

群馬 教 七	G06 - 02
	平28.261集
	体育 - 小

# 運動の楽しさやできた喜びを味わいながら 技能習得を目指す児童の育成

—話したくなる、教えたくなる「つたわるシート」の  
作成と活用を通して—

特別研修員 齋藤 直之

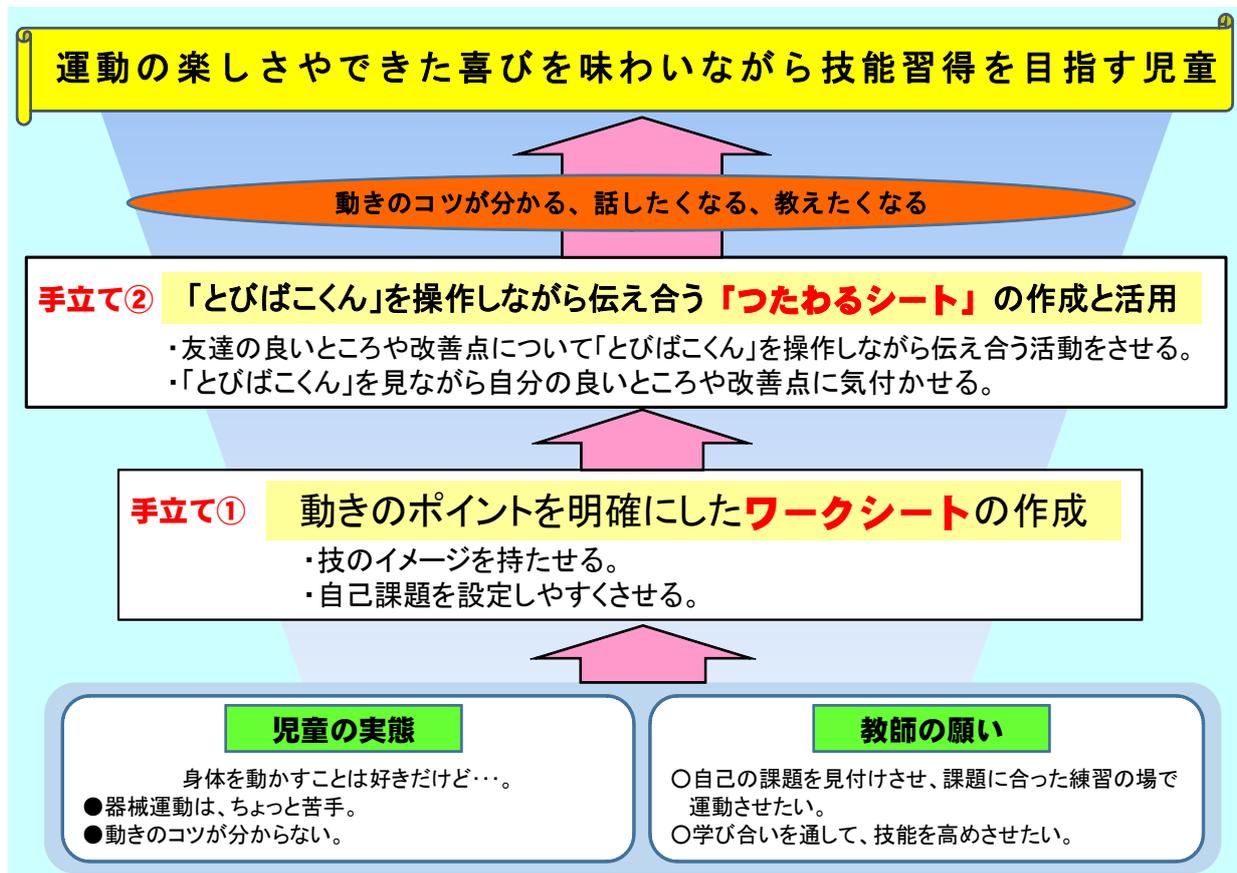
## I 研究テーマ設定の理由

はばたく群馬の指導プランには、体育科の課題として「運動の行い方がわかり、運動ができるようにすること」とあり、小学校高学年において、解決に向けて伸ばしたい資質・能力として「自己課題を見付け、課題に合った練習の場や段階を選び、その運動ができる」ことを重視している。また、「平成28年度学校教育の指針」には、体育科の指導の重点として「一人一人の運動量を確保した上で、他者と協働した学習活動を設定すること」と示されている。

そこで、動きを細分化し、動きのポイントを確認にしたワークシートを作成するとともに、ワークシートを活用して、児童に自己課題を決定させたり、練習方法を選択させたりする。また、「つたわるシート」を活用して、同じ場やグループの友達とポイントを見合って良いところや改善点を伝え合う活動をさせる。そうすることで、運動の楽しさやできた喜びを味わいながら技能を習得することができるのではないかと考え、本研究テーマを設定した。

## II 研究内容

### 1 研究構想図



## 2 授業改善に向けた手立て

運動の楽しさやできた喜びを味わいながら技能を習得することができるよう、「つたわるシート」の活用を通して、以下の手立てを講じ、実践を行った。

### 手立て1

技のイメージが持てるように、動きを細分化し、動きのポイントを明確にしたワークシートの作成。

### 手立て2

横向き型の模型「とびばこくん」を操作しながら、具体的なアドバイス例を明記した「つたわるシート」を活用した伝え合う活動の工夫。

手立て1として、動きを細分化（踏み切り・着手・回転・着地）し、動きのポイントを明確にしたワークシートを作成することで、技のイメージを持ち、児童一人一人が自己課題を明確にすることができるようにする。

手立て2として、「つたわるシート」を活用した伝え合い活動では、頭、腕、胴体、脚などが動く横向き型の模型「とびばこくん」を操作しながら、友達の良いところや改善点を伝えることで、自他の良いところや改善点に気付くことができるようにする。

これらの活動を通して、技の動きを理解し、自己の能力に合った課題を持ちながら練習に取り組んだり、自他の良いところや改善点に気付いたりすることで、運動の楽しさやできた喜びを味わいながら技能を高めることができると考える。

## Ⅲ 研究のまとめ

### 1 成果

- 動きを踏み切り・着手・回転・着地で細分化し、動きのポイントを明確にしたワークシートを作成したことで動きのポイントが理解しやすくなり、児童が自己課題を自分の言葉で短く分かりやすい文で表現することができた。
- 頭、腕、胴体、脚などが動く横向き型の模型「とびばこくん」を使って友達の動きや手本となる動きを操作することで、実際の自分の動きを把握したり手本となる動きと照らし合わせて確認したりすることができた。
- 「つたわるシート」に技の動きごとにポイントやアドバイス例が記されていたことで、児童は視覚的に技のポイントが分かり、友達の良いところや改善点を伝えることができた。また、友達から自分の良いところやできているところを伝えてもらうことで、達成感を味わうことができた。
- 技のイメージを持ち、自己課題を明確にして練習に取り組んだり、「つたわるシート」を活用して友達の良いところや改善点を伝え合ったりしたことで、できた喜びを味わいながら技能を高めることができた。

### 2 課題

- 設定した自己課題を達成できた児童が、より上手に安定した技ができるようになるために「つたわるシート」の内容を更に充実させていく必要がある。
- 児童の実態に応じて、指導計画の中で、「つたわるシート」を活用した伝え合い活動をどの場面に設定するかを検討していく必要がある。

## 実践例

### 1 単元（題材）名 「跳び箱運動」（第5学年・2学期）

#### 2 本単元（題材）について

跳び箱運動は、いろいろな跳び方で跳び箱を跳び越すことが楽しい運動である。自分に合った高さや向きの跳び箱を気持ち良く跳び越したり、新しい跳び方に挑戦して跳べるようになった時に、大きな喜びが得られる運動である。また、自己の能力に応じた課題を設定させたり、自己課題に合った練習の場を選択させたりすることで、主体的な自己課題解決ができる教材である。

以上のような考えから、本題材では以下のような指導計画を構想し実践した。

目標	<ul style="list-style-type: none"> <li>○基本的な支持跳び越し技に取り組み、自己の能力に適した技が安定してできるようにする。</li> <li>○自己の能力に適した課題を持ち、技ができるようになるための活動を工夫することができる。</li> <li>○運動に進んで取り組み、きまりを守り仲良く運動したり、場や器械・器具の安全に気を付けて運動したりすることができる。</li> </ul>	
評価 規 準	運動への関心・ 意欲・態度	・運動に進んで取り組み、きまりを守り助け合って運動をしたり、場や器械・器具の安全に気を配ったりしようとしている。
	運動についての 思考・判断	<ul style="list-style-type: none"> <li>・基本的な技の動き方や技のポイントを知り、自己の能力に合った課題を選ぶことができる。</li> <li>・基本的な技の練習の仕方を知り、自己の能力に応じた練習の場や練習方法を選ぶことができる。</li> <li>・技を見合い、「つたわるシート」を活用して友達の良いところや改善点を伝えることができる。</li> </ul>
	運動の技能	・自己の能力に適した課題を持って運動を行い、基本的な回転技や倒立技ができる。
過程	時間	主な学習活動
課題 追 究	第1時	<ul style="list-style-type: none"> <li>・学習の見通しを持ち、学習の進め方やきまりを知る。</li> <li>・開脚跳び、大きな開脚跳びの動き方と技のポイントを知り、自己の能力に合った課題を見付ける。</li> <li>・自己課題に合った練習の場を選択して練習の仕方を工夫する。</li> <li>・練習の場ごとに技を見合い、「つたわるシート」を活用して友達の良いところや改善点を伝え合う。</li> </ul>
	第2 ～3時	<ul style="list-style-type: none"> <li>・かかえ込み跳びの動き方と技のポイントを知り、自分の能力に合った課題を見付ける。</li> <li>・自己課題に合った練習の場を選択して練習の仕方を工夫する。</li> <li>・練習の場ごとに技を見合い、「つたわるシート」を活用して友達の良いところや改善点を伝え合う。</li> </ul>
	第4 ～5時	<ul style="list-style-type: none"> <li>・台上前転の動き方と技のポイントを知り、自己の能力に合った課題を見付ける。</li> <li>・自己課題に合った練習の場を選択して練習の仕方を工夫する。</li> <li>・練習の場ごとに技を見合い、「つたわるシート」を活用して友達の良いところや改善点を伝え合う。</li> </ul>
	第6時	<ul style="list-style-type: none"> <li>・習得した技や既にできる技を、より大きく安定してできるように練習したり、自分の力に合った高さや向きの跳び箱を選んで大きく安定した動作で跳べるように練習したりする。</li> <li>・自己課題に合った練習の場を選択して練習の仕方を工夫する。</li> <li>・練習の場ごとに技を見合い、「つたわるシート」を活用して友達の良いところや改善点を伝え合う。</li> </ul>
まとめ	第7時	・自分の力に合った高さや向きの跳び箱を選んで発表会をする。

#### 3 本時及び具体化した手立てについて

本時は全7時間計画の第5時に当たる。本単元では、自己の能力に応じた課題を設定させたり、自己課題に合った練習の場を選択させたりすることで、主体的な自己課題解決ができるようにしていく。そのた

めに、技の動きを図で細分化し、動きのポイントを明確にしたワークシートを見ながら練習をさせることで、児童が技の動きのイメージを持つことができるようにする。また、具体的なアドバイス例を明記し、手本となる動きと照らし合わせて確認できる「つたわるシート」を活用しながら友達と技を見合う練習の場を設定する。そして、友達の良いところや改善点を頭、腕、胴体、脚などが動く横向き型の模型「とびばこくん」で操作しながら伝え合う活動を取り入れていく。これらの活動を通して、児童が運動の楽しさやできた喜びを味わいながら、跳び箱運動の基本的な支持跳び越し技（切り返し系、回転系）の技能を習得することができるであろうと考えた。

手立て1

動きを細分化し、動きのポイントを明確にしたワークシートの作成。

- ・技のイメージを持たせる。
- ・自己課題を設定しやすくさせる。

手立て2

具体的なアドバイス例を明記した「つたわるシート」を活用した伝え合う活動の工夫。

- ・友達の良いところや改善点について「とびばこくん」を操作しながら伝え合う活動をさせる。
- ・「とびばこくん」を見ながら自分の良いところや改善点に気付かせる。

4 授業の実際

本時は、練習の場ごとに技を見合い、「つたわるシート」を活用して友達の良いところや改善点を伝え合う活動を通して、自己課題を解決しながら、自己の能力に適した回転系の技（台上前転や大きな台上前転）ができることをねらいとした。

(1) 動きを細分化し、動きのポイントを明確にしたワークシートの作成

技の動きを細分化し、ポイントを明確にしたワークシート（図1）を見ながら自己の能力に応じた課題を設定させることで、主体的に自己課題設定ができるようにした。本時の自己の学習課題を把握できるように、前時の活動を想起させたり動きのポイントを確認させたりして、自分に合った課題を決め、ワークシートに記入させた。自己課題を設定する場面では、「踏み切り・着手・回転・着地」のどこを意識するのかを選択させてから、文章化させた。そうすることで、全員の児童が、自己課題を文章で記入することができた。また、自分なりに考えたコツをワークシートに記入することができた（図2）。自己課題に合った練習の場を自ら選択し、取り組んでいた。学習後のアンケートでは、94%の児童が、「台上前転や大きな台上前転のコツが分かり、自己の課題意識を持って台上前転や大きな台上前転の練習に取り組んだ」と答えた。

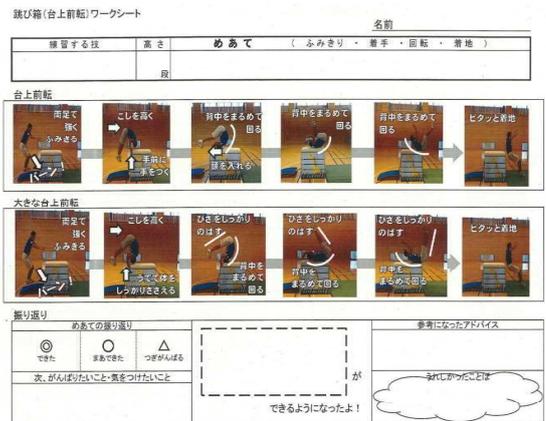


図1 動きのポイントを明確化したワークシート

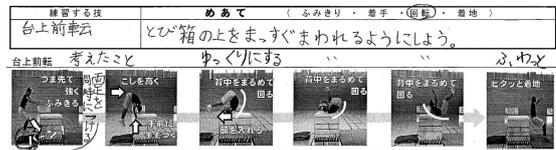


図2 個人のめあてとコツを記入したワークシート

(2) 具体的なアドバイス例を明記した「つたわるシート」を活用した伝え合う活動の工夫

頭、腕、胴体、脚などが動く横向き型の模型「とびばこくん」を「つたわるシート」(図3)の上で操作しながら友達の良いところや改善点を伝える活動の場を設定した。1グループ3人1組として、練習とアドバイスをローテーションで行えるようにした。教師が「つたわるシート」で「とびばこくん」を操作しながら友達の良いところや改善点を伝えたり、



図3 「とびばこくん」と「つたわるシート」

「つたわるシート」に書かれたアドバイスの例を参考に促したりすることで、練習中における自分の役割と友達の良いところやアドバイスの伝え方を理解することができるようにした。練習する児童が、試技前に自己課題をアドバイスする児童に伝えるようにすることで、見るポイントを意識して動きを見てもらえるようにした（図4）。



図4 見るポイントを理解して動きをみる様子

また、グループでの伝え合い活動の中で、以下の2つの活動を取り入れた。1つ目は、「つたわるシート」の「とびばこくん」を操作しながら、技のできばえを伝え合っているグループを全体に紹介し、称賛した（図5）。2つ目は、背中を丸めている回り方やピタッと着地をしている児童を良い手本として実演させ、どの部分の技のポイントを押しえられているかを全体で確認した。できているところを称賛し、技のポイントを知らせたり、補助したりして支援した。



図5 「とびばこくん」を操作しながら、技のできばえを伝え合う様子

また、練習している相手に「つたわるシート」を見せながらできているところを伝えたり、「つたわるシート」の動きを真似したりしながら動きのポイントを伝える児童も見られた。良いところやできたところを友達に認められることで、運動の楽しさやできた喜びを共有することができた。学習後のアンケートでは、89%の児童が「台上前転が上達したと感じたり、友達と伝え合いながら楽しく学習したりすることができた」と答えた。

## 5 考察

手立て1では、自己課題を自分で考えて決定させたり、練習前に自己課題を相手に伝えさせたりすることで、児童が課題意識を持って練習に取り組んだり、友達の動きを観察したりすることができた。また、動きを踏み切り・着手・回転・着地で細分化し、動きのポイントを明確にしたワークシートを作成したことで、児童が動きのポイントを具体的に理解することができ、自己課題を短く分かりやすい言葉で表現することができた。そして、練習の場を段階的に用意し、自己の能力に合った練習の場を児童に選択させたことで、練習の場が合わなかった時には場を変え、繰り返し挑戦するなど児童が主体的に判断し、活動に取り組むことができた。

手立て2では、頭、腕、胴体、脚などが動く横向き型の模型「とびばこくん」を使って友達の動きや手本となる動きを操作することで、実際の自分の動きや手本となる動きを理解することができた。また、「つたわるシート」に技の動きごとにポイントやアドバイス例が記されていることで、児童が視覚的に技のポイントが分かり、友達の良いところや改善点を伝えることができた。更には、友達から自分の良いところやできているところを伝えてもらうことで、達成感を味わうことができた。

このように、技のイメージを持ち、自己課題を明確にして練習に取り組んだり、「つたわるシート」を活用し、友達の良いところや改善点を伝え合ったりしたことで、できた喜びを味わいながら技能を高めることができた。

しかし、個人の練習を進めたい児童や自分の考えを相手に思うように伝えられない児童もあり、伝え合う時間が十分に確保できないグループもあった。アドバイスイリアを設置したり、アドバイスをすればするほどポイントシールがもらえるようにするなど、児童がより意欲的な伝え合い活動ができるよう工夫していく必要がある。そして、指導計画の中で、「つたわるシート」を活用した伝え合い活動をどの場面に設定するかを検討していく必要がある。

また、設定した自己課題を達成できた児童が、より上手に安定した技ができるようになるために「つたわるシート」の内容を更に充実させていく必要がある。