

# 主体的に運動の技能を高め合う生徒の育成

— ICTを活用した動きのコツを言語化し伝え合う活動を通して—

特別研修員 保健体育 榎本 雅奎（中学校教諭）

実践例：器械運動「マット運動」

## 手立て1

### 「HS」シート

⇒自己の単元目標と課題を  
局面ごとに設定する

#### Jump

ギリギリまで足を閉じておく

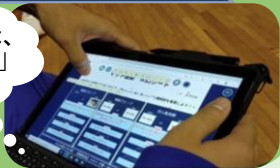
開くタイミングと  
最後の着手位置を  
みんな意識しよう



#### Step

勢いを付ける

やっぱりStepは、  
「勢いを付ける」  
に変えよう



#### Hop

立ったところから回る

コツは何ですか？

踏切の「びよん」と  
着手を遠くに  
することかな



## 目標達成

### Jump

### Step

### Hop

## 手立て2

### 「コツコツツール」

⇒動きのコツを言語化し、  
対話のきっかけをつくる

着手の位置は  
このあたりが  
いいよ



ほんとうだ！

勢いは付くように  
なってきたな



もう少しだけ、  
膝を伸ばしたいな

足を振り上げる力



できるだけ遠くに  
手を着けるぞ



### 【学校・生徒の実態】

- ・運動が得意な生徒とそうでない生徒の二極化
- ・主体的に取り組めていない生徒もいる

### 【教師の願い】

- ・運動の得意不得意にとらわれないでほしい
- ・主体的に自己の課題解決に取り組んでほしい

### <成果>

- ・生徒は「HS」シートによって見通しをもって、課題に応じた適切な練習を選ぶことができたため、主体的に取り組みながら効率的に技能を高めることにつながった。
- ・生徒は「コツコツツール」を運動しながら動きのコツを整理したり、仲間との情報共有ツールとして使ったりと、一人一人が効果的に学習に活用し技能を高めることにつながった。

### <課題>

- ・「HS」シートと「コツコツツール」は個人技能を高めるためのものとして活用したため、今後の授業実践やより多くの先生方に使用してもらう中で、どの領域や種目においても、効果的に活用できるワークシートの形式や活用方法を模索していく必要がある。