキャッチの達人 ボールを上に向けてから前転をし、落ちてきたボールをキャッチする。
ボールはこびの達人 ボールを友だちと2人で手を使わずに運ぶ。	スティックはこびの達人 新聞で作ったスティックを友だちと2人で手を使わずに運ぶ。
ボールキャッチの達人① ボールを上に向けて上げ、5回手を叩いたあと、いろいろな姿勢でキャッチする。	ボールキャッチの達人② ペアでボールを投げ合い、いろいろな姿勢でキャッチする。

図2 「動きの得点化」を取り入れた運動遊び一覧

表3は、「フープまわしの達人」での動きの得点化である。得点化にあたっては、簡単すぎず難しすぎず、児童が「少しがんばればできそう」と思えるような設定をし、簡単すぎて活動がつまらないものになったり、難しすぎてすぐに諦めてしまったりすることがないように配慮した。また、児童ができる動きをさらに広げたり高めたりできるように、各運動遊びごとに「さらに動きを工夫する視点」についても示した。

表3 動きの得点化の例

<フープまわしの達人>

1点・・・なわとびのように回す。  
2点・・・腕で回す。  
3点・・・腰で回す。  
達人・・・かけ足で回す。

<さらに動きを工夫する視点>

・姿勢 ・本数 ・回数

(2) 「動きの得点化」を取り入れた運動遊びを支える三つの柱

① 「達人カード」について

達人カードは、児童が運動遊びの行い方や動きのコツを理解し、楽しみながら多様な動きを身に付けていくための児童用のカードである。その内容（図3）は、①運動の内容とその運動で身に付く力、②運動のルールやマナー、③動きの局面画像、④動きの得点表、⑤記録室、⑥運動の日常化へのヒントで構成した。これらの内容を1枚のカードの中にまとめることで、児童が実際の授業の中で活用しやすくなるようにした。また、児童が効果的に動きを身に付けられるように、局面画像と吹き出しを中心に構成し、動きのコツを理解し

①運動の内容と身に付く力  
どんな運動で、どんな力が身に付き、それがどんなことにつながるかわかるようにした。

②運動のルールやマナー  
ルールやマナーについて簡潔に記述し、児童が望ましい学習態度で授業に臨めるようにした。

③動きの局面画像  
吹き出しと局面画像により、児童がその運動をする際に意識すべきコツがわかるようにした。

④「動き」の得点表  
得点が高くなるほど、少しずつ難しい動きになり、児童の挑戦意欲をかき立てるような設定にした。

⑤記録室  
児童が自分の記録や思いを書き込めるようにし、伸びを実感できるようにした。

⑥運動の日常化へのヒント  
休み時間や家庭でもできる手軽な運動を紹介し、運動の日常化につなげられるようにした。

図3 達人カードの例

やすくなるようにした。さらに、授業以外の場面でも、友達や家族と楽しく取り組めるようなヒントを載せ、運動の日常化へつなげられるようにした。

## ② 「教師用指導カード」について

教師用指導カードは、「動きの得点化」を取り入れた運動遊びの内容やねらいを理解し、動きのコツをおさえた効果的な指導をするための教師用のカードである。

内容(図4)は、達人カードを基にして、その中に①学習指導要領上の位置付けと使用可能学年、②準備物と場の設定、③ワンポイントアドバイスを取り入れた。③のワンポイントアドバイスの内容としては、「運動の行い方」「よりよい動きを引き出す発問」「安全に実施するための配慮」「簡単な教具の作成の仕方」など、その運動遊びを指導する際に必要と思われるものを精選し、体育専門外の先生にとって役立つと思われる内容で構成した。



図4 教師用指導カードの例

## ③ 「動画資料」について

動画資料は、「動きの得点化」を取り入れた運動遊びの行い方を理解しやすくするとともに、児童が動きのコツを意識できるようにするための映像資料である。

言葉での説明や画像の資料だけではどうしても動きが児童に伝わらなかったり、教師が示範の動きをできなかつたりする場合もある。また、映像を見ることで、運動の行い方を短時間に理解させることもできる。そこで、それぞれの運動遊びの行い方が視覚的に理解できるようにするための動画資料を作成した(図5)。それぞれの運動遊びについて、1点の動きから達人の動きまで四段階それぞれの示範の動きが見られるようにするとともに、さらに工夫した動きの例や失敗例なども作成し、教師が授業の中で活用できるようにした。



図5 動画資料の例

## (3) 授業での活用例について

まず、指導資料「動きの達人」を実際の授業で活用するための資料として、「指導資料『動きの達人』の使い方」を作成し、資料を活用する際の基本的な考え方が分かるようにした。

次に、「単元計画例」(図6)と「1時間ごとの展開例」(図7)を作成し、授業を実際に進めていくための具体的な方法の例を示した。「単元計画例」は、まず教師が16種類の運動遊びの中から児童の発達段階等を考慮して取り上げたい運動遊びを4つ選び、それを単元計画の中にあてはめて授業を展開するという形式にした。どの運動遊びを選んでも、同じような流れの授業展開にすることで、児童にとっては学習の流れが分かりやすくなり、教師にとっては指導しやすくなるように構成した。また、発達段階を考慮し、児童の興味関心が持続するように、単元前半では1単位時間に

2つの運動遊びを取り上げた。そして、単元前半で一つ一つの動きを確認しながらじっくりと経験して動きを習得し、単元後半では、身に付けた動きをたくさん経験したり、動きを工夫したりするという構成にした。また、「1時間ごとの展開例」には、左半分に1時間の授業の展開案、右半分に授業を行う上でポイントとなる場面でのシナリオを載せた。シナリオは実際の授業場面を想定し、教師がどのような言葉かけをすると効果的か、その例を具体的に示した。さらに、学習の流れに沿った画像を載せ、教師が授業のイメージを持ちやすくなるようにした。

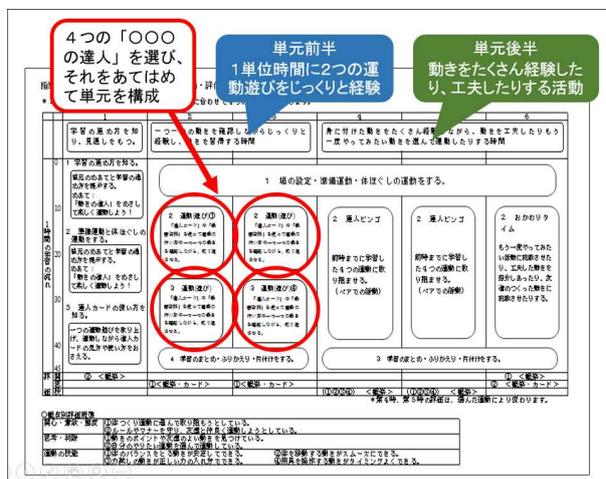


図6 単元計画例



図7 1時間ごとの展開例

#### IV 研究の計画と方法

##### 1 授業実践の概要

対象	研究協力校 小学校第4学年 28名
授業者	長期研修員 山岸 敬幸
実践期間	平成27年10月13日～10月27日 6時間
単元名	多様な動きをつくる運動 『『動きの達人』になろう』
単元の目標	体のバランスをとる運動や用具を操作する運動、基本的な動きを組み合わせる運動を行い、体を動かす楽しさや心地よさを味わうとともに、体の基本的な動きができるようにする。

対象	研究協力校 小学校第3学年 32名
授業者	A教諭（教職20年以上、専門は国語、女性）
実践期間	平成27年10月13日～10月27日 6時間
単元名	多様な動きをつくる運動 『『動きの達人』になろう』
単元の目標	体のバランスをとる運動や用具を操作する運動を行い、体を動かす楽しさや心地よさを味わうとともに、体の基本的な動きができるようにする。

対象	研究協力校 小学校第2学年 26名
授業者	B教諭（初任者、専門は社会、女性）
実践期間	平成27年10月13日～10月27日 6時間
単元名	多様な動きをつくる運動遊び 『『動きの達人』になろう』
単元の目標	体を移動する運動遊びや用具を操作する運動遊びを行い、体を動かす楽しさや心地よさを味わうとともに、体の基本的な動きができるようにする。

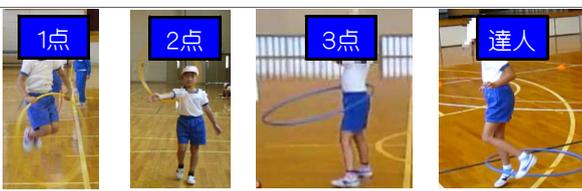
## 2 検証計画

検証の観点	検証の方法
運動遊びに「動きの得点化」を取り入れ、「達人カード」や「動画資料」を活用して運動に取り組みさせたことは、児童が楽しく運動しながら多様な動きを身に付けるために有効であったか。	<ul style="list-style-type: none"> <li>児童の活動記録</li> <li>児童の活動の様子の観察</li> <li>アンケート結果の分析</li> <li>児童による授業評価の分析</li> </ul>
指導資料「動きの達人」は、教師が運動の内容やねらいを理解し、効果的に授業を展開するために有効であったか。	<ul style="list-style-type: none"> <li>指導者（観察者）への聞き取り調査</li> <li>指導者の授業中の様子の観察</li> <li>ビデオによる授業場面の分析</li> </ul>

## 3 実践

	主な学習活動	研究上の支援及び留意点
1	<p>○学習の進め方、達人カードの使い方を知る。</p> <p>○「動き」とは何かを知り、学習のめあてを立てる。</p>  <p>人間は、ふだん約80種類の動きをしていると言われています・・・ ・小学生のうちからいろいろな動きを身に付けておくと、将来、いろいろなスポーツが得意に・・・</p> <p>「動き」とは何かを説明する(4年生)</p>	<p>○児童が新しい学習に見通しをもって取り組めるように、単元計画を拡大して掲示する。</p> <p>○児童がそれぞれの運動に意欲的に取り組み、効果的に動きを身に付けられるように、「動きとは何か」について掲示資料を基に説明する。</p> <p>○児童が新しい学習に意欲的に取り組めるように、「達人カード」の見方や使い方を掲示資料を基にして実際に動きながら説明する。</p>
	<p>○運動の行い方や動きのコツを確認しながら、1単位時間に二つの運動(遊び)「○○の達人」に取り組む。</p>  <p>これが「3点」の動きだよ。コツは何だと思う？ 達人カードを見てごらん・・・</p> <p>動画資料や達人カードで動きを確認する(2年生)</p>	<p>○児童が運動の行い方を確実に理解できるように、動画資料を基に運動の行い方を説明する。</p> <p>○児童が動きのコツをつかめるように、「達人カード」の中の動きの局面画像を基に動きのコツを話し合い、一つ一つの動きを確認しながら運動させる。</p> <p>○ペアの友達と交代で動きを見せ合い、動きができていたら「達人カード」の記録室のところにお互いにシールを貼ることを確認する。</p> <p>○運動の日常化を図るために、まとめの段階で「達人カード」の「おうちでもやってみよう」を説明する。</p>

### 各学年の実践で取り上げた運動(遊び)の例

2 ・ 3	<p>「フープまわしの達人」(2年生)・・・体のいろいろなところでフープを回す。</p>  <p>1点 2点 3点 達人</p> <p>&lt;動きの得点化&gt; 1点…なわとびのように回す 2点…腕で回す 3点…腰で回す 達人…かけ足で回す</p>
	<p>「わなげの達人」(3年生)・・・新聞紙で作った輪を投げ合い、体のいろいろな場所でキャッチする。</p>  <p>2点 3点</p> <p>&lt;動きの得点化&gt; 1点…両手でキャッチ 2点…片手でキャッチ 3点…足でキャッチ 達人…頭でキャッチ</p>

「つなわたりの達人」(4年生)・・・ボールを持ったりついたりしながら平均台を渡る。



1点



2点



3点



達人

＜動きの得点化＞

- 1点…ボールを両手がかかえて
- 2点…ボールを両手にのせて
- 3点…ボールを両手でつきながら
- 達人…ボールを片手でつきながら

○前時までに学習した四つの運動に取り組み、たくさんの動きを経験しながら動きを広げたり高めたりして楽しむ。

もっと遠くを見て。



ペアで教え合いながら、より高い得点に挑戦し、動きを高める。(4年生)

2点ができたね。

次は3点に挑戦しよう!



動きができれば、達人カードにシールを貼る。(2年生)

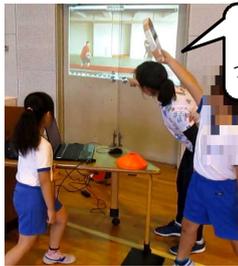
○動きをチェックし合ったり、動きを見せ合ったりしながら、互いに高め合えるように、前時までと同様にペアでの活動を取り入れる。

○児童が効果的に動きを高められるように、「動画資料」や「達人カード」を活用して運動が苦手な児童を中心に支援する。

○達人の動きができた児童には、動きを工夫して新しい達人の動きを作るように投げかける。

○運動の日常化を図るために、授業のまとめの段階で「おうちでもやってみよう」を説明する。

「ひざ」は、どうなっているかな?



「達人カード」のここを見てごらん?



動きがうまくできていないペアに動画資料や達人カードを使って動きのコツを確認する。(2年生、3年生)

○これまでに学習した四つの運動に取り組み、動きを工夫したりもう一度やってみたい動きを選んで運動したりして楽しむ。

やったね!



今までできなかった動きができた友達を自分のことのように喜ぶ。(2年生)

3本でもできるよ!



動きを工夫する

どっちがたくさん入るか競争しよう!



大きいボールでもできるよ!



左…フラフープの数を増やして挑戦する(2年生)  
 中…他のペアと一緒に競争する(3年生)  
 右…大きいボールでドリブルしながら渡る(4年生)

## V 研究の結果と考察

1 運動遊びに「動きの得点化」を取り入れ、「達人カード」や「動画資料」を活用して運動に取り組ませたことは、児童が楽しく運動しながら多様な動きを身に付けるために有効であったか。

(1) 結果

① 児童のワークシートやアンケート、活動の様子を観察から

児童はペアの友達と一緒に夢中になって運動遊びに取り組み、1点の動き→2点の動き→3点の動き→達人の動きの順に、一人一人の到達度に応じて繰り返し挑戦した。その中で動きがうまくできない児童（ペア）には教師が声をかけ、「達人カード」の中の動きの局面画像や「動画資料」を見せ、動きのコツを意識させるような言葉かけを行った。

図8は、「わなげの達人」における児童の動きの変化の様子である。指導者が動画資料で示範の動きを見せ、ひざの動きを意識させたことで動きが良くなり、単元後半には、相手がキャッチしやすいようにふんわりと投げることができるようになった。図9は、フープを腕で回すことができなかった児童であるが、「回し始める時に勢いをつける」という達人カードに書かれているコツをペアの友達から助言されたり、軸を安定させるために指導者と手をつないで回す練習をしたりして、第5時に初めてできるようになった。単元の最初の頃はうまくいなくて悲しそうな顔も見せていた本児童であったが、単元後半には自信をもって運動に取り組む姿が見られた。

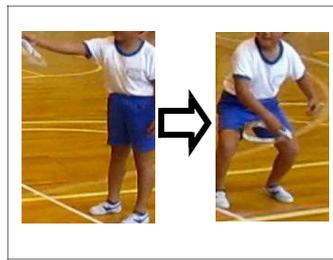


図8 動きの変化①

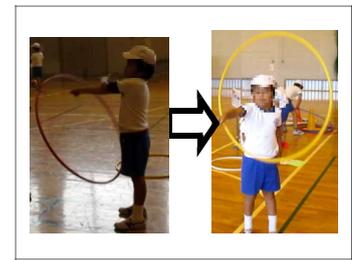


図9 動きの変化②

図10は、2年生の実践で取り上げた「フープまわしの達人」における動きの到達度を表したものである。単元の終わりには全ての児童が「2点」以上の動きに到達することができた。また、「3本同時に回す」「走りながら回す」など、「動きを工夫する視点」を参考にしながら更に動きを広げることができた児童もいた。実践を行った全ての学年、全ての運動遊びに目を向けてみると、図11のような結果となり、児童は単元始めの段階よりも動きを広げることができた。また、75.9%の児童が、少なくとも一つの運動遊びで「達人」まで到達することができた。

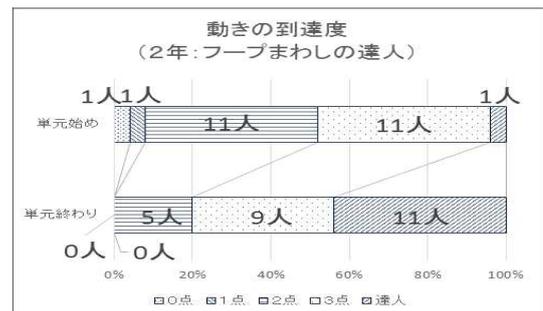


図10 動きの到達度 (フープまわし)

図11は、2年生の実践で取り上げた「フープまわしの達人」における動きの到達度を表したものである。単元の終わりには全ての児童が「2点」以上の動きに到達することができた。また、「3本同時に回す」「走りながら回す」など、「動きを工夫する視点」を参考にしながら更に動きを広げることができた児童もいた。実践を行った全ての学年、全ての運動遊びに目を向けてみると、図11のような結果となり、児童は単元始めの段階よりも動きを広げることができた。また、75.9%の児童が、少なくとも一つの運動遊びで「達人」まで到達することができた。

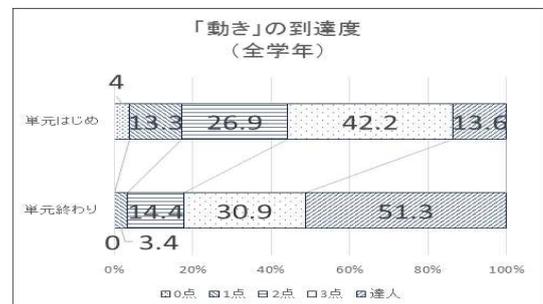


図11 動きの到達度 (全学年)

単元終了後、児童にアンケート調査を行ったところ、全ての児童から動きの得点表で高い得点を目指して運動したことは楽しかったという肯定的な回答があった。また、97.6%の児童が「達人カードは役に立った」と答えた。さらに、同じような運動遊びを体育の授業以外で行ったかどうかを聞いたところ、76.1%の児童が授業時間外に運動したと答え、その中で46.8%の児童が家庭で家族と一緒に取り組んだと答えた。

図12は、単元終了後の児童の感想の一部である。82.5%の児童の感想からは、本研究における運動の楽しさ（①体を動かす、②コツが分かる、③できなかったことができる、④協力）に関する具体的な記述が見られた。

総じてどの学年でも、子どもたちの笑顔や拍手、

**<④の楽しさに関する記述>**  
 さいしょはできなかったけど、先生や友だちにおしえてもらっているん  
 ことができるようになりました。たの  
 しかったです。(2年女子)

**<①、③の楽しさに関する記述>**  
 ドリブルやフラフープがすごく上手  
 にできるようになったのでうれし  
 かったです。スティックがあまりできな  
 かったので、家で作ってやってみ  
 たいと思いました。(3年女子)

**<②の楽しさに関する記述>**  
 最初はできなかった運動が達人カ  
 ードのコツを見てやったら上手にでき  
 るようになりました。コツは大切だと思  
 いました。(4年男子)

図12 単元終了後の児童の感想(一部)

歓声が多く見られ、児童は運動を楽しみながら様々な動きを身に付けることができた。しかし、「動きの得点化」について、2年生の授業では、1点の動きから順に徐々に難易度の高い動きに挑戦しながら楽しむという本教材のねらいや意図が理解されず、はじめから難しい動きや自分のやりたい動きに挑戦しようとする児童もいて、教師が個別に修正した。また、3年生ではペアで動きを見せ合う際の評価が甘くなり、動きができていないのにできたことにしてシールを貼ってしまうペア(児童)もあり、全体で指導する場面が見られた。

## ② 児童による授業評価から

毎授業終了後、高橋ら(1994)によって標準化された形成的授業評価票を用いて児童に意識調査を行い、学級全体の体育授業の「成果」「意欲関心」「学び方」「協力」因子における意識の変化を見た。図13は、その中の「意欲関心」の次元の推移である。「意欲関心」の次元は、授業に対する意欲や楽しさを聞く2項目からなっており、児童の体育の授業に対する期待や満足度を示す次元である。2年生の第2時で



図13 形成的授業評価(意欲関心)

少し下がってはいるものの、全体的に右肩上がりの高い数値を示しており、児童は本単元の学習に精一杯取り組み、楽しかったと感じていることが明らかとなった。

また、単元開始前、及び単元終了後に高田、岡澤ら(2000)によって開発された診断的・総括的授業評価票を用いて意識調査を行った。調査票は、「たのしむ(情意目標)」「できる(運動目標)」「まもる(社会的行動目標)」「まなぶ(認識目標)」の4因子20項目で構成されている。図14は、各学年の「たのしむ(情意目標)」因子の結果である。「たのしむ(情意目標)」因子は、「楽しく勉強」「精一杯の運動」「丈夫な体」「心理的充足」「明るい雰囲気」の5項目から成っており、本単元において児童が授業を楽しめたかを図る指標となる。結果を見ると、どの学年も得点が上昇しており、特に3年生と2年生に関しては、大きな変化が見られた。また、どの学年でも「まなぶ(認識目標)」因子に大きな変化が見られた。図15はその結果である。「まなぶ(認識目標)」因子は、「めあてを持つ」「工夫して勉強」「時間外練習」「他人を参考」「友人・先生の励まし」の5項目から成っており、本単元における児童の学び方や教え合い、人間関係などを見る指標となる。結果を見ると、どの学年も得点が上昇しており、特に2年生では大きな上昇が見られた。

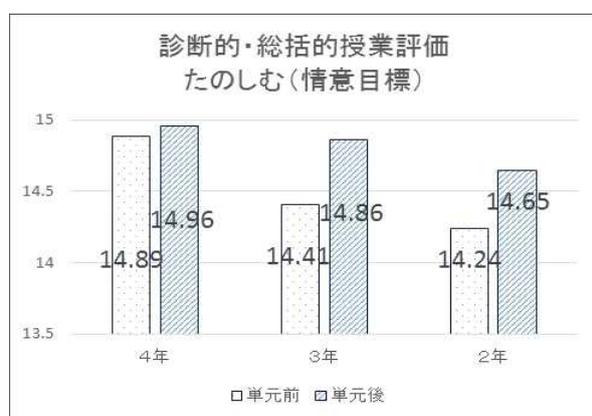


図14 診断的・総括的授業評価

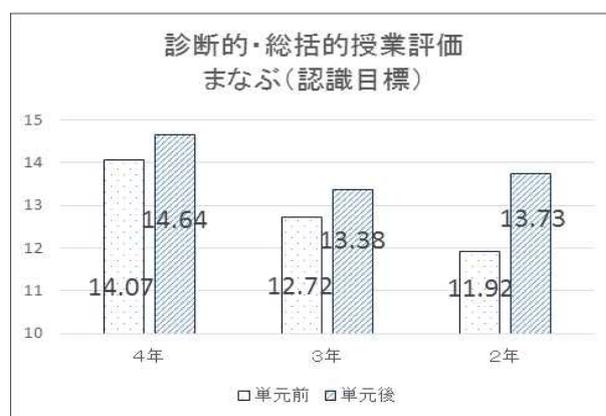


図15 診断的・総括的授業評価

## (2) 考察

まず、「達人」という言葉や「達人を目指す」という設定が効果的であったと考える。第1時のオリエンテーションで『達人』ってどんな人のこと?と聞くと、「すごい人」「何でもできちゃう人」「上手な人」などの答えが多く返ってきた。「いろんな動きが何でも上手にできると、体力やスポーツの技能の向上などよいことがいっぱいあり、だから達人を目指して様々な動きを身に付けると良い」「達人を目指して徐々に難易度の高い動きに挑戦していく勉強なんだな」というように、児童がイメージを持ちやすかったのだと考える。しかし、それを第1時でうまく理解させられなかったりルールを徹底できていなかったりすると、「動きの得点化」のよさが機能せず効果的に動きを身に付けられないということも言える。

次に、「動きの得点化」により、簡単すぎず難しすぎず、少しがんばればできそうと思えるような挑戦的な要素を持たせた設定をしたことが、「もっとやりたい」「もう一つ上を目指したい」という思いにつながったと考える。そして、友達の得点と比較するのではなく、自分自身の中での向上やできなかった動きができるようになる達成感に喜びを感じたことで、児童の運動への意欲が向上したと考える。また、能力の異なる児童が同じ場の設定の中でそれぞれの目指す得点(目標)に向かって運動したことで、ペアでの教え合いが生まれ、その中で、動きのコツを視覚的に意識させる「達人カード」や「動画資料」が効果的に機能し、児童が多様な動きを身に付けることにつながったと考える。

児童の授業中の様子やアンケート結果、授業評価から、児童は本単元において運動を十分に楽しんだと考えられる。その結果、休み時間や家庭での遊びの中で運動に取り組む児童が増えた。これは、本教材が運動の日常化につながる要素を持っており、今後児童の更なる運動経験の増加が期待できると考えられる。

以上のことから、運動遊びに「動きの得点化」を取り入れ、「達人カード」や「動画資料」などの資料を活用して運動遊びに取り組みさせたことは、児童が楽しく運動しながら多様な動きを身に付けるために有効であったと考える。

## 2 指導資料「動きの達人」は、教師が運動の内容やねらいを理解し、効果的に授業を展開するために有効であったか。

### (1) 結果

#### ① 指導者(観察者)への聞き取り調査と授業中の様子の観察から

単元終了後、授業を実践した2名の教諭、及び単元を通して参観した2名の教諭に聞き取り調査を行った。まず、運動遊びに「動きの得点化」を取り入れたことについては、「運動の得意、不得意に関係なく、その到達度に応じて楽しく挑戦できるところがよい」との回答であった。回答者はこれまで運動が苦手な児童をどのようにして楽しく運動させるかということに体育授業の難しさを感じていたとのことだが、「動きの得点化」という工夫により、運動能力の異なる児童が関わり合いながら楽しく運動し、運動の得意、不得意に関係なく誰もが満足できていたとの感想が聞かれた。

次に今回使用した教材については、体育が専門でない教師にも分かりやすく使いやすいという評価が多かった(図16)。実際の授業中の様子を見ると、教師は「膝を曲げてごらん」「投げる方向を見てごらん」など、「達人カード」に書かれている内容を具体的な言葉

＜達人カード＞  
・児童に意識させたい動きのコツが写真と短い言葉で分かりやすく、運動が苦手な子にとって特に分かりやすい。  
・動きの得点表を見ながら、児童が一つの動きができた次は何に挑戦するのかが自分で分かるので、児童が主体的に学習を進められた。

＜教師用指導カード＞  
・「運動の説明の仕方」があることで、それを見ながら自信を持って説明することができた。

＜動画資料＞  
・教材研究の段階で、どのような運動(遊び)なのか、どのように動きの難易度が上がっていくのかが分かりやすかった。  
・教師が示範できない動きも映像を見せられるので、児童が短時間に動きを理解できた。

＜授業での活用例＞  
・1時間ごとの展開例にシナリオがあることにより、その場面でのどのように説明するとよいのかが分かりやすかった。

図16 使用した教材についての教師の感想

で声かけをしている場面が多く見られ、それが児童にとって効果的な指導となっていた。また、運動遊びの説明や場面転換もスムーズになされており、運動学習時間を十分に確保することにつながっていた。

また、初任者にとっては、シナリオがあることで授業のイメージを持ちやすかったとのことであった。第2時を参観した指導主事からは、「子どもの思考に沿った流れでねらいが適切に提示された」「振り返りの場面では、ただ『がんばったね』ではなく、ねらいに沿って適切な振り返りがなされていた」との講評があった。これは、「1時間ごとの展開例の中にある『授業を行う上でポイントとなる場面でのシナリオ』が、体育の専門外の指導者にとって、分かりやすかったからである」と評価された。

## ② 授業場面の割合の分析から

図17は、高橋（1994）の「授業場面の期間記録法」をもとに、毎時間の授業場面を「マネジメント場面（移動、待機、準備など、学習成果に直接つながらない活動）」「学習指導場面（教師が説明、演示、指示を与える場面）」「認知学習場面（子どもがグループで話し合ったりカードに記入したりする場面）」「運動学習場面（子どもが準備運動、練習、ゲームなどをする場面）」の四つに分類したものである。

今回の実践では、専門や経験年数の異なる3人の指導者が授業を行ったが、どの学年においても、単元後半になるにつれてマネジメント場面や学習指導場面が減った。また、単元後半の第4時と第5時には、運動学習場面が50%を超える結果となった。第6時については、動きを工夫したり、工夫した動きを紹介し合ったりするという新しい学習活動であったため運動学習時間が減っているが、実際の授業では、友達が考えた難しい動きを見て歓声があがったり、友達の考えた動きをヒントにして新たな動きを考えたりするなど、活動を楽しんでいる姿が見られた。

単元終了後、このグラフを提示しながら2人の教諭に聞き取り調査を行ったところ、「今までの自分の授業と比較して説明や指示の時間が短くなり運動学習時間が増えた」「教師用指導カードや動画資料があったおかげで、無駄な説明が少なくなった」「第1時で運動学習時間が少なくなったとしても、学習の約束やマナーを徹底しておくことが大切だということが分かった」などの回答を得た。

## (2) 考察

聞き取り調査の結果から、視覚的な要素を多く取り入れた「達人カード」「教師用指導カード」と短時間で運動の行い方を理解できる「動画資料」は、教師が運動の内容やねらいを理解するのに有効であったと考える。また、それにより教師の授業中の説明や指示の時間が短くなるとともに、動きのコツをおさえた効果的な指導をすることができたと考える。そして、運動学習中は、運動遊

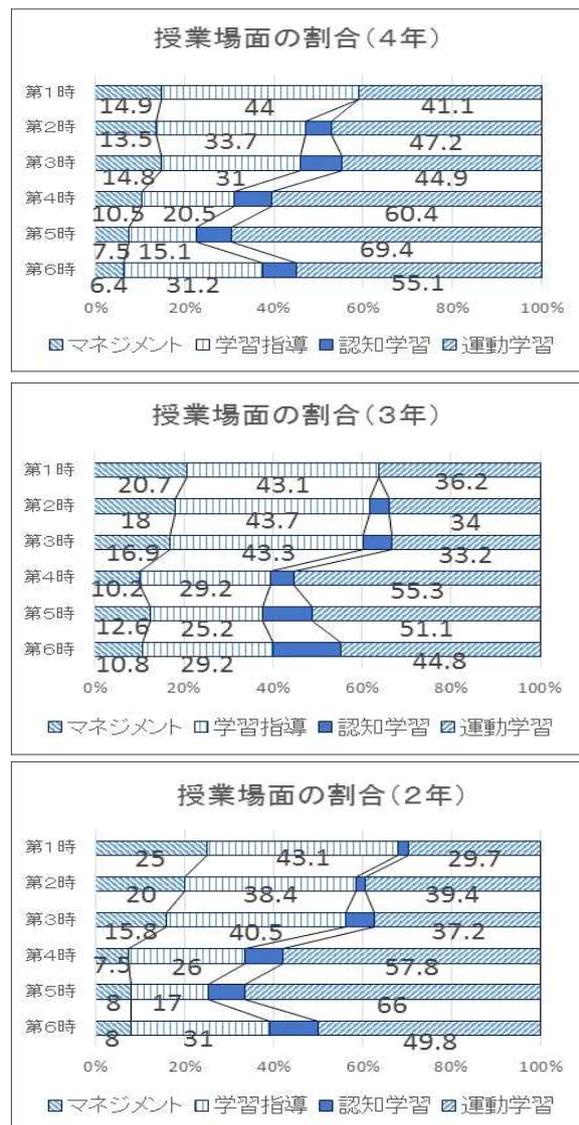


図17 授業場面の割合

びに「動きの得点化」を取り入れたことで、運動が得意な児童も苦手な児童もそれぞれの目指す得点に向かって主体的に学習を進められた。その結果、教師が子どもの運動学習に関わる時間が増え、特に、運動が苦手な児童に対して動きのコツを押さえた効果的な指導ができたことで、児童は運動の楽しさを味わいながら多様な動きを身に付けることができたと考える。こうした点から、「動きの得点化」は、教師にとっても指導しやすいものであると考える。

今回、専門や経験年数の異なる3人の教師が授業を行ったが、どの学年でも運動学習時間が十分に確保された授業を行うことができたことから、指導資料「動きの達人」は、教師が運動の内容やねらいを理解し、効果的に授業を展開するために有効な資料になったと考える。

## VI 研究のまとめ

### 1 成果

- 運動遊びに「動きの得点化」を取り入れ、児童が動きのコツを意識しながら運動に取り組める教材を作成・活用したことで、運動が得意、不得意に関係なく誰もが楽しく運動しながら多様な動きを身に付けることができた。
- 動きの得点化を取り入れた指導資料「動きの達人」は、体育の専門性に関わらず、教師が運動のねらいや内容を理解し効果的な指導ができる資料となった。

### 2 課題

- 「動きの得点化」は、子どもたちが「楽しそう」「挑戦したい」と心から思えるような得点の設定が不可欠である。今後も更に実践を積み重ねたり参考文献の研究を進めたりしながら動きの難易度を考察し、児童の実態に合うように修正していく必要がある。
- 今回作成した16種類の運動遊びは、「用具を操作する運動」「基本的な動きを組み合わせる運動」の割合が多くなっている。今後、児童が更に多様な動きを身に付けられるように「体のバランスをとる運動」「体を移動する運動」など、他の運動遊びについても追加していく必要がある。

## VII 今後の実践に向けて

今回の実践終了後、授業をしてくださった先生方から「運動が苦手な体育の授業ではなかなか活躍できなかった子が生き生きと運動していたのがうれしかった。他の単元でも、『動きの得点化』のようなクラス全員が運動を楽しめる工夫を考えていきたい」「子どもたちが自分の目標とする得点の動きに向かって生き生きと運動する姿を見て、体育を教える喜びを感じた」などの感想をいただいた。子どもたちの「楽しかった」「また、やりたい」の声は教師のエネルギーとなり、次の教材研究への意欲となる。

今後も、運動が得意、不得意に関係なく、誰もが楽しく運動に取り組めるような教材の開発や授業実践を重ねながら子どもたちに運動の楽しさを伝えていくことが、体力向上や運動技能の向上、また運動好きな児童の育成につながっていくと考える。そして、学校や地域で「体育を教える喜び」を多くの先生方に広めていくことで、子どもたちの「生涯にわたって運動に親しむ資質や能力」の育成に貢献していきたい。

### <参考文献>

- ・文部科学省 『学校体育実技指導資料第7集 体づくり運動』(2013)
- ・文部科学省 『多様な動きをつくる運動(遊び)パンフレット』(2008)
- ・文部科学省 『子どもの体力向上のための取組ハンドブック』(平成24年3月)
- ・高橋 健夫 編著 『体育授業を観察評価する』 明和出版(2003)

### <担当指導主事>

鶴見 純也 根岸 真早子