

学校名

愛知県安城市梨の里小学校

校長名

稲垣 良治

所在地

〒446-0073 愛知県安城市篠目町溝川38番

TEL 0566-71-3345

FAX 0566-74-5251

E-mail nashinosato@anjo.ed.jp

URL <http://www.anjo.ed.jp/~nashinosato/>

## 1 研究主題

「運動大好き！たくましい梨っ子の育成」  
—できる喜びを味わえる体育学習を通して—

## 2 研究の期間

平成21年4月 ～ 現在

## 3 研究の目的

『新学習指導要領の趣旨に沿った体育学習とはどのような授業か』『どうすれば児童の運動技能を高めることができ、児童が「できる喜び」を味わうことができるのか』に主眼を置き、研究に取り組んだ。また、たくましい梨っ子の育成の基盤となる、基本的生活習慣の確立に向けた健康教育や、運動の日常化をめざした運動機会の確保・環境整備にも取り組むことにした。

## 4 研究の方法・実践内容

### (1) できる喜びを味わえる体育授業

体育授業で「できる」要素を明確にし、その習得に向け、指導方法・過程・支援を工夫すれば、児童の運動技能は向上し、「できる喜び」を味わうことができる。このような経験を積み重ねることで、進んで運動に取り組むようになるのではないかと考えた。その工夫の中心として、運動の技能分析をもとに、運動感覚を段階的に形成できるウォーミングアップドリル（※1 以下W-U Pドリル）や、ボールゲームにおける判断力を養うタスクゲーム（※2 以下TG）を単元、1時間の授業の中にスモールステップで配列し、実践を進めた。

4年の「マット運動」では、マット運動に必要な基本的運動感覚「球面剛体（背中を丸く、堅くする）」を習得させるためのW-U Pドリルとして「ゆりかご」を行った。また、回転の運動感覚を形成するには、多くの回転運動を経験させることが必要である。しかし、同じ運動を繰り返すと、児童は飽き、運動意欲が低下する。そこで必要なのがW-U Pドリルの改善である。ここでは、「手のつき方を変えて前転」を行った。同じ前転でも、手のつき方を、「ドラえもんの手で」「お化けの手で」「手首で」「手首を開いて」「手首をつかないで」と変化させていく。こうしたドリルを次々に行っていくことで、児童は挑戦意欲や興味・関心を高め、飽きることなく回転運動を行うことができた。その結果、1時間の授業の中で1人100回以上の回転を経験し、自然に回転の運動感覚を身につけることができた。学習後の児童の感想には「初めは回るのが怖かったけど、回っているうちに楽しくなってきた。マットが好きになりました」という主旨の

ものが多く見られた。

5年生は、「ベースボール型ゲーム（フットベースボール）」に取り組んだ。ボール運動系の学習では、従来運動の得意な児童のみが活躍し、苦手な児童は見ているだけで終わってしまうことが多かった。その原因として、ボールを扱う技能面より、ゲームの中でどのように動けばよいかを判断できないため、うまくゲームに参加できないということが挙げられる。そこで、TG1（ランナー無し）から、TG2（ランナーを1塁に置いて）、TG3（ランナーを2塁のみ置いて）というように段階的に課題（タスク）をもったゲームを経験させることにした。TGは、3人対3人、ベースを3つで行った。

まず、ランナー無しで攻撃側と守備側の基本的な動きができるようにする（TG1）。

次に1塁にだけランナーを置いた状態でゲームを行う（TG2）。攻撃側のランナーは、蹴ったボールによって、2塁に向かって走るのか（バウンドした場合）、1塁に戻るのか（ノーバウンドでキャッチされた場合）を判断する。守備側は、ボールがバウンドした場合、アウトを取るために2塁に投げるのか、1塁に投げるのかを判断する。また、ノーバウンドで取った場合は、どこへ投げるのかを判断する。

さらに、ランナーを2塁にだけ置いた状態でゲームをする（TG3）。攻撃側は、ボールがバウンドした場合、ホームに突入するのか、そのまま2塁にとどまるのかを判断する。守備側は、ランナーの動きに応じて、ホームに投げてアウトにする（タッチプレイ）のか、1塁に投げてアウトにする（フォースプレイ）のかを判断する。このようなTGを行うことで、ゲーム中の判断力を段階的に高めることができた。また、短時間にどんどん交替して行うことで、一人一人の運動量や経験量も豊富になり、運動技能（運動感覚+判断力）も身につけていった。その結果、ゲーム中に動き方が分からず動けなくなってしまう児童が一人もなく、すべての児童が夢中になってゲームに参加することができた。

※1 ウォーミングアップドリル…準備運動に、主運動の運動感覚を形成するドリル要素を組み込んだもの

※2 タスクゲーム…ボールゲーム領域において、ゲームを通して育成すべき判断力を段階的に伸ばすミニゲーム

### (2) たくましい梨っ子を支える健康教育

自分の生活を見つめ直し、望ましい生活習慣や食生活を学んでいく中で、児童の健康に対する意識は高まり、より健康的な生活を送ろうと

する態度が育つのではないかと考え、発達段階を考えた健康教育の年間指導計画を立て、系統的に指導した。また、「すこやかカード（事前の生活点検カード）」の結果や驚きのある資料を活用し、自分の生活の課題に気づかせ問題意識を高める。さらに、授業の振り返りや、「アクションカード（事後の生活点検カード）」の実施を通して、学習したことを実践化に結びつける取り組みを行った。

2年「きそく正しい生活」の学習では、「すこやかカード」を使い、自分の生活を振り返らせ、体の調子と生活習慣の関係に気づかせた。それをもとに、よりよい生活習慣に関する授業を行った。児童にとっては、自分自身の生活にかかわる内容なので、高い意欲をもって授業に臨むことができた。さらに、学習したことに基づいて、就寝や起床時刻、朝ご飯を摂ることについての目標を立て、その目標が達成できたかを「アクションカード」でチェックした。

3年「栄養のバランスについて知ろう」では、家庭での食生活や学校給食の様子から、好き嫌が多いことに気づかせ、学校栄養士の協力も得て、栄養バランスのよい食事の大切さを知る学習を行った。また、総合的な学習で、「食育」を取り上げ、嫌いな野菜をおいしく食べる調理実習を行うなど、関連をはかった学習を行った。さらに、学級通信で学習内容を家庭に知らせ、家庭で食事の栄養バランスについて調べる「アクションカード」の取り組みへの協力を呼びかけた。その結果、「今日の給食も残さず食べたよ。」「嫌いだったにんじんが食べられるようになったよ。」という児童が増え、学習内容が意識化されたことを感じた。

### (3) 運動の日常化をめざして

外遊びの機会を意図的に設けたり、それを支える環境整備を行ったりすれば、児童は運動に親しみ、すすんで体を動かすのではないかと考えた。そのための手だてとして、朝の15分間の「さわやかタイム」を利用し、長縄8の字跳び大会、ドッジボール大会、マラソン大会を行い、児童の外遊びの機会を確保した。

各学期に1回行った「長縄8の字跳び大会」では、2週間の練習期間中、3分間の時間を意識して、何回跳べるかを数え、記録の伸びを励みにしている。

1年生の児童は、初め長縄に入ることさえ難しかったが、練習を重ね、12月の大会では、3分間で100回以上跳べるようになった。この種目は、学級全員で息を合わせなければ記録が伸びないことから、学級の仲間意識も育った。そのことが、放課に友達同士誘い合って外で遊ぶ姿につながった。

さらに、一人一人の運動への意欲を高めるため、体力テストの種目ごとの上位の児童名と記録、各大会の優勝学級名とその記録を昇降口前に掲示し、いつも児童や来校した保護者の目に触れるようにしている。

## 5 研究の成果

### (1) 体育授業での取り組み

平成24年度末に行ったアンケートでは、児童の9割以上が「体育の授業が楽しい」、7割以上が「体育に関して、新しくできるようになったことがある」と答えている。このことから、前述の手だては、児童の活動意欲を高め、十分な経験量を確保するのに有効であったことが分かる。このような経験を通して、児童は運動感覚を養い、「できる」喜びを味わうとともに、すすんで運動しようとする態度を身につけることができた。また、平成25年度における体力テストの結果を見ると、6年男女の上体起こし、6年男子のシャトルラン、5年男女・6年男子の50m走、5年女子、6年男女の立ち幅跳び、6年男子のボール投げにおいて、全国平均を上回っていることが分かった。

### (2) 健康教育への取り組み

健康教育の各実践の中で、「すこやかカード」「アクションカード」といった本校独自の生活点検カードを使用することで、児童に自分の生活を見直させることができた。それが、授業での問題意識を高めたり、授業後の実践化に結びついたりした。授業後の振り返りや、各カードの感想欄には、「早寝早起き朝ご飯の大切さが分かった」「これからも規則正しい生活をしたい」といった言葉が多く書かれていた。さらに、「すこやかカード」の提出率も回を追うごとに高まり、平成24年度3学期には、95.0%を記録した。このような取り組みが学校だけでなく、家庭にも根付き始めていることを感じる。

また、平成24年度の欠席率を見てみると、年平均が市全体で1.4であるのに対して、本校は、1.1という結果であった。このことから、健康教育が、児童や家庭の健康への意識を高め、健康づくりに貢献していることが分かる。

### (3) 運動の日常化

「長縄8の字跳び大会」「ドッジボール大会」を児童と共に創り上げていったことで、どの活動にも意欲をもって取り組むことができた。この経験を通して、友達と外で遊ぶことの楽しさに気づき、放課には誘い合って運動場や中庭で遊ぶ姿が増えてきた。

## 6 研究の意義、発展性

この研究の特長として、技能分析をきちんと行い、発達段階さえ考慮すれば、体育の専門以外の指導者であっても、また、どのような年齢、能力の子どもに対しても、運動意欲を高めたり、運動技能を習得させるのに効果があるということが挙げられる。

また、自分の健康について自ら考え、生涯にわたって運動に親しもうとする子どもたちが育ちつつあることを実感している。

他教科においても、技能面における「できる」要素を明確にし、その習得に向けて課題をスモールステップで配列し、変化をつけながら繰り返し取り組ませることで、技能の習得に大きな効果をもたらすのではないかと考える。