

分科会資料

幼稚園

小学校

中学校

高等学校

特別支援学校



(公財)日本学校体育研究連合会

幼稚園

研究主題

「健康な心と体を育てる運動遊び」
～運動遊びの環境と
指導の工夫を通して～

第1分科会 江戸川区立船堀幼稚園

第1分科会

研究主題

健康な心と体を育てる運動遊び ～運動遊びの環境と指導の工夫を通して～

ふなぼり
江戸川区立船堀幼稚園

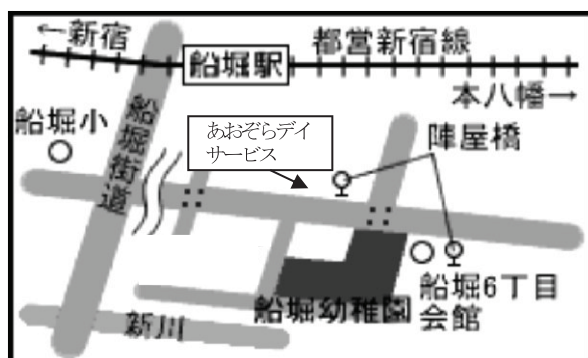
日程

9:00	9:30	11:30	12:00	13:00	13:10	14:00	14:50	15:00
受付	公開保育	親子でダンス	昼食	開会	研究発表	研究協議	指導助言	閉会

公開授業案内

学年・学級	保育内容	場所
4歳児 ばら組	修業ごっこ	ホール
4歳児 すみれ組	ロケット飛ばし	フリールーム
4歳児 さくら組	助け鬼	第二園庭
5歳児 星の組	チャレンジ	園庭
5歳児 森の組	マラソン・コーディネーショントレーニング	新川・保育室
5歳児 海の組	紙飛行機飛ばし	フリールーム 第二園庭

学校所在地



交通機関

都営新宿線

「船堀駅」下車
徒歩 10分
都バス 錦25 葛西駅行き
陣屋橋下車 徒歩1分

東西線

「葛西駅」下車
都バス 錦25 錦糸町行き
陣屋橋下車 徒歩1分

江戸川区立船堀幼稚園



所在地 : 〒108-0075 東京都江戸川区船堀 6-11-39
H P : <http://edogawa.schoolweb.ne.jp/swas/index.php?id=1380002>
T E L : 03(3675)1131
F A X : 03(3675)1132
園 長 : 福 井 直 美
園児数 : 180名

◎幼稚園教育目標

心も体も健康な船堀の子どもを育てるために、次の目標を設定する。

- ・「元気な子ども」・・・・・・・・健康な心と体を育てる。
- ・「明るい子ども」・・・・・・・・自発性や主体性を育てる。
- ・「考える子ども」・・・・・・・・思考力や創造力を育てる。
- ・「思いやりのある子ども」・・社会性や豊かな心情を育てる。

◎特色

本園は創立46年目を迎えた。正門前を流れる新川、そこに掛かるにんじゃ橋や小江戸橋、火の見やぐらなどがある落ち着いた街であり、園児は江戸川区の広範囲から通園している。4歳児・5歳児6学級の構成で、シンボルの大きなサクラの木のある広い園庭で、子供たちが元気に遊ぶ幼稚園である。

1 研究の構想

(1) 研究主題

健康な心と体を育てる運動遊び ～運動遊びの環境と指導の工夫を通して～

(2) 主題設定の理由

人が、生涯にわたって運動に親しめるようにするためには、幼児期において心身の調和のとれた発達を促していくことが大切である。しかし、社会や環境の変化により、幼児の育ちに大きな影響が表れており、体力や運動能力の低下は、東京都でも大きな課題の一つとなっている。また、幼児期運動指針（文部科学省）において、幼児期の遊びを中心とした運動が、運動能力の発達及び様々な活動への意欲や社会性、創造性をはぐくむことに大きな役割を果たすことが示されている。

本園は、明るく素直な幼児が多く、自分から進んで遊びを見付けて友達と一緒に楽しむ姿が見られるが、疲れやすかったり、あまり戸外に出たがらず、室内遊びが多かったりする傾向が見られる。また、保護者自身が体力に自信がなく、歩くことや体を動かすことを好まない傾向が見られ、このことが幼児の家庭における体を動かす体験や体力の育ちに大きく影響を与えていると考えられる。

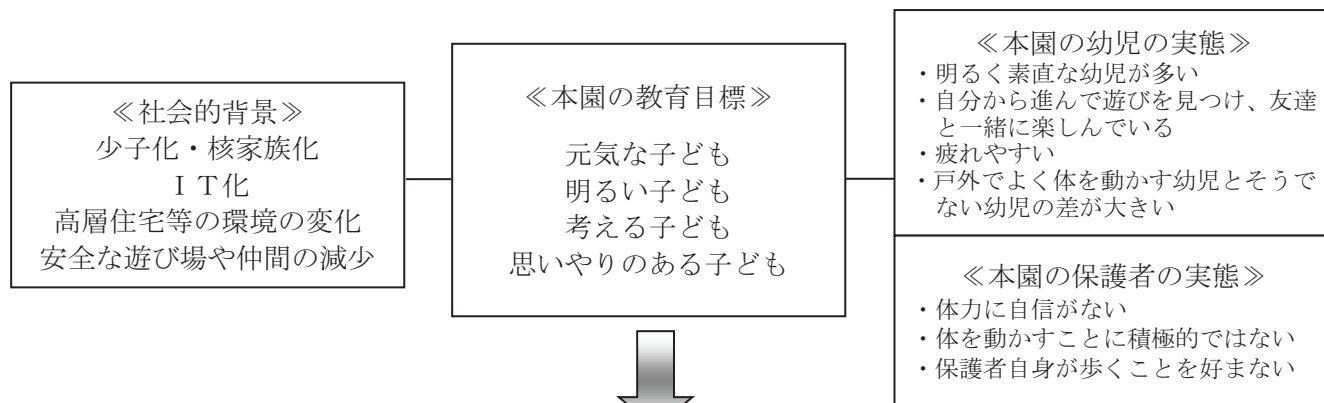
そこで本園では、心身ともに健康な幼児の育成を目指し、遊びを通して積極的に体を動かし、多様な体験ができる運動遊びの環境と指導の工夫について研究を進めていくこととした。

(3) 研究仮説

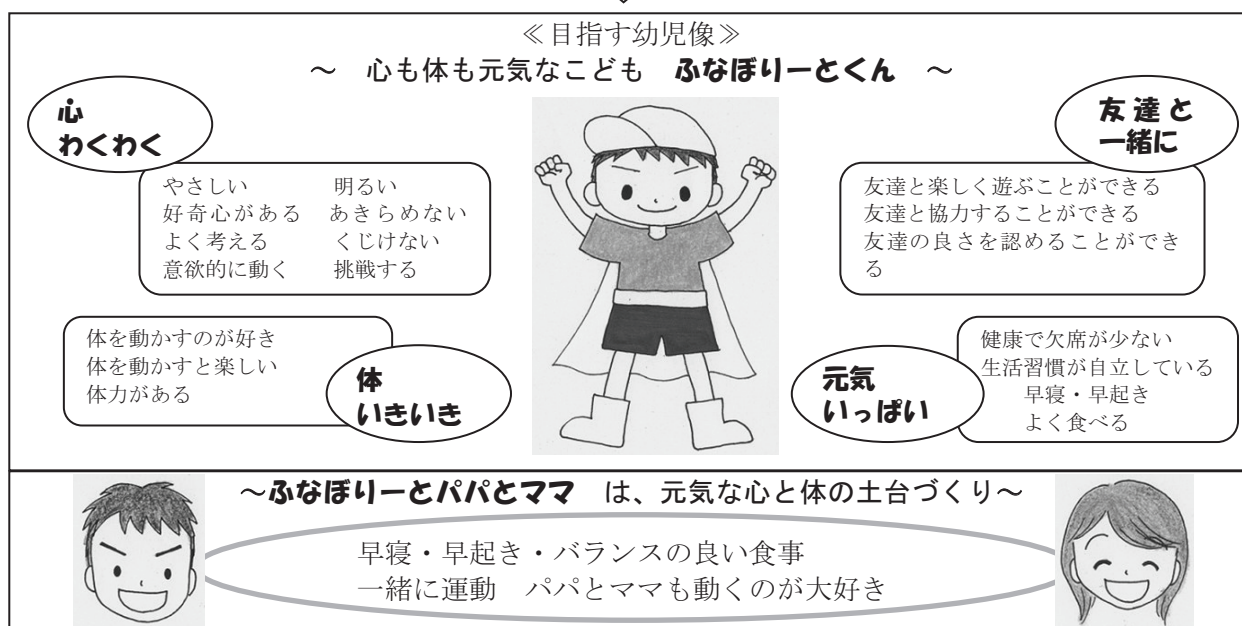
幼稚園の中で、幼児自らが体を動かしたくなるような体験のできる環境と指導の工夫をすることにより、遊びを通して体を動かすことを楽しみ、運動量を増加させ、体力が向上することにより、健康な心と体を育てることができるであろう。

(4) 研究内容と方法

- ① 園内の環境や活動を工夫し、主体的な動きを生み出す活動の実践
 - 園庭の自然を生かした環境の工夫
 - 運動遊具の特性を生かした活動の工夫
 - イメージを大切に、主体的・意欲的に取り組める活動の工夫
- ② 園外の環境を生かして、ダイナミックな動きを引き出し、運動量を増やす活動の実践
 - 近隣の公園や川の環境を生かした取り組み
- ③ 保護者の意識を高め、保護者自ら体を動かす楽しさを味わえる活動の実践
 - 親子で楽しむ活動や行事の内容の改善
 - 保護者が体を動かして楽しむ活動の充実
- ④ 運動遊びに関する指導計画の作成や、教師の指導力を高める研修の実施



《研究主題》
健康な心と体を育てる運動遊び
—運動遊びの環境と指導の工夫を通して—



《研究の内容と方法》			
(1) 園内の環境や活動を工夫し、主体的な動きを生み出す活動の実践 ・園内の運動遊びの環境の工夫と改善 ・活動内容と、指導の工夫	(2) 園外の環境を生かして、ダイナミックな動きを引き出し、運動量を増やす活動の実践 ・地域の公園の自然環境や施設を生かした取り組みの工夫 ・正門前の新川での活動の工夫	(3) 保護者の意識を高め、保護者自ら体を動かす楽しさを味わえる活動の実践 ・親子で楽しむ活動内容の充実 ・保護者の意識を高めるための取り組み	(4) 運動遊びに関する指導計画の作成や、教師の指導力を高める研修の実施

2 研究内容

(1) 園内の環境や活動を工夫し、主体的な動きを生み出す活動の実践

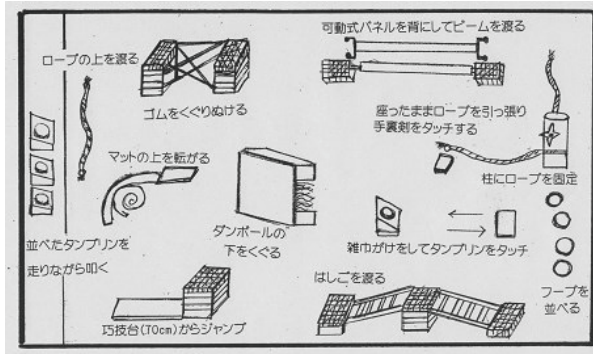
実践事例1 ふなぼりーとの修業 (4歳児 11月)

ねらい・経験させたいこと

- いろいろな方法で体を動かすことに対し、面白さを感じ、自分から動いてみようとする。
- 友達の子組みの様子を見て、まねをしたり、一緒にやってみたりして楽しむ。

環境の工夫と援助

- ・5・6月に巧技台遊びを経験した時は「遊園地」のイメージだった。今回は他の動きも取り入れ、多様な運動の要素が体験できるようにする。
- ・忍者の修業の話をして絵を見せたりして、忍者のイメージをもって動くことに期待をもたせる。



取り組みの姿 (エピソード)

- ・忍者になりきって「壁歩きの術!」「忍法ジャンプの術!」等、ポーズを決めながら楽しんで動く姿が見られた。
- ・普段は運動遊びに積極的ではない幼児も、楽しさを感じ、進んで取り組み、繰り返し挑戦していた。
- ・友達と一緒に動いたり、友達の動きを見て自分も同じように動いたりして楽しんでいた。

考察

- ・マットや巧技台を組み合わせ、登る、渡る、転がる、ロープを引っ張って動く、引っ張る、もぐる等、いろいろな動きが出せる場を工夫したことにより、幼児の意欲を高めることにつながる。
- ・忍者というイメージがあることで楽しみながら繰り返し挑戦することができ、動き方やコツが分かり、動きが素早く機敏になる幼児が増えた。

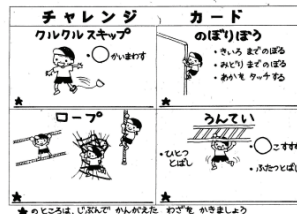
実践事例2 ふなぼりーとの修業 (5歳児 11月)

ねらい・経験させたいこと

- 自分の力を発揮しながら繰り返し取り組む楽しさや、できた達成感を味わう。
- チャレンジカードを使って目標を決めたり、友達の姿に刺激されたりしながら繰り返し挑戦する。

環境の工夫と援助

- ・園庭の木を使ってロープ渡りやロープ登りをしたり、固定遊具やボール、縄跳びなど自分の目標をもって繰り返し挑戦したりすることができるようにする。
- ・自分の目標がもてるように方法やコツを知らせ、励ます。
- ・頑張っている姿を認めたり、できた喜びを共感したりする。
- ・安全に配慮して場を作ったり、その幼児に合った援助や声掛けをしたりする。
- ・繰り返し挑戦する気持ちや目標がもてるようにチャレンジカードを活用したり、友達の姿に気付き、励ましたりする。
- ・できるようになったことを受け止めたり認めたりするなど、自信がもてるようにする。



取り組みの姿 (エピソード)

- ・「もっと難しい技を考えた。」「昨日は3回できたから今日は4回跳べるようになりたい。」など一人一人が自分の目標をもって取り組む姿が見られた。
- ・友達同士で頑張る姿を認めたり、励ましたり、コツを教え合ったりする姿が見られた。



考察

- ・同じ環境を数日間続けたため、「次は登れるようになりたい。」など自己の目標をもち、達成感を感じながら繰り返し取り組む姿が見られた。
- ・チャレンジカードの活用や、環境や指導を変化させることで、少し難しい課題でも挑戦しようとする姿につながる。
- ・自分のやっていることを認めてくれたり励ましたりしてくれる教師や友達の存在が大きい。

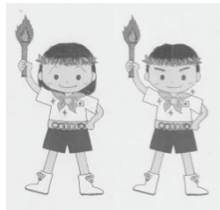
実践事例3 **がんばれ！ふなぼりーとくん** （全学年 10月）

～イメージを大切にすることで意欲や主体性を高めるための工夫～

ねらい・経験させたいこと

○船堀幼稚園のキャラクターを自分の目標としてイメージをもち、運動会に向けての活動に取り組み自分の力を出し、運動会に主体的に取り組む。

環境の工夫と援助	取り組みの姿（エピソード）
・オリンピック開催に合わせて、運動会のテーマをオリンピックに設定し、「ふなぼりンピック」と名付け、船堀幼稚園のアスリート「ふなぼりーと」とシンボルマークを作り、幼児が運動会を身近に感じ、憧れの気持ちをもって取り組めるようにする。 ・当日までふなぼりンピックのコーナーを作り、聖火が少しずつ船堀幼稚園に向かっていくことや、幼児の頑張りを認めるような手紙が届いたりするなど工夫し、幼児の期待が高まるようにする。 ・運動会・開会式もオリンピックらしくするなど、幼児の気持ちが高まるように工夫する。	・ふなぼりーとが身に付けていたものを積極的に作り始め、運動会の練習時以外にも身に付け、遊ぶ姿が見られた。 ・リレーのフォームがきれいになったり、スピードが出たりするようになった。また、個々に取り組む「チャレンジ」の種目も「上手になりたい。」という気持ちが高まり、何度も繰り返し取り組む姿が見られた。



考察

- ・幼児がイメージしやすく、なりたいという目標がもてるキャラクターであったので、幼児はふなぼりーとになり、意欲的に様々な活動に参加できた。
- ・ふなぼりンピックのコーナーに、少しずつ新しい情報を出したり変化を付けたりすることで、幼児が運動会に向けて、意欲的に取り組み、自分の力を伸ばしたり発揮したりすることができた。

（2）園外の環境を生かして、ダイナミックな動きを引き出し運動量を増やす活動の実践

新川西水門広場遠足 （5歳児 6月）

ねらい・経験させたいこと

- 園外の魅力的な環境の中で自分から挑戦し、ダイナミックな動きを体験する。
- 忍者の修行のイメージで動き、様々な動きを楽しみながらできた満足感を味わう。

環境の工夫と援助	取り組みの姿（エピソード）
・年少の2月に一度体験しているので動きが活発になると予想される場所に人的配置をする。 ・忍者になり修業をするイメージをもたせ、様々な動きがとれるように事前に意欲を高めておく。 ・できたこと、チャレンジしている姿を認め、励ます。	・園を出たときから忍者のイメージをもっていたので、すぐに動き出した。忍法「石垣渡の術」「壁歩きの術」「飛び降りるの術」等数人の友達と一緒に取り組む姿が見られた。

＜A児の取り組み＞

- ・A児は日頃から運動遊びには消極的で、2月には友達の姿を眺めていることが多かった。しかし今回は友達の姿に触発され、自ら石垣登りに挑戦した。一度は滑り落ちたものの二度目で上がることができ、繰り返し取り組むことにより、満足感が得られた。



考察

- ・2月に比べ、よじ登る・飛び降りる・慎重に歩く・すり抜ける・跳び移るなどの動きがダイナミックになり、且つ慎重さや機敏さが見られ活動の質も高まったと考える。
- ・同じ場所に行き、場に慣れていることで意欲的に活動していた。また、友達の姿から自分も挑戦しようとする気持ちや失敗しても繰り返し取り組もうとする意欲の高まりにつながった。
- ・A児の変容は、日常の運動遊びや親子での体操など、様々な体験において、動く楽しさや繰り返し取り組みばできるという自信を得られたことが起因して、今回の動きにつながったと考える。

(3) 保護者の意識を高め、体を動かす楽しさを伝える活動の実践

<ねらい> - 保護者が幼児とともに体を動かして遊ぶことで、体を動かす楽しさや心地よさを感じたり、主体的に体を動かそうとしたりする。 - 保護者自らが積極的に体を動かしたり我が子の取り組みや頑張りを理解することにより、幼児が体を動かして遊ぶことの大切さを感じる。	
活動例	取り組みの姿
親子ふれあいの日（土曜参加参観） - 体を動かして遊ぶコーナーを多く設定し、スタンプラリーを行った。 - 保護者が積極的に参加できるよう、運動遊びに組み込んだらスタンプを押す欄を設けた。 - 親子で競うことを楽しみながら体を動かせるコーナーを設定した。	- 親子で体を動かすことを楽しんでいる姿が多く見られた。幼児とともに保護者もスタンプをたくさん集めようと繰り返し取り組んでいた。 - 事後のアンケートで「自分も体を動かしたので気持ちがよかった。」「親子で競争して楽しかった。」「またやりたい。」等意見が多くあった。
親子体操（降園後の園庭開放終了時） - 親子が十分に体を動かし、様々な動きを経験できるように体操の曲をアレンジした。 - 毎月曲目を変え、親子で関われるレパートリーを増やした。	- 親子でたくさん体を動かしたり、触れ合ったりして遊ぶ楽しさや心地よさを感じていた。 - 幼児が幼稚園で十分に体を動かしたことで、夕食をよく食べたり、早く寝たりするようになり、保護者が体を動かすことの大切さを感じていた。
親子運動会（10月 降園後） - 保護者と幼児が競う様々な競技をする、ミニ運動会を行っている。 - 綱引き、玉入れ、オセロゲーム等	幼児と競ったり協力したりすることで保護者も真剣に参加し、体を動かす楽しさや心地よさを感じていた。
<考察> - 幼児と保護者が一緒に体を動かして遊ぶことを楽しめる様々な活動を工夫して取り入れることにより、保護者が積極的に体を動かす機会が増えた。 - 保護者が幼児とともに、体を動かして遊ぶことで保護者自身が楽しみ、心地よさを感じ、体を動かすことの重要性を理解することにつながる。	

(4) 歩数計による計測の結果と運動能力の関係について

遠足での歩数が学級平均より多い幼児(A,B,C,D)は、体力測定の数値が学級平均より高い幼児が比較的多く、逆に歩数の少ない幼児(E,F,G,)は体力測定での数値も低い傾向が見られた。

	歩数	25m走 (秒)	両足跳 (秒)	体支持 (秒)	立幅跳 (m)	ボール投 (m)	ボール キャッチ (個)	平均以上の 個数▲	平均以下の 個数▽
A児	▲17146	▲ 6.28	▲ 6	▽ 25	▽ 92	▲ 6	▽ 2	3	3
B児	▲14987	▲ 6	▲ 5.17	▲ 101	▲ 102	▲ 5.5	▲ 9	6	0
C児	▲14101	▲ 5.87	▲ 5.45	▲ 41	▲ 104	▲ 5.5	▽ 1	5	1
D児	▲12842	▽ 6.71	▲ 5.95	▽ 28	▲ 96	▲ 5	▲ 4	4	2
								計18	計 6
E児	▽11529	▽ 6.88	▽ 6.76	▽ 5	▲ 99	▲ 5	▽ 3	3	3
F児	▽11031	▽ 7.72	▽ 7.66	▽ 20	▽ 91	▽ 2	▽ 0	0	6
G児	▽ 8912	▽ 7	▽ 9.57	▲ 54	▽ 83	▽ 3.5	▽ 0	1	5
H児	▽ 8638	▲ 5.37	▲ 5.77	▲ 44	▲ 107	▽ 2	▽ 0	4	2
								計 8	計16
平均	12371	6.55	6.57	32.7	92.2	4	3.77		

平成25年
5月1日
年長A組抜粋

▲学級平均
より高い

▽学級平均
より低い

★A児～D児は、日常の遊びの中でも好んで体を動かして遊び、遠足でもよく動くなど、歩数が多かった。歩数の多い幼児は、おおむね運動量が多く、結果として運動能力が高いと考えられる。

(5) 発達の段階を踏まえた運動遊びの指導計画

2 学年を各 6 期に分け、運動的な遊びの指導や環境の実践をもとに、その時期に幼児に経験させたこと、それを実現するための環境や援助、活動例（園内、地域、保護者との連携）をまとめた。その際、幼児の取り組みの姿や育ちの実態などから内容を精選した。さらに各期の幼児の育ちやねらいのポイントが分かりやすいよう、キャッチフレーズで表した。

2 年保育 5 歳児 4 期（9 月上旬～10 月中旬）「友達と気持ちを合わせて一つになろう」～つながる楽しさ～	
ねらい	○目的意識をもって活動に取り組み、自分の力を発揮して遊ぶ楽しさや満足感を味わう。 ○学級や園全体の活動に向けて目的を意識して取り組み、みんなで一緒にやり遂げていく満足感・達成感を味わう。
経験させたこと	・夏季プールや家庭でのプール遊びの経験から、カニプールの中でダイナミックに体を動かし、ビート板を使って泳いだり、潜ったり様々な動きをしたりして楽しむ。 ・月曜朝の会の体操では、学級の友達や年少児と一緒に踊る楽しさを味わったり、年長としての自覚をもって踊りを教えたりリードしたりすることに喜びを感じる。 ・踊りはみんなで動きや掛け声、ポーズなどが揃った心地良さ、学年で一緒にダイナミックに踊る楽しさを感じる。 ・リレーは一周（50m）を走り切る持久力、チーム意識を身に付け、走る心地よさを味わう。 ・綱引きは、ルールが分かり、一人一人が自分の力を発揮して取り組み、学級の友達と気持ちを合わせる。勝つ喜び、負ける悔しさと次も頑張ろうという気持ちをもつ。 ・「チャレンジ」は、自分なりの目標をもって繰り返し取り組み、できるようになった喜びを味わう。 ・できるようになったことを繰り返しやってみたい、できないこともやってみようという気持ちや意欲をもって挑戦し、達成感を味わう。
環境と援助の工夫	・体を動かす楽しさが味わえるように朝の体操をしたり、走ったり、跳んだり体を動かしたくなるような環境を作り、一日の流れをスムーズにする。 ・プールでは水量を増やし、浮力を感じられるようにして、幼児がやってみたい、見せたいという気持ちが実現できるように、自由な時間を多くする。できるようになったことを認めたり、友達のしていることを見てさらにやってみようとする気持ちがもてるようにしたりする。 ・「チャレンジ」では、やってみたくなるような種目を提示（難易度を多様にする）したり、新たにマイチャレンジ項目を増やしたりして意欲をもたせる。 ・できるようになった友達の姿を見たり、認めたり励ましたり、やり方を教えたりしながらできることやできる種目を増やす。 ・踊りでは左右を意識したり、手足を大きく伸ばしたりできるように互いに見合う機会をつくり、友達のよさを見付けたり、揃うと気持ちがよいと感じていることに共感したりする。 ・リレーでは一周全力で走る、素早く正確にバトンを渡す、バトンを受け取る、トラックに沿って走することを意識させる。勝敗を意識し、意欲につながるように走る順番、相手、組み合わせを幼児と共に考える。自分たちで何度も経験できるようなスペースと時間を確保する。 ・綱引きでは一人一人が綱を引く力の入れ方やタイミングが分かるように様々な方法（グループ対抗、1 対 1、グループ対教師等）を取り入れながら、力の入れ方や友達との力の一体感が感じられるようにする。 ・ドッジボールは好きな遊びの中で行い、2 面制のルールを学級・学年で共通にしておく。ボールの大きさ、硬さは幼児の実態に応じて替える。（1 号、2 号）
活動例	・朝の会での体操 ・踊り（新しい世界へ、アドバンスアドベンチャー、だいすきにつぼん、キッズソーラン）、体操（元気モリモリてんこもり、風になって） ・円形リレー ・綱引き ・チャレンジ（ゴムとび、フープ、ボールつき、足用スキップ縄跳び、側転、縄跳び） ・プール遊び ・ドッジボール（1 面 3m×4m の 2 面）
家庭・地域と	・運動会 ・親子レクリエーション（親子オセロ対抗（親対子）、保護者同士の綱引き、かけっこ、新聞紙で魔法のジュータン） ・午後の広場の体操（だいすきにつぼん、ハロウィンの踊り）

< 2 年間の発達を捉える >

○各期で経験させたいこと（抜粋）

	2 年保育 4 歳児		2 年保育 5 歳児
1 期	幼稚園って楽しいな ○教師や友達と一緒に遊んだり、触れ合ったりする楽しさを感じる。 ○滑り台を滑ったり、ブランコに乗ったりする等、固定遊具の使い方を知り、いろいろな遊具にかかわり、遊びの楽しさを味わう。 ○園庭で走ったり、ボールで遊んだりする等、戸外での遊びを楽しむ。	1 期	あこがれの年長になったよ ○鬼ごっこや転がしドッジボール等、年少時の遊びを思い出しながらか、友達と一緒に体を動かすことを楽しんだり年長になった喜びを味わったりする。 ○雲梯、鉄棒、登り棒等固定遊具に自分から繰り返し取り組んだり、友達の取り組みに刺激を受けて挑戦したりして、できた喜び、体を動かす心地よさや楽しさを味わう。 ○徒歩遠足では、岩登りや隣の岩まで飛び移る等多様に体を動かしながら、自分から挑戦しようという気持ちをもつ。
	面白そうだな やってみようかな ○教師と一緒に逃げたり追いかけたり、目標物まで走ったりして楽しむ。 ○固定遊具や運動遊びに興味をもち自分からやってみようとする。 ○音楽やリズムに合わせて踊ったり、体を動かしたりする。 ○簡単なルールが分かってゲームをすることを楽しむ。		新しいことにチャレンジ！ ○ロープの遊びでは、難しそうなことにも挑戦しようという気持ちで取り組み、達成感・満足感・自信をもつ。 ○友達の姿を見て雲梯や鉄棒等固定遊具に繰り返し挑戦しながら「できた」「やった」という達成感や満足感を味わう。 ○親子で一緒に体を動かす楽しさを感じ、頑張る姿を身近な人に認めてもらったり励ましてもらったりして自信をもつ。
2 期	面白かった！ またやろう ○興味をもった運動遊びに自分から取り組み、繰り返すことを楽しむ。 ○簡単なルールがあるゲームや鬼遊びに参加し、追う、逃げる、身をかかわす等自分なりに動いて楽しむ。ルールを守って遊ぶことの楽しさが徐々に分かる。 ○巧技台やゴム跳び、小三角コーン等を並べたサーキットコースでは、自分なりのやり方で遊ぶことを楽しむ。(両足跳び、ジグザグに走る、線上を走る、飛び降りる等) ○プールで安全に遊ぶために必要な態度や習慣が分かり守って動かそうとする。	2 期	こんなこともできるよ。面白そう、やってみよう ○プールの中で伸び伸びと体を動かして遊ぶことを楽しみ、潜る、浮かぶ等水遊びでしか体験できないいろいろな動きに挑戦する。 ○友達と一緒にルールのある運動遊びに取り組むことを楽しみ、自分の力を発揮して動かそうとする。 ○繰り返す中で、自分たちでルールを共有する。 ○チーム対抗の運動遊びに、自分もチームの一員であることやルールを意識して取り組み、自分の力を発揮して動くことを楽しむ。
	走ってみよう 踊ってみよう！ ○月曜朝の会に参加し、立ったまま話を聞いたり園全体で踊りを踊ったりして週のスタートのリズムをつくる。 ○かけっこで走ったり、玉入れで玉を投げ入れたりする等、自分から興味をもった運動遊びに取り組んで楽しむ。 ○運動会があることが分かり、期待をもったり、学級や学年の友達と一緒に走ったり踊ったりする楽しさを感じたりする。		友達と気持ちを合わせて一つになろう ○夏季プールや家庭でのプール遊びの経験から、カニプールの中でダイナミックに体を動かし、ビート板を使って泳いだり、潜ったり様々な動きをしたりして楽しむ。 ○月曜朝の会の体操では、学級の友達や年少児と一緒に踊る楽しさを味わったり、年長としての自覚をもって踊りを教えたりリードしたりすることに喜びを感じる。 ○「チャレンジ」は、自分の目標をもって繰り返し取り組み、できるようになった喜びを味わう。
3 期	できるかな？ やってみたい！ ○巧技台での忍者修業やアスレチックごっこ等、自分の思いやイメージを言葉や動きで表す楽しさを味わったり、相手に伝えようとしていたりする。 ○鬼ごっこを通して、遊びに友達を誘ったり、友達の遊びに入ったりして、ルールに沿って一緒に遊ぶ楽しさを感じる。 ○転がしドッジボールや助け鬼等、学級の友達との関わりを楽しみ、つながりを感じる。	3 期	もっとやってみたい！ もっとやってみよう！ ○しっぽとりやドッジボールなどに繰り返し取り組む中で、相手の動きを意識しながら、よける、逃げる、追う、狙って投げる、ボールを取るなどの動きを楽しんだり、仲間の友達と協力してゲームを進める楽しさを味わったりする。 ○雲梯、鉄棒、登り棒等の固定遊具や、ボールつき、足用スキップ縄跳び、フープ、縄跳び等に自分の目標をもって繰り返し取り組んだ。友達の取り組みに刺激を受けて挑戦し、できた喜びを味わったりして、自信をもつ。
	動くの大好き 楽しいな！ ○縄跳びでいろいろな跳び方に挑戦したり、羽根つきやボール遊びを試したりする等、目的に向けて、自分の力を出して取り組む。 ○新川マラソンでは、自分のペースで走り、自分の力を出す楽しさや、寒くても体を動かすと温かくなることを感じる。 ○自分も「ふなぼりーと」になるんだという憧れや、年長組になるという期待や喜びの気持ちをもつ。		心も体も元気いっぱい！！ ○ドッジボールに繰り返し取り組み、いろいろな友達と楽しんだり、相手の動きを認めたりする。他学級の友達や保護者と競う楽しさを感じ、友達や学級としてのつながりを深める。 ○新川マラソンでは自分の目標をもち、長い距離を走り切る喜びや達成感を味わう。 ○自分の課題をもって縄跳びや固定遊具等に繰り返し取り組み、満足感・達成感、自信や自己肯定感をもち、成長した自分を感じる。
4 期	走ってみよう 踊ってみよう！ ○月曜朝の会に参加し、立ったまま話を聞いたり園全体で踊りを踊ったりして週のスタートのリズムをつくる。 ○かけっこで走ったり、玉入れで玉を投げ入れたりする等、自分から興味をもった運動遊びに取り組んで楽しむ。 ○運動会があることが分かり、期待をもったり、学級や学年の友達と一緒に走ったり踊ったりする楽しさを感じたりする。	4 期	友達と気持ちを合わせて一つになろう ○夏季プールや家庭でのプール遊びの経験から、カニプールの中でダイナミックに体を動かし、ビート板を使って泳いだり、潜ったり様々な動きをしたりして楽しむ。 ○月曜朝の会の体操では、学級の友達や年少児と一緒に踊る楽しさを味わったり、年長としての自覚をもって踊りを教えたりリードしたりすることに喜びを感じる。 ○「チャレンジ」は、自分の目標をもって繰り返し取り組み、できるようになった喜びを味わう。
	できるかな？ やってみたい！ ○巧技台での忍者修業やアスレチックごっこ等、自分の思いやイメージを言葉や動きで表す楽しさを味わったり、相手に伝えようとしていたりする。 ○鬼ごっこを通して、遊びに友達を誘ったり、友達の遊びに入ったりして、ルールに沿って一緒に遊ぶ楽しさを感じる。 ○転がしドッジボールや助け鬼等、学級の友達との関わりを楽しみ、つながりを感じる。		もっとやってみたい！ もっとやってみよう！ ○しっぽとりやドッジボールなどに繰り返し取り組む中で、相手の動きを意識しながら、よける、逃げる、追う、狙って投げる、ボールを取るなどの動きを楽しんだり、仲間の友達と協力してゲームを進める楽しさを味わったりする。 ○雲梯、鉄棒、登り棒等の固定遊具や、ボールつき、足用スキップ縄跳び、フープ、縄跳び等に自分の目標をもって繰り返し取り組んだ。友達の取り組みに刺激を受けて挑戦し、できた喜びを味わったりして、自信をもつ。
5 期	動くの大好き 楽しいな！ ○縄跳びでいろいろな跳び方に挑戦したり、羽根つきやボール遊びを試したりする等、目的に向けて、自分の力を出して取り組む。 ○新川マラソンでは、自分のペースで走り、自分の力を出す楽しさや、寒くても体を動かすと温かくなることを感じる。 ○自分も「ふなぼりーと」になるんだという憧れや、年長組になるという期待や喜びの気持ちをもつ。	5 期	心も体も元気いっぱい！！ ○ドッジボールに繰り返し取り組み、いろいろな友達と楽しんだり、相手の動きを認めたりする。他学級の友達や保護者と競う楽しさを感じ、友達や学級としてのつながりを深める。 ○新川マラソンでは自分の目標をもち、長い距離を走り切る喜びや達成感を味わう。 ○自分の課題をもって縄跳びや固定遊具等に繰り返し取り組み、満足感・達成感、自信や自己肯定感をもち、成長した自分を感じる。
	動くの大好き 楽しいな！ ○縄跳びでいろいろな跳び方に挑戦したり、羽根つきやボール遊びを試したりする等、目的に向けて、自分の力を出して取り組む。 ○新川マラソンでは、自分のペースで走り、自分の力を出す楽しさや、寒くても体を動かすと温かくなることを感じる。 ○自分も「ふなぼりーと」になるんだという憧れや、年長組になるという期待や喜びの気持ちをもつ。		心も体も元気いっぱい！！ ○ドッジボールに繰り返し取り組み、いろいろな友達と楽しんだり、相手の動きを認めたりする。他学級の友達や保護者と競う楽しさを感じ、友達や学級としてのつながりを深める。 ○新川マラソンでは自分の目標をもち、長い距離を走り切る喜びや達成感を味わう。 ○自分の課題をもって縄跳びや固定遊具等に繰り返し取り組み、満足感・達成感、自信や自己肯定感をもち、成長した自分を感じる。
6 期	動くの大好き 楽しいな！ ○縄跳びでいろいろな跳び方に挑戦したり、羽根つきやボール遊びを試したりする等、目的に向けて、自分の力を出して取り組む。 ○新川マラソンでは、自分のペースで走り、自分の力を出す楽しさや、寒くても体を動かすと温かくなることを感じる。 ○自分も「ふなぼりーと」になるんだという憧れや、年長組になるという期待や喜びの気持ちをもつ。	6 期	心も体も元気いっぱい！！ ○ドッジボールに繰り返し取り組み、いろいろな友達と楽しんだり、相手の動きを認めたりする。他学級の友達や保護者と競う楽しさを感じ、友達や学級としてのつながりを深める。 ○新川マラソンでは自分の目標をもち、長い距離を走り切る喜びや達成感を味わう。 ○自分の課題をもって縄跳びや固定遊具等に繰り返し取り組み、満足感・達成感、自信や自己肯定感をもち、成長した自分を感じる。
	動くの大好き 楽しいな！ ○縄跳びでいろいろな跳び方に挑戦したり、羽根つきやボール遊びを試したりする等、目的に向けて、自分の力を出して取り組む。 ○新川マラソンでは、自分のペースで走り、自分の力を出す楽しさや、寒くても体を動かすと温かくなることを感じる。 ○自分も「ふなぼりーと」になるんだという憧れや、年長組になるという期待や喜びの気持ちをもつ。		心も体も元気いっぱい！！ ○ドッジボールに繰り返し取り組み、いろいろな友達と楽しんだり、相手の動きを認めたりする。他学級の友達や保護者と競う楽しさを感じ、友達や学級としてのつながりを深める。 ○新川マラソンでは自分の目標をもち、長い距離を走り切る喜びや達成感を味わう。 ○自分の課題をもって縄跳びや固定遊具等に繰り返し取り組み、満足感・達成感、自信や自己肯定感をもち、成長した自分を感じる。

3 研究のまとめ

(1) 成果

① 園内の環境の工夫から見られる成果

- 繰り返し楽しめる環境作りを工夫した（一定期間常時設定・春に経験したことを秋にも経験 等）ことで、幼児が自らの成長を実感し、次への挑戦意欲をもって取り組み、体力の向上につながった。
- チャレンジカードや親子ふれあいの日のスタンプカードなどを作ることで、挑戦意欲が湧いたり、目標を明確にもったりすることができ、積極的な取り組みにつながった。
- 「ふなぼりーと」というイメージキャラクターに対し、幼児が憧れの気持ちをもてるようにすることで、幼児の主体的、意欲的な取り組みが見られた。
- 運動遊びが苦手で、体を動かすことに消極的だったりした幼児も、身のこなしが機敏になり、怪我が少なくなった。また、疲れにくくなり、継続して遊べるようになった。

② 園外の環境を活用した成果

- 園内の環境ではできないダイナミックな動きを経験し、体を動かす楽しさを十分に味わうことができた。体を動かすことで自分の体の動かし方が分かり、体の使い方が巧みになり、考えて動くようになった。

③ 保護者の意識を高める工夫の成果

- 親子で楽しむ活動、保護者が力を発揮する機会を意図的に計画実施するとともに、運動遊びの大切さを様々な場面で発信することで、保護者の意識を向上することができた。
- 家庭でも、幼児が運動遊びを好むようになった。
保護者が、夜早く寝る、一人で起きる、よく食べる、朝早く幼稚園に行きたがる等、幼児の変容に気付いた。基本的生活習慣が身に付いた。

④ 歩数計を活用した成果

- 歩数計を用いて計測することで、同じ場所への遠足でも、歩数が全体的に増加し、意欲的に体を動かすようになり、体力も向上してきていることを実証することができた。また、歩数に変化はなくても動きの質が高まることもあることが分かった。

⑤ 指導計画の作成や教師の意識の向上から見られる成果

- 運動遊びの指導計画を作成し、実践を積み重ねることで、運動遊びの内容を豊かに、実態に即したものにすることができた。このことにより着実に幼児の体力向上につなげることができた。
- 教師の意識が向上したことで、一つ一つの活動に含まれる運動の要素が豊かになるなど、運動遊びの質が高くなった。幼児への言葉掛けや環境のつくり方などが変わり、幼児の動きの経験が豊かになった。また、教師も運動が好きになった。

(2) 課題

- 幼児は体を動かすことを楽しみ、進んで運動遊びに取り組む姿が見られるようになってきたが、体力や運動能力に個人差があるので、個々の課題に応じた援助の在り方を工夫することが必要である。
- 親子で楽しむ活動を保護者も楽しみにし、積極的な参加が見られるようになってきた。このため、より保護者の意識を高められるような工夫をして、家庭や地域での活動も充実させていきたい。
- 指導計画を基に実践し、幼児の実態に応じてさらに改善を重ねることが大切である。

小学校

研究主題

「運動の楽しさや喜びを味わい、
意欲的に実践する力を身に付ける
体育学習」

第2分科会	中央区立久松小学校
第3分科会	港区立港南小学校
第4分科会	台東区立黒門小学校
第5分科会	杉並区立天沼小学校
第6分科会	葛飾区立葛飾小学校
第7分科会	府中市立府中第十小学校
第8分科会	調布市立第三小学校
第9分科会	町田市立南第四小学校
第10分科会	東京学芸大学附属竹早小学校

第2分科会

研究主題

【体づくり運動 低学年】

楽しく活動し、様々な動きを身に付ける低学年の体づくり運動の学習

【水泳系】

一人一人ができる喜びを味わい、進んで学ぶ力を身に付ける水泳学習

中央区立久松小学校 ひさまつ

日程

9:00 9:30 10:15 10:35 10:40 10:45 11:30 12:15 12:35 12:45 14:00 14:50 15:00

受付	公開授業①	幼稚園保育公開 移動	体育的活動 DVD 移動	公開授業②	昼食	アフタクシオン	開会	研究発表 (久松小学校)	研究協議	指導助言	閉会
----	-------	---------------	--------------------	-------	----	---------	----	-----------------	------	------	----

公開授業案内

	授業	場所		授業	場所
公開授業①	6年 水泳	日本橋小学校 室内プール (久松小学校より徒歩10分)	公開授業②	1年 体づくり運動	久松小学校 体育館
	2年 体づくり運動	久松小学校 体育館		2年 体づくり運動	久松小学校 校庭

※幼稚園 保育公開（校園庭）

学校所在地



交通機関

【久松小学校】体づくり運動授業会場・研究発表会場

日比谷線	人形町駅	A4出口	徒歩5分
都営浅草線	人形町駅	A4出口	徒歩5分
都営浅草線	東日本橋駅	A3出口	徒歩5分
都営新宿線	浜町駅	A2出口	徒歩5分
	馬喰横山駅	A2出口	徒歩5分
半蔵門線	水天宮駅	7出口	徒歩10分
総武快速線	馬喰町駅	A2出口	徒歩5分

【日本橋小学校】水泳系授業会場

都営浅草線	人形町駅	A3出口	徒歩5分
日比谷線	人形町駅	A2出口	徒歩4分
半蔵門線	水天宮駅	8出口	徒歩6分
都営新宿線	浜町駅	A2出口	徒歩10分

中央区立久松小学校



所在地 : 〒103-0005 東京都中央区日本橋久松町7番2号
H P : <http://www.chuo-tky.ed.jp/~hisamatu-es/>
E-mail : hisamatu-es@chuo-tky.ed.jp
T E L : 03(3661)6016
F A X : 03(3668)2365
校 長 : 酒 井 寛 昭
児童数 : 438名

◎学校教育目標

「強く」「正しく」「豊かに」

- ・心身ともに健康で、自律と自立のやめの強い意志と向上心を持ち、自らよりよい成長を目指す。
- ・ものごとを正しく見つめ、正しい判断と行動のできる主体性を身に付ける。
- ・豊かな心情や創造性を高め、互いに尊重し合い、思いやりの心を持ち、共生社会の担い手となる。

◎特色

学制発布の翌年、明治6年3月9日に当時の久松町38番地を校地に第一大学区第一中学区二番小学として開校した。以来、震災や戦災による校舎消失等の多くの困難にあいながら、その都度装いを新たに、平成24年度に開校140周年を迎えた。

ルールを守る、見通しをもって5分前に行動する、わがまを自ら律し互いに認め合い協力する、気持ちよい挨拶や返事をする等を指導の中心におき、様々な特色ある教育活動を通してその徹底を目指している。また、学習の基礎的・基本的内容の定着を図る朝学習や少人数指導、高学年の希望者による30年を越えるプラスバンドなども伝統として根付いて今日に至る。また、開園70年を超える久松幼稚園（園児175名）を併設し幼小連携教育を推進している。

中央区立久松小学校

1 研究の構想

(1) 研究主題

楽しく活動し、様々な動きを身に付ける低学年の体づくり運動の学習

(2) 主題設定の理由

① 楽しく活動する

低学年の発達特性は、神経系の最後の発育期であることや、「考えること」と「動くこと」という思考と活動が未分化で、「考えること」と「動くこと」が同時に進むことや、興味や関心のないことは飽きやすく、集中が続かないことが挙げられる。

そこで、低学年の児童には、易しい運動に出会わせ、伸び伸びと体を動かす楽しさや心地よさを味わわせることが大切である。また、児童がやってみたい運動遊びに夢中になって取り組む中で、体の基本的な動きを総合的に身に付けられると考えた。

② 様々な動きを身に付ける

現行の学習指導要領から、低・中学年から体づくり運動を指導することとなった。これは、体力低下傾向、運動する児童とそうでない児童の二極化傾向などの課題を改善すること、各学年の系統性を図ることなどを受けてのことである。

また、児童の体力が低下する中で、運動の楽しさを味わい、基本となる体の動きを身に付けることを重視する視点から低・中学年の授業時数の増加が図られている。

低学年の発達特性として、この時期には運動の多様化が急激に進む。そこで、体づくり運動を通して、様々な動きを身に付けることが大切であると考えた。

以上のことを踏まえ、児童が発達の段階に合った易しくて伸び伸びと体を動かす運動を実践することで、児童に運動の楽しさを味わわせ、運動をもっと楽しもうという意欲を育てていくことができると考えた。また、将来の体力の向上につなげていくためには、低学年の時期に様々な体の基本的な動きを身に付け、神経系を発達させておくことが重要であると考え、「楽しく活動し、様々な動きを身に付ける低学年の体づくり運動の学習」を主題と設定した。

(3) 研究仮説

児童が夢中になって取り組める運動遊びを提示し、単元の計画を工夫したり、資料（運動遊び例集）を活用したりして、動きの種類を増やし、動きの変化を広げられるようにすれば、児童は楽しく活動し、様々な動きを身に付けることができるだろう。

(4) 研究内容

- ① 発達段階を大切にした系統的・弾力的な単元の全体計画
- ② 児童が進んで運動に取り組み、課題解決を図る単元計画
- ③ 「指導のねらい」と「指導する内容」を明確にした評価計画と指導の工夫

2 研究内容

(1) 発達の段階を大切にした系統的・弾力的な単元の全体計画

① 第1・2学年の体づくり運動領域単元配列の例

<第1学年（22時間）>

1学期（7時間）							2学期（10時間）										3学期（5時間）				
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22
体 ほ ぐ し の 運 動		知る			広げる		知る			広げる		知る			広げる		知る			広げる	
		○ バランス ○ 力試し					○ 移動 ○ 用具（ボール）					○ バランス ○ 移動 ○ 用具（輪 長なわ）					○ バランス ○ 移動 ○ 用具 (竹馬 短なわ)				

<第2学年（22時間）>

1学期（7時間）							2学期（10時間）										3学期（5時間）				
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22
体 ほ ぐ し の 運 動		知る			広げる		知る			広げる		知る			広げる		知る			広げる	
		○ バランス ○ 力試し					○ 移動 ○ 用具（ボール）					○ バランス ○ 移動 ○ 用具（輪 長なわ）					○ バランス ○ 移動 ○ 用具 (竹馬 短なわ)				

② 2年間を見通した単元配列の考え方

<体ほぐしの運動の扱い>

○単元の初めに体ほぐしの運動を2時間設定し、一単位時間で3つのねらい（気付き・調整・交流）を意識して活動し、学習を振り返ることができるようにしている。また、学級づくりにも役立つように年度の初めに設定している。

<多様な動きをつくる運動遊びの内容の構成>

○夢中になって運動遊びに取り組ませながら、動きを総合的に身に付けさせるために、低学年では、一単位時間で複数の動きを経験できるようにした。（ア）体のバランスをとる運動遊び、（イ）体を移動する運動遊び、（ウ）用具を操作する運動遊び、（エ）力試しの運動遊びの4つの運動内容から2つ以上を一単位時間の中で取り上げて内容を構成することになっている。

<2年間で様々な体の基本的な動きを身に付けるための考え方>

○第1学年 「主として動きのレパートリー（種類）を増やす」

単元前半は、学習指導要領解説に例示されている動きを一つ一つ経験し、動きを身に付ける。単元後半は、経験したり、身に付けたりした動きを工夫し、動きを広げる。第1学年の児童は、初めて出会う動きが多いので、「動きを一つ一つ経験する時間」を多く設定している。

○第2学年 「主として動きのバリエーション（変化）を広げる」

単元前半は、第1学年で行った動きを確認する。単元後半は、経験したり、身に付けたりした動きを工夫し、動きを広げる。第2学年の児童は、第1学年で動きを経験し、身に付けているので、「動きを広げる時間」を多く設定する。

※日常化を図りたい運動を1学期に設定したり、学校や児童の実態によって単元配列を変更したりする。

（２）児童が進んで運動に取り組む、課題解決を図る単元計画

① 単元の指導計画

○第２学年２学期の例 「多様な動きをつくる運動遊び」

8	9	10	11	12	13	14	15	16	17
動きを知る時間		動きを広げる時間			動きを知る時間		動きを広げる時間		
一つ一つの動きを確認しながら運動する時間		動きを選び、工夫しながら運動する時間			一つ一つの動きを確認しながら運動する時間		動きを選び、工夫しながら運動する時間		
○ 移動		○ 移動			○ バランス		○ バランス		
○ 用具（ボール）		○ 用具（ボール）			○ 用具（輪・長なわ）		○ 用具（輪・長なわ）		

② 課題解決を図る指導のポイントと流れ

低学年の体づくり運動では、「様々な動きを身に付ける」ことを主な課題として取り組む。

<動きを知る時間>

学習指導要領解説に例示されている動きについて、教師が示した一つ一つのポイントに留意しながら運動に取り組む、できる動きを増やしていく。

<動きを広げる時間>

「遊び」の中に動きの要素を取り入れながら、できる動きを増やし、姿勢（方向）の変化などの視点に基づき動きを広げていく。

○夢中になって運動遊びに取り組ませながら、動きを総合的に身に付けることができるように、４つの運動内容のうち２つ以上を一単位時間の中で構成して学習する。

○「やってみたい」「できそうな気がする」という意欲を引き出すために、体を思いっきり動かす楽しさ、友達と競争する楽しさ、記録や目標を達成する楽しさ、動きを作る楽しさ、友達と一緒に運動する楽しさなど、様々な楽しみ方で運動遊びに取り組めるようにする。

○到達目標に達していない児童に対して適切な支援を行うために、教師は動きのポイントを理解し、教師が提示したポイントを児童が理解できるような働きかけをしていく。目標に達している児童には、さらに動きを広げたり、動きがスムーズになったりするための支援を行うために、教師は動きの工夫例を理解し、適切な言葉かけを行っていく。

○よい動きを共有するために、よい動きや工夫した動きを紹介する時間を設定し、よい動きの価値付けを行う。また、その後に、他の児童が運動に取り組む時間を設け、紹介された動きを試すことができるようにする。

○工夫した動きを引き出すために、教師が用具や場を工夫したり、遊び方を工夫したりできるような言葉かけをする。

(3)「指導のねらい」と「指導する内容」を明確にした評価計画と指導の工夫

① 第2学年2学期 ボールを操作する運動遊び(5時間)の例

時数		8	9	10	11	12
指導のねらい		一つ一つの動きを経験し、動きのレパートリー（種類）を増やすことができるようにする。		身に付いた動きを工夫し、動きのバリエーション（変化）を広げることができるようにする。		
指導する内容	運動	体のバランスをとったり移動をしたりするとともに、用具の操作などの動きができるようにする。				
	態度	運動に進んで取り組み、きまりを守り仲よく運動をしたり、場の安全に気を付けたりすることができるようにする。				
	思考判断	体づくりのための簡単な運動の行い方を工夫できるようにする。				
運動への関心・意欲・態度		○				
運動についての思考・判断				○	○	
運動の技能			○			○
指導と評価の工夫		○ スムーズに動けない児童には、「運動遊び例集」を参考に動きのポイントを助言する。 ○ 友達の動きを自分から進んで見ている児童を称賛する。 ○ よい動きがイメージできるように、動きのポイントや友達のよい動きを掲示したり、よい動きを紹介したりする。（次ページ掲示物写真）				

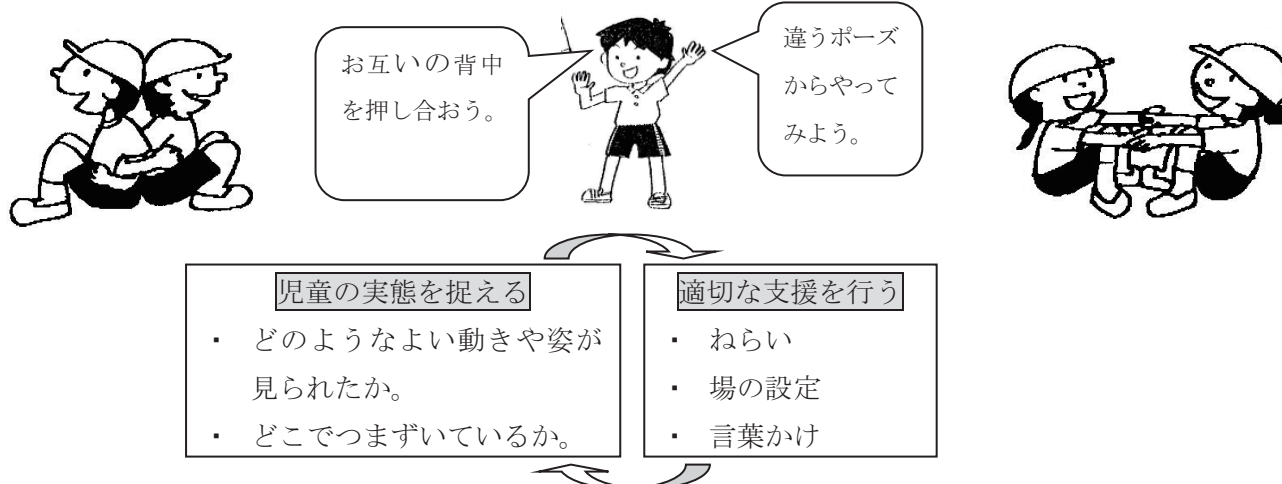
② 指導と評価の一体化を図るポイント

- 前時の授業観察や学習カードから児童の実態を捉える。
- 児童が身に付けるべき内容や動きのポイントを明確にする。
- 到達目標に達していない児童に対して適切な支援を行う。また、目標に達している児童にはさらに動きを広げたり、動きがスムーズになったりするための支援を行う。

(例) 友達と背中合わせで立つことができない児童⇒「お互いの背中を押し合おう。」

友達と背中合わせで立つことができる児童⇒「今度は違うポーズからやってみよう。」

「4人でやってみよう。」



3 実践事例 第2学年「多様な動きをつくる運動遊び」(12/20 時)

(1) ねらい

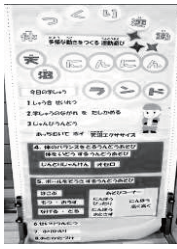
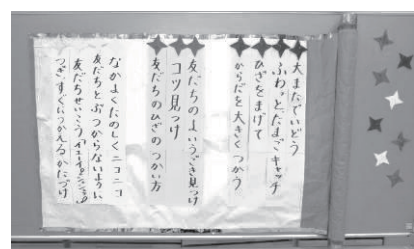
【運動】 体のバランスをとったり、移動したり、ボールを操作したりする動きができるようにする。

【態度】 繰り返し取り組み、動きの楽しさを味わうことができるようにする。

【思考・判断】 多様な動きに取り組み、友達のよい動きを見付けることができるようにする。

※本時では、運動を主として評価する。

(2) 展 開

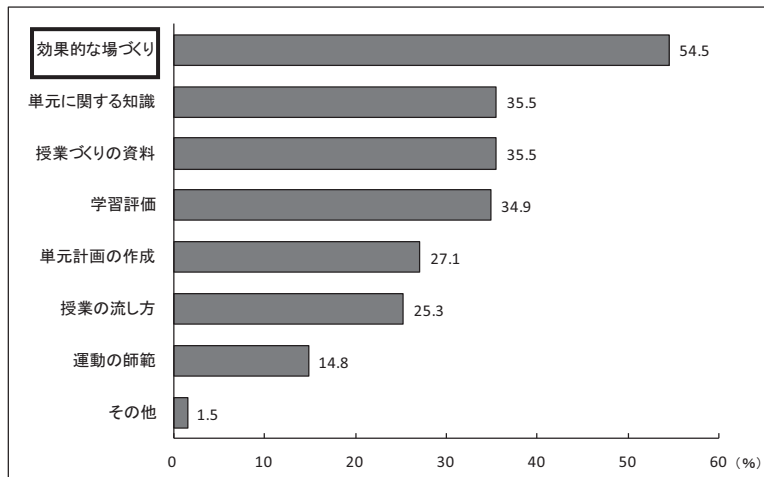
学習活動	指導のポイント	評価 ◆運動 ◎態度 □思考判断
1 学習内容を確認する。 2 準備運動をする。 	○学習の見通しがもてるように、運動する場を図で示しておく。 ○めあてや友達のよさを意識した見合いができるように、学習カードや前時の児童の言葉かけを紹介する。 	
動きを選び、工夫しながら運動しよう		
3 体のバランスをとる運動遊び 体を移動する運動遊びをする。 ・ 「陣取りジャンケン」 ・ 「オセロ」 	○「できるだけ一歩を大きくしよう」などねらいの動きからそれないように言葉をかける。	◎繰り返し取り組み、動きの楽しさを味わおうとしている。 【観察】
4 ボールを操作する運動遊びをする。 ・ 持つ・降ろす ・ 運ぶ ・ 投げる・捕る 【よい動きを紹介する時間】 	○よい動きを広めるために、よい動きをしていた児童を把握し、紹介する。 ○うまくいかない児童には、動きのポイントをつかみやすい言葉で伝える。 	◆ボールを投げたり、捕ったり、持ったり、運んだりする動きができる。 【観察】 □友達のよい動きを見付けている。 【観察・学習カード】  
5 整理運動をする。 6 学習の振り返りをする。 7 後片付けをする。	○授業の様子や学習カードから発見した運動のこつやよい動きを把握し、全体に価値付ける。	

4 実践の記録

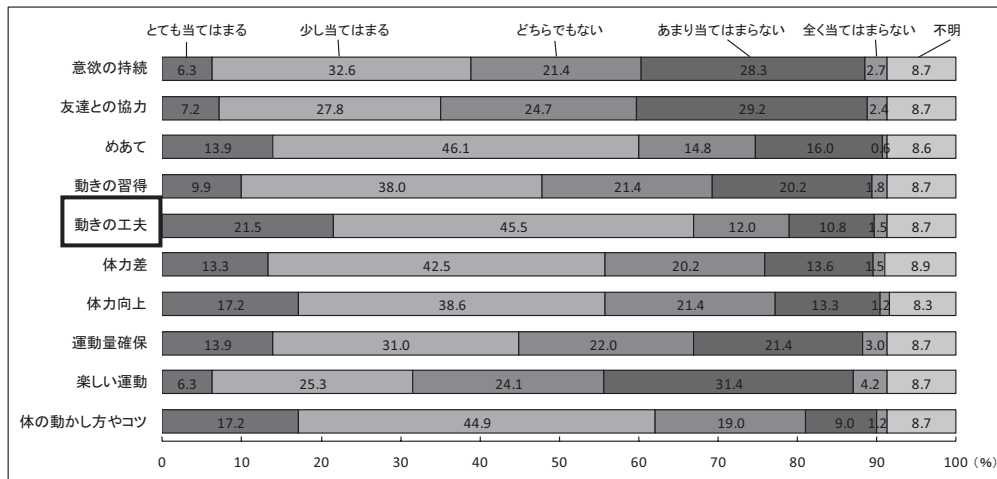
(1) 実態調査 (協力：山梨大学 中村研究室)

- ① 調査対象：東京都小学校教員 350 名
- ② 調査期間：平成 24 年 7 月
- ③ 調査方法：自記式の質問紙調査法
- ④ 調査結果（抜粋）

<指導において困っていること>



<『体づくり運動』の指導において難しいと感じていること>

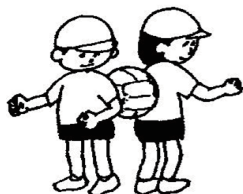


体を動かすこと自体が大好きな低学年の児童には、やってみたくなるような場の設定や易しい運動遊びの提示がとても大切である。上表の結果をふまえると、児童がやってみたい場に夢中で取り組んでいることと、教師が身に付けさせたい動きを意識した運動遊びを学習の中で効果的に取り扱うことにより、体の基本的な動きを総合的に身に付けられると考えた。そこで、場や動きに関することを、教師が児童に提示したり、動きの工夫例を確認したりする資料として、運動遊び例集を作成することにした。

(2) 運動遊び例集と活用の仕方

(ウ) 用具を操作する運動遊び ○ボール編

学習指導要領解説に例示されている動き



・友達に寄りかかるようにボールを挟もう。



友達と背中などでボールを挟んで、いろいろな方向に運ぶこと

知る時間で活用

＜運動遊びの内容＞

学習指導要領解説に例示されている動きを示している。

＜教師の言葉かけ例＞

児童が動きを身に付けるために必要な動きのポイントを示している。これは、このポイントを踏まえて、見本を示したり、助言をしたりできるように示している。

工夫例

- ・ペアを変えて行う。
- ・5人組で行う。



- ・ボールを挟む場所を変えて行う。
(頭、腰、お腹、おしり)



- ・ジグザグコースやくねくねコースで行う。



広げる時間で活用

＜動きの工夫例＞

動きの工夫例を示している。

「姿勢」を中心に「方向」の工夫例も示している。また、楽しさを広げるために「人数」を増やした楽しみ方の例も示している。

ボール運びレース



- ・4人組でボールを挟んで、他のグループと競争する。
- ・途中でボールを落としたら、その地点からやり直す。
- ・ジグザグコース、くねくねコースで行ってもよい。

「広げる時間」で活用

＜ゲームの要素を取り入れた遊び＞

低学年の運動遊びは、トレーニングを通して動きを身に付けさせるのではなく、遊びを繰り返す中で動きが身に付くように遊び方を工夫することが大切である。そこで、友達と一緒にいたり、友達と競い合ったりする中で多様な動きが身に付くような遊びを例示している。

5 研究のまとめ

(1) 成果

○ 夢中になって取り組める運動遊びの提示

児童が夢中になって取り組める運動遊びを提示したことで、児童は授業だけではなく、休み時間にも授業で行った運動遊びで遊ぶ姿が見られた。また、授業においても児童が夢中になって運動遊びに取り組む姿が見られた。

○ 単元の計画の工夫

児童の発達特性を考慮し、一単位時間で2つの運動内容を扱ったことで、飽きることなく児童は夢中になって運動に取り組んでいた。また、「動きを知る時間」と「動きを広げる時間」を設定し、授業のねらいを明確にしたことにより、学習指導要領に例示されている動きだけではなく、動きを工夫して、様々な動きを身に付けることができた。

○ 資料（運動遊び例集）の活用

動きのポイントを明確にし、様々な運動遊び例を活用して授業を行った結果、約9割の児童が動きを身に付けることができた。また、動きの工夫の視点を具体的な言葉で児童に示したことにより、意図的に姿勢を変えて、動きを工夫する姿が見られた。

＜授業前と授業後の児童の変容 n=26＞ 第2学年「多様な動きをつくる運動遊び」

項目	授業前（授業前半）	授業後（授業後半）	調査方法
ボールを使う遊びが得意	18人	22人（15%UP↑）	質問紙法
休み時間にボールを使って遊ぶ	6人	12人（23%UP↑）	質問紙法
投げ上げたボールをキャッチできる	14人	23人（35%UP↑）	ビデオ観察
投げ上げたボールの捕り方の工夫	片手で（利き手） 両手で	片手で（利き手、逆の手） 両手で 跳び上がって しゃがんで 前転をして 一回転して 体の後で	ビデオ観察
投げ方の工夫（びったりコーナー）	片手で 下から （片手・両手）	片手で（利き手、逆の手） 下から（片手・両手） チェスト ⇒オーバースローから、下 からの投げ方に変化。	ビデオ観察

(2) 課題

○ 資料の活用（運動遊び例集）については、動きの工夫の視点を「人数・姿勢・方向」として取り組んだが、「人数」は、楽しさを広げることにつながったが、動きにはあまり変化が見られなかった。「方向」は、教師も児童も「姿勢」と「方向」の違いが分かりにくく、力試しの運動などは、「方向」を変えて動きを工夫する姿はあまり見られなかった。そのため、動きの工夫の視点を「姿勢」を中心に提示し、「方向」については効果的な運動や学習場面で工夫できるような支援の仕方を検討する。

中央区立久松小学校

1 研究の構想

(1) 研究主題

一人一人ができる喜びを味わい、進んで学ぶ力を身に付ける水泳学習

(2) 主題設定の理由

東京都小学校体育研究会が平成23年度に東京都内の小学5年生3,549人に行った泳力の実態調査(4 実践の記録(1))で、泳力には大きな個人差があることが分かった。できる喜びを味わわせるには、それぞれの泳力に応じた指導が必要である。また、平成24年10月に東京都の小学校教員2,427人に行った指導の実態についての調査(4 実践の記録(2))では、学習指導要領で示されている学年に応じた内容が十分指導されていないこと、技能、態度、思考・判断についてバランスよく指導されていないことが分かった。これらの結果を踏まえて、小集団で学び合い、自己の課題を解決する経験を積むことで、進んで学ぶ力を身に付け、それが生涯にわたって運動に親しむ資質や能力を育むことになると考え、本主題を設定した。

①「一人一人」のとらえ方

泳力には学年を問わず大きな個人差が見られる。平成23年度に東京都内の小学5年生3,549人に行った泳力の実態調査では、泳力差は初歩的な泳ぎが身に付いていない児童から50m以上泳げる児童まで広がることが分かった。このことから幅広い泳力に応じた指導や学習が大切になってくる。

②「できる喜びを味わう」のとらえ方

水泳学習では「できないことができるようになる時」や「できることがよりよくできるようになった時」に楽しさや喜びを味わうことができる運動である。そこで、水泳学習における「基礎的な動きを身に付ける」ことや「泳法の獲得」「自己の記録の更新」などを「できる喜び」とする。

③「進んで学ぶ力」のとらえ方

「進んで学ぶ力」は体育のどの領域においても、さらには他教科等でも大切な力である。また、生涯にわたって運動に親しむ資質や能力を育てるためにも大切な力になる。そこで個人の活動だけでなく、友達と協力したり、一緒に活動したりするといった関わり合いを重視し、一人一人の学ぶ力を高めたいと考えた。2～3人の小集団で取り組む活動や学び合い活動をしながら学習を展開し、自己の課題を解決して次の課題に向かうという学びを積み上げることで、進んで学ぶ力が身に付くと考えた。

(3) 研究仮説

水泳学習における喜びは、「基礎的な動きを身に付ける」「泳法の獲得」「自己の記録の更新」といった「できる喜び」である。系統的・弾力的な単元の全体計画、課題解決を図る単元計画の工夫を行えば、一人一人ができる喜びを味わい、進んで学ぶ力を身に付けることができるであろう。

(4) 研究内容

- ① 発達段階を大切にした系統的・弾力的な単元の全体計画
○低・中・高の系統性を明確にした指導計画の作成 ○技能ポイントの焦点化
- ② 児童が進んで運動に取り組み、課題解決を図る単元計画
○運動量の確保 ○個に応じた課題(4 実践の記録(3))の選定と課題解決を図る活動
- ③ 「指導のねらい」と「指導する内容」を明確にした評価計画と指導の工夫
○小集団による学び合い ○学習ノートの活用 ○アドバイスカードの活用

2 研究内容

(1) 発達の段階を大切にした系統的・弾力的な単元の全体計画

① 第1学年、第2学年の例

段階	楽しむ (1年生 1～5時 2年生 1～3時)	楽しむを広げる (1年生 6～10時 2年生 4～10時)
学習内容	水に慣れる遊び ・リズム水遊び ・電車ごっこ ・水かけっこ ・鬼遊び ・リレー遊び など	
	浮く・もぐる遊び 1 (2～3人組) ・浮く遊び ・バブリング ・ポビング ・水中ジャンケン ・石拾い ・補助具(輪など)を使った水遊び など	浮く・もぐる遊び 2 (4～6人組) ・補助具などを使った水遊び ・補助具や場を選択した水遊び

② 第3学年、第4学年の例

段階	知る (3年生 1～5時 4年生 1～3時)	取り組む (3年生 6～10時 4年生 4～10時)
学習内容	今もっている力で楽しむ(水慣れ・感覚づくり) ・リズム水泳 ・浮く・泳ぐゲーム(共通課題→選択課題) など	
	もう少しでできそうな動きを知り、取り組む ○浮く運動 ○泳ぐ運動(2～3人組) ・伏し浮き など ・初歩的なクロール ・け伸び ・初歩的な平泳ぎ 3年生  4年生	もう少しでできそうな動きに取り組む (2～3人組) ○練習方法や場を選択して浮く・泳ぐ運動に取り組む ・いろいろな浮き方 ・呼吸をしながらの初歩的な泳ぎ など

③ 第5学年、第6学年の例

段階	つかむ (5年生 1～4時 6年生 1～2時)	取り組む (5年生 5～10時 6年生 3～10時)
学習内容	今もっている力で楽しむ(水慣れ・感覚づくり) ・リズム水泳 ・リラックス水泳 ・○分間泳 ・スイム駅伝などの競争、かつ達成的な運動	
	共通課題学習(2～3人組) ・共通課題のもと運動のポイントを知ったり、課題をつかんだりする	課題別学習(2～3人組) ・個々の課題に応じて、小集団で見合いながら、課題解決を図る

④ 2年間を見通した単元配列の考え方

低学年の場合、2年生で楽しむを広げる時間を多く設定し、遊び方や動きを工夫する活動を重点的に行う。中学年の場合4年生で泳ぐ運動を重点的に行い、泳法につながる動きを身に付ける活動を行う。高学年の場合、第5学年で主にクロール、第6学年で主に平泳ぎといった単元配列を行わず、児童一人一人の課題設定や学年・学級の実態に応じて重点とする活動を行う。いずれの学年でも小集団による学び合い活動を行い、自己の能力に適した課題をもち、自己の課題に適した課題解決ができる過程を段階的に設定する。

(2) 児童が進んで運動に取り組み、課題解決を図る単元計画

① 単元計画 第5学年の例

1	2・3・4	5・6・7・8	9・10
オリエンテーション	今もっている力で楽しむ リラックス水泳		
共通課題学習	共通課題学習	課題別学習	課題別学習
クロール ・手のかき ・ばた足	平泳ぎ ・かえる足 面かぶり クロール 面かぶり 平泳ぎ	リラックスコース 初歩的な泳ぎで泳ぐ キック・プルコース クロールと平泳ぎ クロール・平泳ぎコース 伸びのあるクロールと平泳ぎ	今できる泳ぎ方に挑戦する 発展的な泳ぎ
クロール	平泳ぎ 伸びのあるクロール 伸びのある平泳ぎ		

② 課題解決を図る指導のポイントと流れ

共通課題学習で課題をつかみ、小集団で個々の課題や解決方法を見合いながら課題別に学習することで、個々の課題解決を図ることができると考えた。

〈オリエンテーション〉

○単元全体の学習の進め方を知る。

〈今もっている力で楽しむ時間〉

○水慣れをするとともに、プールの横方向を繰り返し泳ぎ、運動量を確保する。

〈共通課題学習〉

○一人一人のめあてに合わせ、より個に応じたきめ細かい指導ができるよう、泳法が十分に身に付いている児童と、これから泳法を身に付けていく児童との2つのグループに分ける。その学習で児童は、自分の課題に気付いたり、動きのポイントや練習方法をつかんだりする。

〈課題別学習〉

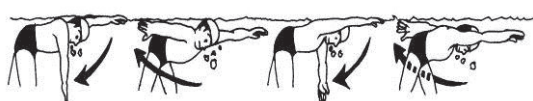
○2～3人の小集団で互いに見合いながら、共通課題学習で得た知識などを生かし、自己の課題に応じた練習方法や場を選択して取り組む。

・課題別学習 クロール・平泳ぎコース 練習方法の例

【伸びのあるクロール】

歩きながら

グウ イーン グウ イーン



泳ぎながら

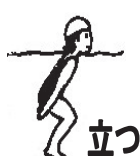
グウ イーン グウ イーン



同じ距離を、より少ないかき数で泳ぐことで、伸びのあるクロールを意識させます。

【伸びのある平泳ぎ】

スーパッポンスー 1 回



スーパッポンスー連続



2回目からは、「パッポンスー」を繰り返す

(3)「指導のねらい」と「指導する内容」を明確にした評価計画と指導の工夫

① 第5学年の例

時数		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
指導のねらい		課題をつかめるようにする				課題に取り組めるようにする					
指導 する 内容	技能	・クロールや平泳ぎを続けて長く泳ぐことができる。									
	態度	・自己の能力に適した課題の解決の仕方や記録への挑戦の仕方を工夫する。									
	思考 ・ 判断	・運動に進んで取り組み、助け合って水泳をしたり、水泳の心得を守って安全に気を配ったりする。									
運動への関心・意欲・態度		○	○							○	○
運動についての思考・判断						○	○	○	○		
運動の技能				○	○					○	○
指導と評価の工夫		・自己の課題把握や課題解決のために、アドバイスカードや学習カードを活用させる。 ・小集団での学び合い学習の仕方を指導する。 ①めあてを伝える→②泳ぐ→③助言を受ける→④もう一度泳ぐ									

② 指導と評価の一体化を図るポイント

「つかむ」段階では、児童は、泳法が十分に身に付いているグループとこれから泳法を身に付けていくグループとに分かれて学習する。そうすることにより、一人一人のめあてに合わせ、個に応じた指導ができるようにする。各グループでは小集団で学び合いが行われ、指導者はその様子を重点的に評価し、以後の学習で学び合いが適切に行われるようにする。

「取り組む」段階の小集団での学び合いでは、互いに泳ぎを見合い、学習カードを活用して、アドバイスし合いながら課題解決に向けて学習する。指導者は、「友達の動きを見て気付いたことを伝えているか」「友達の助言を参考にして自分の泳ぎに生かしているか」に重点を置いて評価する。評価計画に従いこれらの評価を単元の途中でも行う。

③ 高学年「水泳」評価規準の例（思考・判断）

学習指導要領の内容	評価規準	
	課題をつかむ段階	課題に取り組む段階
○自己の能力に適した課題の解決の仕方や記録への挑戦の仕方を工夫できるようにする。	○今もっている力で楽しむ活動の行い方を理解している。 ○共通課題のポイントを知り、自分の泳ぎに生かしたり課題をつかんだりしている。 ◎小集団学習の学び合いの仕方や練習方法を理解し、友達の泳ぎを見たり助言したりしている。 ◎友達の泳ぎを見て、めあてのできばえや課題解決の方法を伝えている。	○自己の能力に合った課題を見付けている。 ○自己の能力に合った練習方法や場を選んで活動している。 ◎友達の泳ぎを見て気付いたことを伝えている。 ◎友達の助言を参考にし、自分の泳ぎに生かしている。 ※◎は、学び合いについての評価規準

3 実践事例 第5学年「水泳」(6/10時)

(1) ねらい

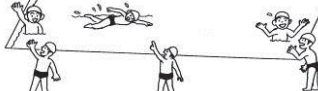
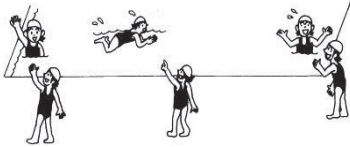
【技能】 クロールや平泳ぎの技能を身に付けることができるようにする。

【態度】 進んで友達と助言し合いながら水泳に取り組むことができるようにする。

【思考・判断】 自分の課題について友達の助言を参考にし、意識して練習することができるようにする。

※ 本時は思考・判断を主として評価する。

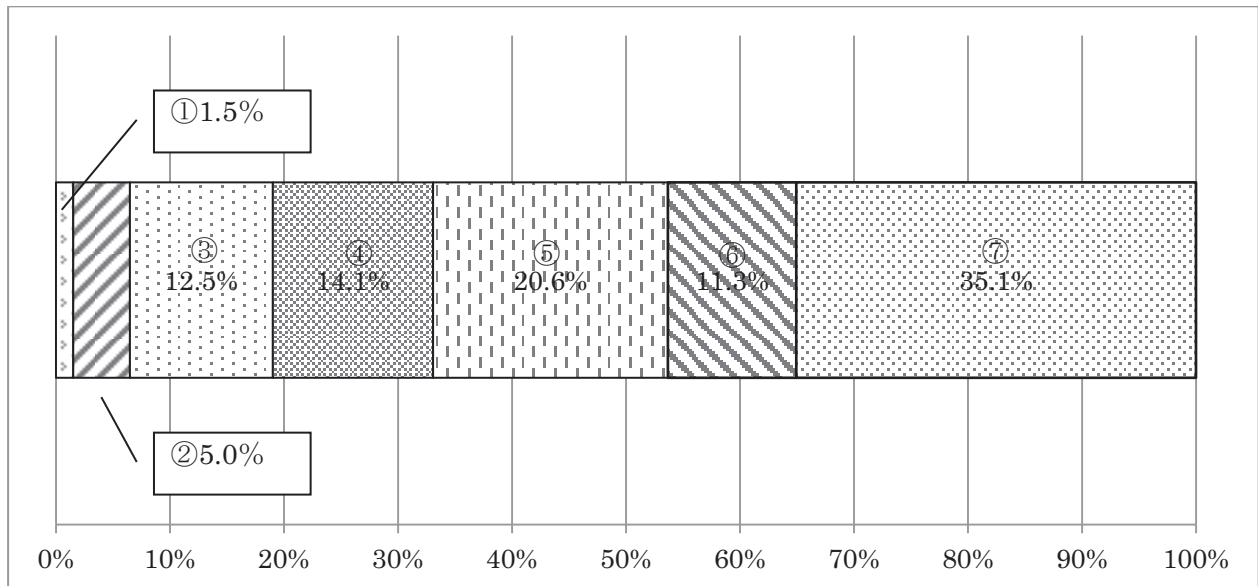
(2) 展開

学習活動	指導のポイント	評価
1 準備運動をする。 ・腰洗い・シャワーを浴び、あいさつをして、バディーで人数を確認する。 ・めあて、本時の流れを確認する。	○健康状態を確認しながら、手首、足首、首、関節系を中心に行う。 ○バディーでの確認では、しっかり声を出すよう指示し、人員の確認を適切に行う。	
今もっている力で楽しもう		
2 水慣れ、リラックス水泳 ・泳力別に取り組む。 ① け伸び ② け伸びからばた足 ③ クロール・平泳ぎ または初歩的な泳ぎ 	○リーダーを中心に行うように指示し、活動内容を伝えたら素早く始める。 ○泳ぎ方のポイントをプールサイドや水中で適宜指導する。	☆自己の課題に応じた練習の場や段階を選んでいる。(観察)
課題別学習に取り組もう		
3 課題別学習をする。 ・3人の小集団で見合いながら個人の課題に取り組む。 ■リラックスコース ・初歩的な泳ぎ  ■キック・プルコース ・クロールと平泳ぎ ■クロール・平泳ぎコース ・伸びのあるクロールと平泳ぎ 	○前時の学び合いや学習カードからよい学び合いを紹介し、助言の視点を示したり、意欲を高めることができるような声かけをしたりする。 ○3人の小集団で自分の課題を伝えてから泳ぐことを伝える。 ○友達の課題にそった助言をしている小集団を賞賛する。 ○練習方法が本人の課題と合っていない場合は、他の練習方法を促す。 ○自己の課題や友達からもらった助言を意識しながら泳ぐよう伝える。	☆自分の課題について友達からの助言を参考に取り組んでいる。(観察) 
4 確かめの泳ぎをする。(1回)		
5 バディーで人数を確認する整理運動をする。	○バディーでの確認では、しっかり声を出すよう指示し、人員の確認を適切に行う。 ○使った部位を中心にほぐす。	

4 実践の記録

(1) 東京の小学校第5学年児童の泳力についての実態

(調査数 3,549 人 平成 23 年 5 月東京都小学校体育研究会実施)



- ①けのびができない。
- ②けのびをして、3～5 m泳げる。
- ③10 m泳げる。(自由泳ぎも可)
- ④25 m泳げる。(自由泳ぎも可)
- ⑤クロールまたは平泳ぎで、25 m泳げる。
- ⑥クロールと平泳ぎの両方で、25 m泳げる。
- ⑦クロールと平泳ぎの両方で、50 m泳げる。

<分析>

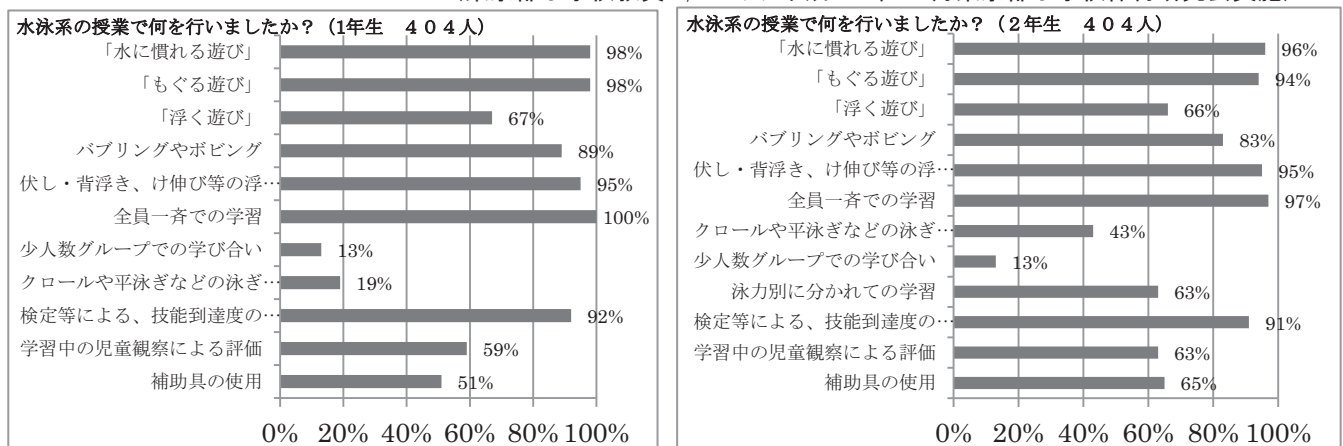
- 泳法の獲得ができていない児童が33%いる。
- 浮く・泳ぐ運動に必要なけのびの姿勢で浮いたり、泳いだりできない児童が19%いる。
- クロールもしくは平泳ぎのどちらの泳法の獲得に困難さがある児童が21%いる。
- クロールと平泳ぎ両方の泳法が身に付き、25 m以上泳げる児童が46%いる。

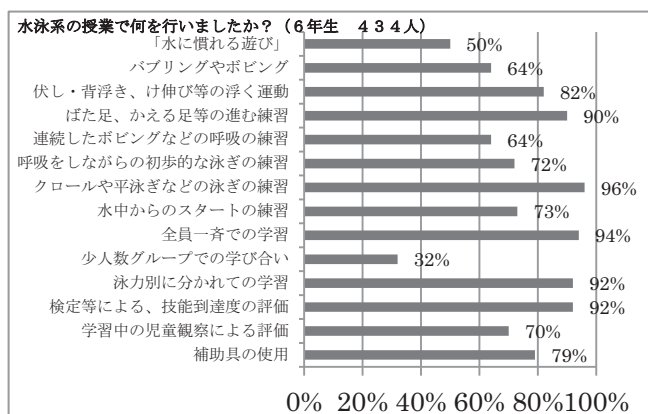
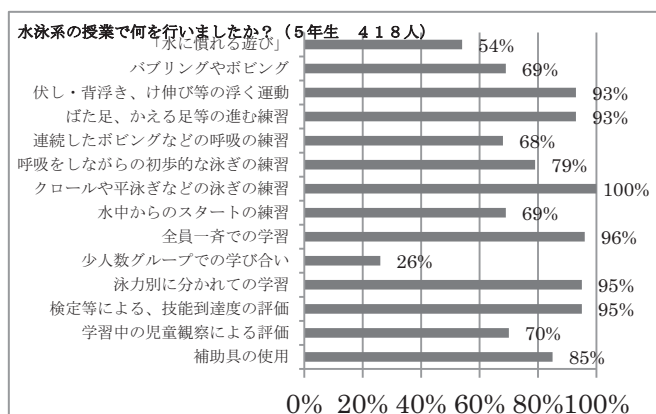
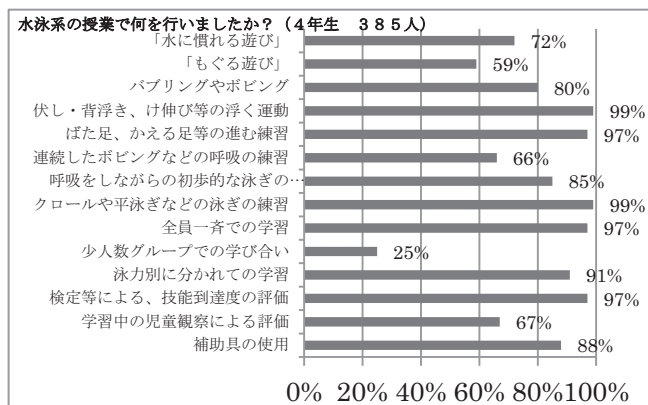
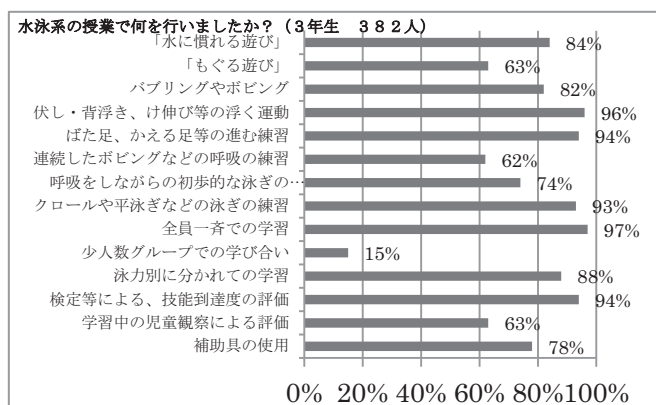
<考察>

初歩的な泳ぎ「呼吸・浮く・進む」の3つの動きを獲得する必要がある児童とクロールや平泳ぎの泳法の獲得が必要な児童、そして発展的な課題に取り組む児童の3グループに分けた指導及び支援が必要である。

(2) 東京都の小学校教員の水泳指導についての実態

(東京都小学校教員 2,427 人 平成 24 年 10 月東京都小学校体育研究会実施)





<分析>

【低学年】

○「クロールや平泳ぎなどの泳ぎの練習」は、1年生から2年生へ進むと19%から43%になる。

【中学年】

○「呼吸をしながら泳ぐ」といった初歩的な泳ぎよりも「クロール・平泳ぎ」といった泳法が実践されている。

【高学年】

○5・6年共通して90%を超える項目が5つある。

【全学年共通】

- 「全員一斉での学習」の全学年平均は、96.8%
- 「泳力別に分かれての学習」の全学年平均は、85.8%
- 「少人数グループの学び合い」の全学年平均は、20.6%

<考察>

○「クロールや平泳ぎなどの泳ぎの練習」を2年生から43%も実施している。一方、浮く遊びが少ない。

→ 高学年で身に付ける泳法であるクロール・平泳ぎを低学年のうちから指導している傾向にあるので、クロール・平泳ぎの泳法を獲得し、進んで学習できるようにするには、学習指導要領に即した系統的な学習が必要である。

○全学年で共通して、「全員一斉での学習」と「泳力別に分かれての学習」を行っている。特に、3年生～6年生では、大半が一斉指導と泳力別指導である。

→ 水泳の学習指導で、一人一人の児童が自己の能力に適した課題をもつために、より効果的な学習形態の提示及び学習形態での指導方法の工夫（個に応じた課題解決活動）が必要である。

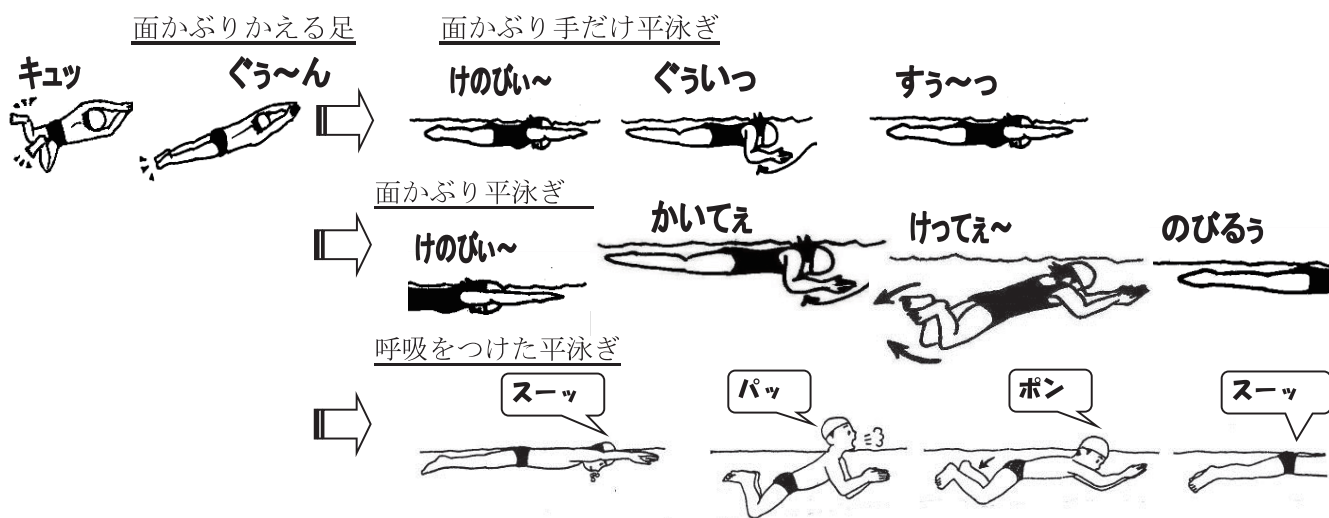
(3) 課題解決につながる個に応じた段階的な指導の工夫

高学年では、クロールと平泳ぎの泳法の習得、泳力の向上が学習内容の中心となる。どちらの泳法でも、中学年の「浮く・泳ぐ運動」で身に付けた「呼吸・浮く・進む」を大切にしたい。初歩的な泳ぎをもとに、手や足の動き、浮くこと、呼吸しながら進むことを段階的に指導していくことが大切である。特に5年生は、クロール、平泳ぎが十分に泳げる児童から、初歩的なクロール、平泳ぎが身に付いていない児童まで、泳力に幅がある。そこで、それぞれの児童の実態に応じた段階的な指導を行うことで、より個人の課題に応じたきめ細かい指導ができ、泳法の習得や泳力の向上につながると考えている。

【平泳ぎの段階的な指導】

① 平泳ぎ → 伸びのある平泳ぎ

○ 面かぶりの平泳ぎ → 呼吸をつけた平泳ぎ



② 伸びのある平泳ぎ（3ページ参照）

5 研究のまとめ

(1) 成果

- 低・中・高の系統性を明確にした全体計画の中で、技能ポイントを精選したことで、教師による具体的な言葉かけが明確になり、児童の泳力向上につながった。
- 学び合いによる課題解決を図る単元計画を作成したことで、児童が課題をつかみ、積極的に見合ったり教え合ったりしながら課題を解決するなど、進んで学ぶ力を身に付けることができた。
- 評価計画を用いて積極的に形成的評価を行うことで小集団による学び合いが活性化し、学び合いの質を向上させることができた。

(2) 課題

- 6年間で学び合いの質をさらに高めるためには、低・中学年から段階的に学び合いの方法を身に付けていくことが必要である。
- 課題解決を図る指導の質を高めるには、児童の泳力向上につながる言葉かけについて、発達段階に応じて効果的な実践例を整理するなどさらに研究していく必要がある。

第3分科会

研究主題

一人一人が運動の楽しさや喜びを味わい、
集団で学ぶ力を高めるボール運動の学習

港区立^{こうなん}港南小学校

日程

9:00 9:30 10:15 10:30 11:00 11:15 12:00 13:00 13:10 14:00 14:50 15:00

受付	公開授業①	移動	体育的活動	移動	公開授業②	昼食	開会	研究発表	研究協議	指導助言	閉会
----	-------	----	-------	----	-------	----	----	------	------	------	----

体育的活動…体育科の学習時間以外の業間時等における体力の向上及び心身の健康の保持増進を目指す運動遊び

公開授業案内

※教室では、保健の授業も実施しています。

	授業	場所	授業（保健領域）	場所
公開授業①	5年1組 ベースボール型「ティーボール」	グラウンド	毎日の生活と健康	3年1組 教室
	5年2組 ネット型「ソフトバレーボール」	体育館		3年2組 教室
	5年3組 ゴール型「ハンドボール」	グラウンド		3年3組 教室
公開授業②	6年1組 ゴール型「バスケットボール」	体育館		3年4組 教室
	6年2組 ゴール型「ハンドボール」	グラウンド	育ちゆく体とわたし	4年1組 教室
	6年3組 ゴール型「サッカー」	グラウンド		4年2組 教室
				4年3組 教室
				4年4組 教室

学校所在地



交通機関

羽田空港

東京モノレール 「天王洲アイル駅」下車
京浜急行線 「京浜急行 品川駅」下車
新幹線

JR東海 東海道新幹線 「品川駅」下車

最寄駅より

JR品川駅「港南口」より 徒歩 10分
京浜急行線「品川駅」より 徒歩 15分
モノレール「天王洲アイル駅」徒歩 12分
臨海線「天王洲アイル駅」徒歩 12分

港区立港南小学校



所在地 : 〒108-0075 東京都港区港南 4-3-28
H P : <http://www2.rosenet.ne.jp/~konan-ea>
E-mail : konan-ea@mb.rosenet.ne.jp
T E L : 03(3474)1501
F A X : 03(3474)1500
学校長 : 古 家 眞
児童数 : 881名

◎学校教育目標

- ・よく考えて学習する子
- ・すなおで心豊かな子
- ・健康でがんばりぬく子
- ・進んではたらき協力する子

◎特色

本校は創立49周年を迎えた。運河に囲まれた土地にあり、高層の集合住宅から通学している児童がほとんどである。年々児童数が増加しており通常学級25学級、特別支援学級3学級の計881名の児童が在籍している。校章には、桜の花の中に五輪をあしらっている。これは、開校年度に東京五輪が開かれたことに由来している。

1 研究の構想

(1) 研究主題

一人一人が運動の楽しさや喜びを味わい、集団で学ぶ力を高めるボール運動の学習

(2) 主題設定の理由

① ボール運動における個人への着目

ボール運動は、ルールや作戦を工夫して、集団対集団の攻防によって競争することを楽しむことができる運動であることから、主としてチームを単位として学習が進められる。チームを構成するのは、「一人一人」の児童である。一人一人の児童がもっている力は様々であり、技能面、態度面、思考・判断面において、生活経験やゲーム領域での学習経験などによって、力の差が生じる。そこで教師は、チームの実態だけではなく、児童一人一人の実態に目を向け、これまでの体育学習で身に付けたことを把握しておくことが必要である。その上で、「ボール運動の学習で、〇〇を身に付けたい」という児童の思いを踏まえた学習が展開できるように指導をすることで、その力を伸ばしていくことができるようにする。

② 楽しさや喜び

授業づくりにおいては、児童が学習課題を追求する中で、児童一人一人が仲間とゲームの楽しさや喜びを共有できるようにすることが大切である。ボール運動の学習における「楽しさや喜び」とは、それぞれの型の特性に応じた攻防を楽しむことや、ゲームの中で得点をしたり役割を果たしたりすること、仲間とかかわり合うこと（チームへの所属感や、仲間との一体感など）、チームが勝利することなどであると考えられる。

③ 集団で学ぶ力

ボール運動の学習では、作戦や練習を考える場面、ゲームを振り返って、チームの仲間のよさや、チームの学びの状況を話し合い、課題解決につなげていく場面が多く見られる。一人一人が自分の考えをもち、チームで話し合う中で、コミュニケーション能力や課題を解決する力といった集団で学ぶ力を高めていくことができると考えている。

④ 全体主題へのつながり

このような学習を積み重ねていくことによって、生涯にわたって運動に親しむ資質や能力の基礎を培うことができると考え、本研究主題を設定した。

(3) 研究仮説

ボール運動の型（「ゴール型」「ネット型」「ベースボール型」以下、型と言う）に応じた楽しさや喜びを味わわせる授業づくりを行い、児童一人一人が主体的に課題解決をしていく学習を積み重ねることができれば、集団で学ぶ力を高めることができるだろう。

(4) 研究内容

① 発達段階を大切にした系統的・弾力的な単元の全体計画

○ボール運動の型ごとの教材的価値に基づく、第5・6学年の2年間を見通した単元配列

② 児童が進んで運動に取り組み、課題解決を図る単元計画

○児童一人一人が「型に応じたボール運動の楽しさ」にふれ、ボール運動の楽しさや喜びを味わいながら課題解決を積み重ねていく単元計画

③ 「指導のねらい」と「指導する内容」を明確にした評価計画と指導の工夫

○学習活動における具体的な児童の姿をあらかじめ想定した指導と評価の一体化

2 研究内容

(1) 発達の段階を大切にした系統的・弾力的な単元の全体計画

① 「ゴール型」「ネット型」「ベースボール型」の教材的価値

ゴール型	ネット型	ベースボール型
「コート内で攻守が入り交じる」構造から、相手をかかわしてボールを運ぶためのボール操作やボールを持たない動きを学ぶことができる。ネット型で学んだ、チームの連携の大切さや、ベースボール型で学んだ、役割分担の大切さを生かして、ゴール型に取り組む。	「ネットで区切られていて、自分のコート内には相手チームが存在しない」構造から、チームの連携プレーを生かした戦術が学びやすい。攻守が区切られるごとに時間があるので、アドバイスや励ましの声をかけやすく、一人一人のよさを見付けることに適している。	「攻守を規則的に交代し合う」構造から、役割が明確であり、一人一人の攻撃機会が保障されていて全員が得点を取る楽しさを味わいやすい。また、攻撃の合間にある時間で、具体的なアドバイスや、励ましの声がかかけやすい。

② 第5・6学年のボール運動系領域の例

<第5学年>

型	ネット型	ベースボール型	ゴール型
時数	8	8	6

楽しさや喜びを味わう					集団で学ぶ力を高める		
1	2	3	4	5	6	7	8
リーグ戦					対抗戦		
ゲーム→振り返り→ゲーム→振り返り					ゲーム→振り返り・チーム練習→ゲーム		

<第6学年>

型	ゴール型					ゴール型				
時数	10					10				



楽しさや喜びを味わう			集団で学ぶ力を高める						
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
リーグ戦					対抗戦				
ゲーム→振り返り →ゲーム→振り返り			ゲーム→振り返り・チーム練習→ゲーム						

③ 2年間を見通した単元配列の考え方

第5学年では、攻守が入り交じらないネット型・ベースボール型や攻守が入り交じるゴール型に取り組む。それぞれの型の教材的価値から、ネット型はチームの連携を学びやすく、ベースボール型は役割を明確にして一人一人が得点をする楽しさを味わいやすい。また、ゴール型は、ボール操作やボールをもたないときの動きを中心に学んでいくことができる。第5学年の振り返りの視点として、全員が楽しめるルールづくりの方法を考えたり、ゲームとゲームの間の振り返りを全体で共有したり、運動の楽しさや喜びを味わう時間を多く設定する。

第6学年では、第5学年に比べて、集団で学ぶ力を高めることに学習の重点を置く。そして、共通の戦術的課題を有する2つのゴール型の単元に取り組む。2つのゴール型に取り組むことで、ボールを持たないときの動きや、パスをする味方を判断する意思決定など、前半のゴール型で学習した戦術的課題の解決の方法を後半のゴール型でも生かせるようにする。また、学校の施設や設備、児童の実態に応じて、ネット型やベースボール型に再度取り組むなど、弾力的に単元を配列することも考えられる。こうした学びの積み重ねを行い、中学校の球技につなげていく。

(2) 児童が進んで運動に取り組み、課題解決を図る単元計画

① 第5学年ネット型 ソフトバレーボール (6チーム3コート) の例

1 (時数)	2	3	4	5	6	7	8
運動の楽しさや喜びを味わう					集団で学ぶ力を高める		
① 本時の学習内容を知る。 ② チームの作戦・個人のめあてを確認する。 ③ 準備運動・ボール慣れとゲームにつながる運動をする。 席替え鬼・円陣パス アタックゲーム・ラリーゲーム ④ ゲーム (1 ゲーム目) に取り組む。 【1～5時 リーグ戦】 ○リーグ戦では多くのチームと対戦し、自分のチームの特徴を知る。 ⑤ 全体でルールを振り返り、よい動きについて広める。 全員が楽しめるルールにしよう ⑥ ゲーム (2 ゲーム目) に取り組む。 ⑦ 整理運動をする。 ⑧ 学習の振り返りをする。 ⑨ 学習のまとめをする。 よい動きを紹介しよう ⑩ 用具の片付けをする。					① 本時の学習内容を知る。 ② チームの作戦・個人のめあてを確認する。 ③ 準備運動・ボール慣れをする。 ④ ゲームに取り組む。 【6～8時 対抗戦】 ○対抗戦では同じチームと2回連続で対戦し、作戦や練習を考える。 ⑤ 振り返りをする。 作戦は有効だったか ⑥ 振り返りを生かし、自分のチームの特徴に合った作戦に応じて練習を選んで行う。 ⑦ ゲームに取り組む。 ⑧ 整理運動をする。 ⑨ 学習の振り返りをする。 ⑩ 学習のまとめをする。 ⑪ 用具の片付けをする。		

② 課題解決を図る指導のポイントと流れ

- 学習資料や前時の学習の振り返りを生かして個人のめあてを立てさせ、予め重点的に指導していく児童を想定しておく。
- 集団で学ぶ力を高めていくために学習資料を活用することを理解させ、学習カードの使い方を確認するとともに、チーム内でよさを認める相手を確認する。
- 前時の様子やチームカードの記述等から重点的に指導・支援する内容を考えておくようにする。
- ゲームにつながる運動
 - ・単元前半では教師が技能指導を行いながら、練習方法を学ぶ。
 - ・単元後半ではチームの作戦に応じて練習を選び、課題解決を図る。
- ゲームの形式
 - ・単元前半 (1～5 時間目) は様々なチームとゲームを行い、自分のチームの特徴をつかむため、リーグ戦を行う。
 - ・単元後半 (6～8 時間目) は課題解決学習を行わせるため、1 単位時間に同じ相手と対戦する対抗戦を行う。
- 1 単位時間の後半での学習の振り返りでは「一人一人が運動の楽しさを味わうことができたか」を視点として振り返らせる。
- 1 単位時間の終末の学習のまとめでは、練習で学んだ動きや自分たちのチームの作戦に合った動きができた児童を称賛する。

(3)「指導のねらい」と「指導する内容」を明確にした評価計画と指導の工夫

① 第5学年ネット型の例

時数		1	2	3	4	5	6	7	8
指導のねらい		運動の楽しさや喜びを味わうことができるようにする。					集団で学ぶ力を高めることができるようにする。		
指導する内容	技能	簡易化されたゲームで、チームの連係による攻撃や守備によって、攻防をすることができるようにする。							
	態度	運動に進んで取り組み、ルールを守り助け合って運動をしたり、場や用具の安全に気を配ったりすることができるようにする。							
	思考・判断	ルールを工夫したり、自分のチームの特徴に応じた作戦を立てたりすることができるようにする。							
運動への関心・意欲・態度		○	○						
運動についての思考・判断				○	○			○	
運動の技能						○	○		○
指導と評価の工夫		評価を重点化するとともに、「学習活動に即した評価規準」を学習における児童の具体的な姿をイメージして設定した。「おおむね満足できる状況」に達していないと認められない児童に対して教師の手立てを事前に考えておくようにした。 【第5時の学習に即した評価規準】 ・攻撃につなげやすい場所でパスを受けることができる。【運動の技能】（観察） 「おおむね満足できる状況」に達していない児童 教師の具体的な指導：パスを受ける位置を動きのよい児童を例に気付かせる。							

② 指導と評価の一体化を図るポイント

実際の授業場面で指導の充実を図るために、学習活動における具体的な児童の姿をあらかじめ想定した上で学びを見取るようにした。上記の表の例にあるように、「学習活動に即した評価規準」を設定し、評価規準に照らして「おおむね満足できる状況」に達していない児童に教師が手立てを講じるようにした。

<「第5学年ネット型 ソフトバレーボール」における評価の実際例（第5時間目）>

評価場面における指導	ゲーム	
学習活動に即した評価規準	攻撃につなげやすい場所でパスを受けることができる。	学習活動に即した評価規準は、単元計画にも位置付け、毎時間の評価の観点を重点化していくようにした。
「おおむね満足できる」状況に達していない児童の姿	声を出してパスを受けることはできている。	左に示しているように、第5時間目は技能を評価の重点として設定している。その際、学習活動に即した評価規準と児童の姿を照らし合わせ、「おおむね満足できる状況」に達していない児童に対しては、教師は具体的な指導を行う。
教師の具体的な指導	どこでパスを受けると、攻撃しやすいか、他の児童を例に気付かせ、実際に動いてパスを受けさせるようにする。	その際のポイントとして、教師が一方的に教えるだけではなく、児童に考えさせ、どのように動けばよいかを気付かせながら、指導していくことが大切である。

3 実践事例 第5学年 ネット型 「ソフトバレーボール」(3/8時)

(1) ねらい

【技能】 ボールを片手や両手で操作しながらネット型のゲームを行うことができるようにする。

【態度】 友達と助け合って運動に取り組むことができるようにする。

【思考・判断】 全員が楽しめるゲームを考えることができるようにする。

※本時は、思考・判断を主として評価する。

(2) 展 開

学習活動	指導のポイント	評価
1 本時の学習内容を知る。 2 チームの作戦・個人のめあてを確認する。 3 準備運動とゲームにつながる運動をする。 ・アタックゲーム 	○ 掲示資料をもとに学習内容の見通しをもたせる。 ○ 本時までに各チームの作戦や学習資料などをもとにして考えた個人のめあてを確認しておくようにする。	
4 ゲーム(1ゲーム目)に取り組む。 (6チーム・3コート使用・相互審判で行う) 5 全体での振り返りをする。 「全員が楽しめるゲームになっているかどうか振り返ろう。」 「こうしたら打ちやすいトスが上がっていたね。」 	○ ゲームの記録から児童のうまくできたところを広げるようにする。 ○ ゲーム中に、チームのよさを生かした攻撃が見られたときには称賛する。 ○ ゲーム中やゲーム後の振り返りでは、個人のめあてに応じた助言をする。 ○ 楽しめるルールが新たに加わった場合には、それを取り入れてゲーム2を行う。	 ☆ みんなが楽しくできそうなルールを選んでいる。 【思考・判断】 (観察・学習カード) ・学習課題やルールを掲示物で示し、ルールづくりの目的や学習のねらいを意識付ける。
6 ゲーム(2ゲーム目)に取り組む。 7 整理運動をする。 8 学習の振り返りをする。 ① チームのめあて→作戦 ② 友達からの評価→自己評価	○ チームのめあてや作戦を振り返ってから、個人のめあてを振り返るように指示する。 ○ チームのよかったところを発表させる。	

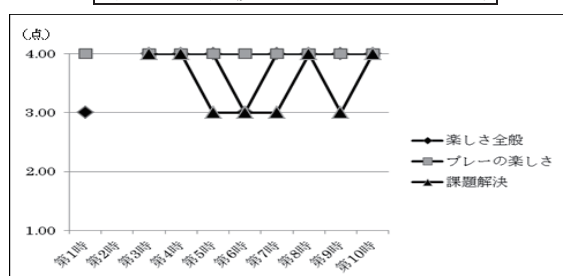
(2) 型のとらえ

		ゴール型	ネット型	ベースボール型
型の構造		- コート内で攻守が入り交じる。 - 手や足などを使って攻防を組み立てる。 - 一定時間内に得点を競い合う。	- ネットで区切られていて、自分のコート内には相手チームが存在しない。 - 相手のコートに一定の回数ボールを落とすことで、得点生まれる。 - 一定の得点に早く達することを競う。	- 攻守を規則的に交代し合い、一定の回数内で得点を競い合うゲーム。 「打つ」「投げる」「捕る」「走る」といったゲームを成立させるための技能の要素が多いゲーム。 - 攻撃は、1回打つごとに区切られる。
型の楽しさ		相手ゴールに向かってボールを前進させ、ゴールや得点ゾーンへボールを運び込んだり、それを防いだりする攻防をすること。	自陣のコートにきたボールを操作し、連係プレーによる攻撃から、相手が捕りにくいようなボールを打ち返す攻防をすること。	進塁し得点したり、進塁を防ぎ得点を与えないようにしたりする攻防をすること。
学習の重点		- 素早い攻防の切り替えでボール操作とボールを受けるための動きを身に付けること。 - 相手をかわしてボールを運ぶための戦術を学ぶこと。	- ボールを操作したり、素早く場所を移動したりするなど連係プレーを生かした守備や攻撃をすること。 - 守備から組み立て、攻撃までつなげるための戦術を学ぶこと。	- 進塁や得点を防ぐために、打者によって守備位置を変えて守り、打球を体の正面で捕球し、中継が必要な場合は中継へすばやく返球すること。 - 進塁し得点するために、守備のいないところをねらって打つことや、守備の間や頭上越える強い打球を打つこと。
簡易化されたゲーム	簡易化のポイント	【バスケットボールの例】 - チームのプレーヤー数を減らすことで、ボール操作の状況判断をしやすくしたり、得点するためのチームの作戦を成功しやすくしたりする。 - 攻撃側にとって有利な状況をつくり出すために、守備側のプレーを制限する。 - 実態に応じてボール操作のしやすいボールを使用する。	【ソフトバレーボールの例】 - 単元のはじめに1、2球目はボールをキャッチして、正確に攻撃を組み立てやすくしたり、どこに移動したらよいか考えやすいようにしたりする。 - チームの人数を少なくすることで、ボール操作やボールを持たないときの動きをする機会が増える。 - チームの人数を少なくすることで、一人一人の役割が明確になる。	【ティールボールの例】 - 運び込む目標であるアウトゾーンのサークルが一つのため、守備隊形が作りやすく作戦も立てやすい。 - 守備側の状況判断が難しいのでアウトにする方法をわかりやすくする。 - 攻撃側の状況判断が難しいので残塁をなしにする。
	はじめのルールの設定例	- 人数は3人対3人 - ゲームは時間制（1ゲーム6分） - 得点が入ったらゴール下から相手ボールでスタートする。 - 守備側は攻撃側がドリブルしている状態、ボールを持った状態でボールを奪取することはできない。 - トラベリングやダブルドリブルはできない。 - シュートはリングに当たったら1点、ネットを通ったら2点とする。	- 人数は4人対4人 - ゲームは時間制（1ゲーム6分） - ボールを落としたら相手チームに1点が入る。 - 得点ごとに交互にサービスを投げ入れる。 - 得点をとったチームがサービスを打つ。 - 得点が入ったら時計回りにローテーションする。 - 相手コートに返球するときはボールをはじく。	- 人数は6人対6人 - ゲームは回数制（1ゲーム2回、全員打ったら攻守交替） 1塁まで行ったら1点、2塁まで行ったら2点という得点方式とする。 - アウトになるまで次の塁へ走り続けることができる。 - 守備がボールを持ってアウトゾーン内に入ればアウトとする。 - アウトゾーンは1か所のみとする。

(3) 研究仮説の検証

① 児童による授業評価アンケートの結果から

(グラフ1) 検証対象児 A さんの結果

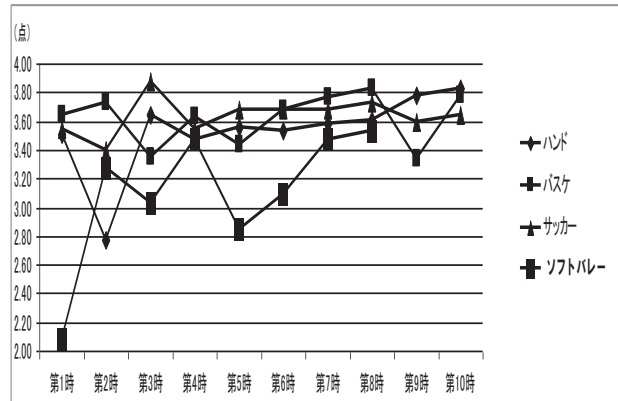


授業後に毎時間、4段階の授業評価アンケートを実施した。

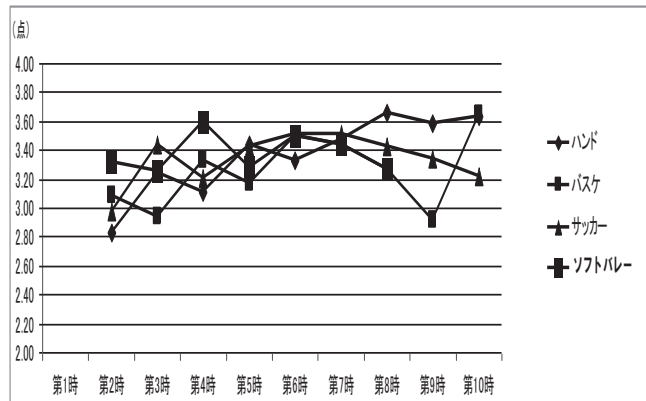
グラフ1に示したAさん（本校6年生児童）の授業評価アンケートでは、単元の最初から楽しさを十分に味わえていることが分かる。

課題解決の項目から、単元後半では満足いく結果を十分には得ることができない時間で得られた課題を、次の時間に解決することができたことが数値の上昇から分かる。

(グラフ2) 実証授業実施4学級の児童全体の「楽しさ」に関する結果



(グラフ3) 実証授業実施4学級の児童全体の「達成感」に関する結果



学級全体(グラフ2)で見ると、ゲームの勝敗やルールの変更などによって楽しさの感じ方に変化が見られるものの、単元後半では十分に楽しさを味わえている。

グラフ3は児童がめあてを達成できたかを表したもので、めあては達成する度に難易度が上がることに加え、技能がより難しいものになることがある中、4点満点で3点前後の高い数値を示している。

② 学習カードの記述から

<6年サッカー 赤黒チームの学習カード記述>

時	第7時	第8時	第9時
赤黒チーム 作戦	攻守の切り替えをしっかりと「ゴール」「バック」という声をかける	サイドに回ってシュートする	シュートを打っていない人を中心に攻める
ゲーム結果	青黒0-1 3-1	白色0-0 1-0	水色0-1 2-2

<検証対象児Aさんの学習カード記述>

Aさんのめあて	攻守の切り替えをしっかりと冷静にプレイする	ロングパスをし、シュートをたくさんする	サイドスペースをうまく利用する
他者評価	積極的にできた	次も頑張ろう	よくスペースを使っていたよ。点も決められて大活躍だね
自己評価	めあてを完璧にできたと思った。今度はもっとロングパスをし、シュートをたくさんしたい	一応ロングパスをし、してもらったためシュートを入れられた。次はもっとサイドスペースをうまく使いたい	サイドをうまく使い、1点決められることができてよかった。今度はもっとドリブルのテクニックを上げたい

左の表は、サッカーの授業における観察対象チームの作戦とゲームの結果、検証対象児童の学習カードの記述を抜き出したものである。自己評価の仕方や作戦の立て方を指導していくことで、チームの作戦に合わせて個人のめあてを考えたり、自分の学習を振り返って次時のめあてを考えたりできるようになっていくことが分かる。

5 研究のまとめ

(1) 成果

- 「型に応じた楽しさや喜びを味わわせる授業づくり」について

課題解決を図る指導のポイントを生かして指導したり、学習資料をもとに自己評価やめあてに関する指導を行ったりしたことで、児童が自分の動きやチームの動きを考え、よりよくしようとする活動が見られるようになった。同時に、プレーの楽しさを味わわせることができた。

- 「児童一人一人が主体的に課題解決をしていく学習を積み重ね」及び「集団で学ぶ力を高める」について

チームの作戦に合わせて、個人個人のめあてを考えさせたり、自分の学習を振り返らせたりする指導を行うことで、学習の中で一人一人の課題解決を図る力やコミュニケーション能力といった集団で学ぶ力を高めることができた。

(2) 課題

- 指導と評価の一体化を図るため、児童一人一人の学びをより深く見とるための方策を講じる。
- 児童の実態に応じて、簡易化されたゲームを考えたり、さらに学習資料を精選したりする必要がある。

第4分科会

研究主題

運動の楽しさや喜びを味わい、意欲的に
実践する力を身に付ける体づくり運動の学習

くろもん
台東区立黒門小学校

日程

9:00 9:30 10:15 10:25 10:45 10:55 11:40 13:00 13:10 14:00 14:50 15:00

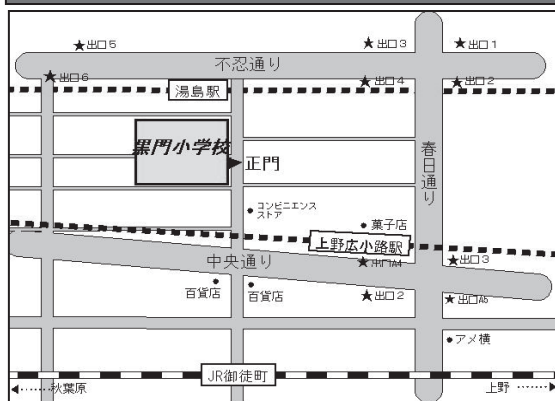
受付	公開授業①	移動	体育的活動	移動	公開授業②	昼食	開会	研究発表	研究協議	指導助言	閉会
----	-------	----	-------	----	-------	----	----	------	------	------	----

体育的活動…体育科の学習時間以外の業間時等における体力の向上及び心身の健康の保持増進を目指す運動遊び

公開授業案内

		授 業		場 所
公開授業①	1年2組	体づくり運動	「多様な動きをつくる運動遊び」	校 庭
	3年1組	体づくり運動	「多様な動きをつくる運動」	校 庭
	5年1組	体づくり運動	「体力を高める運動」	太陽広場
	6年1組	体づくり運動	「体力を高める運動」	体育館
公開授業②	2年1組	体づくり運動	「多様な動きをつくる運動遊び」	校 庭
	4年2組	体づくり運動	「多様な動きをつくる運動」	校 庭
	5年2組	体づくり運動	「体力を高める運動」	体育館
	6年2組	体づくり運動	「体力を高める運動」	太陽広場

学校所在地



交通機関

JR各線	上野駅	徒歩10分
	御徒町駅	徒歩5分
地下鉄銀座線	上野広小路駅	徒歩2分
地下鉄千代田線	湯島駅	徒歩2分
地下鉄日比谷線	仲御徒町	徒歩2分
地下鉄大江戸線	上野御徒町	徒歩2分
京成線	京成上野駅	徒歩7分
※ 全体会場「両国国技館」より約15分		

台東区立黒門小学校



所在地 : 〒110-0005 東京都台東区上野 1-16-20
H P : “台東区立黒門小学校”で検索して下さい。
T E L : 03(3831)6039
F A X : 03(3839)5053
学校長 : 千 木 良 康 志
児童数 : 340名

◎学校教育目標

- ・やさしい子
- ・たくましい子
- ・考える子

◎特色

創立以来103年を迎えた黒門小学校は、江戸時代に徳川家の菩提寺であった寛永寺の総門である「黒門」に由来している。昭和5年に建設された美しいアーチを連続させた校舎は、関東大震災復興のシンボルとして地域の方々が支え続けてきた。第二次世界大戦末期の東京大空襲の際も「自分の家を焼いても学校は焼くな」と必死で学校を守り、戦後、疎開先から上野駅に降り立った子供たちが一面の焼け野原に建つ懐かしい学舎を見て大きな喜びと勇気が湧いてきたという話は今も語り継がれている。

台東区立黒門小学校

1 研究の構想

(1) 研究主題

運動の楽しさや喜びを味わい、意欲的に実践する力を身に付ける体づくり運動の学習
～体力を高める運動を中心として～

(2) 主題設定の理由

生涯にわたる豊かなスポーツライフの実現に向けた学校体育の役割が明確になるとともに、各種運動の基礎となる体力の低下が課題となっている。東京都においても、全体として児童・生徒の体力・運動能力は全国平均値との比較ではやや上昇傾向にあるものの、運動を行う者と行わない者との二極化、一つの運動のみを行うといった偏り傾向は依然として問題とされている。

「体づくり運動」の学習は、体を動かす楽しさや心地よさを味わい、健康の保持増進や体力の向上を図ることをねらいとしている。「体ほぐしの運動」では、運動することを通して体への気付きや調整、仲間との交流を図りながら「生涯にわたって運動に親しむ資質や能力」を育てるための基礎となる「楽しさや喜び」を十分に味わわせることが必要である。また、「体力を高める運動」では、児童一人一人が運動をするために必要な体力の要素、体力を高める必要性や高め方を理解し、課題解決を図る学習を進めていくことで体力向上を目指し、意欲的に運動を実践する能力の習得を目指している。全体主題・校種別主題を受け、体づくり運動の特性を踏まえた上で本主題を設定した。

(3) 研究仮説

自ら進んで体づくり運動に取り組み、その特性にふれる楽しさを味わうことで体力が高まるとともに、運動の日常化や習慣化等の生涯にわたって意欲的に運動を実践する力を身に付けることができるであろう。

(4) 研究内容

- ① 発達の段階を大切にした系統的・弾力的な単元の全体計画
 - 第5, 6学年の体づくり運動領域の例
 - 2年間を見通した単元配列の考え方
- ② 児童が進んで取り組み、課題解決を図る単元計画
 - 「思考力・判断力」を育てる授業展開
 - 体力の要素や高める必要性が理解できる「全体オリエンテーション」
 - 運動の価値や自己の体力を把握し、高め方を理解する「運動オリエンテーション」
 - 四つの体力要素に応じた「動きの工夫の視点」
 - 「自己の体力に応じた運動を選択する」授業展開
- ③ 「指導のねらい」と「指導する内容」を明確にした評価計画と指導の工夫
 - 学習活動に即した評価
 - 児童が動きの高まりを体感する評価

2 研究内容

(1) 発達の段階を大切にした系統的・弾力的な単元の全体計画

① 第5・6学年の体づくり運動領域の例 ()は時間数

学期	1 学期	2 学期/ 3 学期
第5学年	○体ほぐしの運動(2) ○体力を高める運動(4) ・体の柔らかさを高めるための運動 ・巧みな動きを高めるための運動	○体力を高める運動(6) ・体の柔らかさを高めるための運動 ・巧みな動きを高めるための運動
第6学年	○体ほぐしの運動(2) ○体力を高める運動(5) ・体の柔らかさを高めるための運動 ・巧みな動きを高めるための運動 ・力強い動きを高めるための運動	○体力を高める運動(5) ・体の柔らかさを高めるための運動 ・動きを持続する能力を高めるための運動 ・巧みな動きを高めるための運動(選択)

② 2年間を見通した単元配列の考え方

第5学年、第6学年共に2期に分けて配列する。これは、体力の高まりの実感や運動への継続的な取り組み、日常化をねらいとしたものである。各学年全12時間とし、体ほぐしの運動に2時間、体力を高める運動に10時間取り組む。

体ほぐしの運動については1単位時間の中で一人から小グループへ、学級全体へと関わりを広げながら「体への気付き・調整・交流」をねらいとした運動に2時間取り組む。運動の特性から学級づくりをねらいとし、各学年の初めに行うことも考えられる。体ほぐしの運動のまとめでは「運動することの効果」について触れ、次時からの体力を高める運動につなげていく。

四つの体力のうち、「体の柔らかさ及び巧みな動きを高めるための運動」については高学年の発達の段階を考慮し、重点を置いて指導する。また、「体の柔らかさを高めるための運動」については第5学年、第6学年共に単元を通したモジュールで扱う。

体力を高める運動では、運動に取り組む意欲を引き出し、体力についての知的理解を促すために単元のはじめに「全体オリエンテーション」を行う。(第6学年の第1時でも簡単に内容を振り返る)ここでは体力とは何か、体力を高める適時性について理解できるようにする。

全ての運動を行う前に自己の体力を知り、運動のもつ価値を理解できるよう「運動オリエンテーション」を行う。児童が高めたい「四つの体力」と「運動内容」とのつながり、運動内容と運動を構成する「動き」とのつながりを体感しながら学べるようにしていく。

第5学年では、「巧みな動きを高めるための運動」として2時間ずつ五つの運動を扱う。運動オリエンテーションで運動内容、方法を理解した後、動きのポイントを発見しながらそれぞれの運動に取り組んでいく。自己の体力に応じて運動の行い方を工夫したり、運動を選んだりすることができるようにする。

第6学年の学習では、単元の前半で「巧みな動きを高めるための運動」の行い方について復習した後、2期に分けた前半に「力強い動きを高めるための運動」を、後半に「動きを持続する能力を高めるための運動」も加えていく。第5学年と同様に「体の柔らかさを高めるための運動」については1単位時間の中での効果や運動の日常化、高まりの体感の仕方を考慮に入れ、単元を通した帯で扱う。また「動きを持続する能力を高めるための運動」についても同様のねらいをもち、5時間の帯で扱うこととする。第6学年の単元の後半では、自己の体力に応じて運動内容や工夫した動きを選択して取り組むようにする。

(2) 児童が進んで運動に取り組み、課題解決を図る単元計画

① 第5学年の例

時	1・2	3～6				9～12					
	体ほぐしの運動	体力を高める運動				体力を高める運動					
学 習 活 動	1 学習のめあての確認 2 準備運動 3 体ほぐしの運動 4 整理運動 5 学習の振り返り	1 学習のめあての確認 2 準備運動 3 体の柔らかさを高めるための運動 4 全体オリエンテーション(全OT)(第3時のみ) 5 運動オリエンテーション(運OT) 6 巧みな動きを高めるための運動 7 整理運動 8 学習の振り返り				1 学習のめあての確認 2 準備運動 3 体の柔らかさを高めるための運動 4 運動オリエンテーション 5 巧みな動きを高めるための運動 6 整理運動 7 学習の振り返り					
		第3時	第4時	第5時	第6時	第7時	第8時	第9時	第10時	第11時	第12時
		全OT 運OT 長なわ	長なわ から選 択	運OT 短なわ	短なわ から選 択	運OT ボール	ボール から選 択	運OT バンプ	バンプ ーから 選択	運OT ケンス テップ	ケンス テップ から選 択

② 課題解決を図る指導のポイントと流れ

- 「体の柔らかさを高めるための運動」は、運動の行い方を知り、継続して取り組む中で高まりを体感することができるよう、単元を通したモジュールで扱う。第5学年では「魔法のストレッチ」という主に足関節及び股関節の可動範囲を徐々に広げていく効果をもつ運動に取り組む。体育館の板目を利用し、明確な目標設定をした上で、毎回数値的な伸びを確かめ高まりを体感できるようにする。「呼吸をし続ける」「伸ばす部位を意識する」などの動きのポイントについては児童の気付きを促しながら引き出し、全体で共有できるようにする。常にポイントを意識して運動できるよう声をかけながら行わせる。
- 単元の導入時に行う全体オリエンテーションでは「体力とは何か」「体力を高める適時性」を知る。オリエンテーションソフトや紙芝居を活用し、体ほぐしの運動の振り返りで学んだ「運動することの効果」から「体の効果」に着目して課題を明確にする。体力を高める必要性を理解するとともに高めていく意欲を引き出すことができるようにする。
- 運動オリエンテーションでは自己の体力を知り、体を動かしながら「運動のもつ価値」を体感できるようにする。体の動かし方や部位に着目して、四つの体力要素のうち何をねらいとしたものなのかを明確に理解できるようにする。また、運動内容と巧みな動きを構成する(タイミング・リズム・バランス・力の調整)とのつながりを体感しながら学べるようにする。また、もともになる動きに正確に取り組む必要性や自己の体力を知る機会とする。
- 巧みな動きを高めるための運動「タイミング、バランス、リズム、力の調整」に視点をあてた様々な運動に取り組む、動きの質を高めていく。もともになる動きに取り組む⇒ポイントを発見して取り組む⇒動きができるようになる⇒動きを工夫する⇒新しい動きに取り組む⇒ポイントを発見して取り組むという一連の学びの流れを児童が理解しながら取り組めるようにしていく。動きの質を高めていくことが、量の獲得につながることを伝え、めあてをもって取り組めるようにしていく。
- 1単位時間の中でポイントを発見した児童の動きを取り上げたり、工夫した動きを全体で共有したりする中で学び合いの場面を確保し、相互評価が行えるようにする。授業の終わりにはめあてとした動きができたか、ポイントを発見することができたか、動きを工夫することができたか、安全に気を付けて運動することができたかなど、評価の観点に沿って振り返りを行うことができるようにする。

(3)「指導のねらい」と「指導する内容」を明確にした評価計画と指導の工夫

① 第5学年の例

時数	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
指導のねらい	体ほぐしの運動のねらいを知り、運動を行うことができる。		☐ 体力を高める運動のねらいや行い方を知り、動きのポイントを見付けて運動することができるようにする。 ☐ 自己の体力に応じて、体の柔らかさ及び巧みな動きを高めるための運動に工夫して取り組むことができるようにする。									
指導する内容	体への気付き、体の調整、仲間との交流を図るための運動を行う。		☐ ねらいに応じて、体の柔らかさ及び巧みな動きを高めるための運動、力強い動き及び動きを持続する能力を高めるための運動を行う。 ☐ 運動に進んで取り組み、助け合って運動をしたり、場や用具の安全に気を配ったりすることができるようにする。 ☐ 自己の体力に応じて、運動の行い方を工夫できるようにする。									
運動への関心・意欲・態度	☐		☐					☐	☐		☐	
運動についての思考・判断		☐			☐	☐	☐			☐		
運動の技能				☐								☐
指導と評価の工夫	☐ ポイントが動きに現れているのかを観察し、評価する。(観察) ☐ 学び合いの場面及び学習カードでポイントを発見したり、発見したポイントを教え合ったりしているのかを評価する。(観察・発言・学習カード) ☐ 学び合いを活発にし、どの児童もポイントに気付くことができるようにする。(観察・発言・学習カード)											

② 指導と評価の一体化を図るポイント

○指導内容の明確化

- ・全体オリエンテーションや運動オリエンテーションを通して課題を明確につかませ、単元全体のためあてや毎時間のめあてをはっきりともって学習を進めていくことができるようにする。
- ・「巧みな動きを高めるための運動」では、動きの工夫や質の高まりが見取りやすい運動を扱うとともに、工夫するための視点を明らかにして児童に示す。

○指導法の工夫

- ・児童が動きを正確に見取り、動きのポイントを生かして運動しているのかを助言したり、動き方の工夫について認め合ったり、回数や距離などの変化を正確に測定したりすることができるような学び合いの場面を設定する。
- ・「どうすれば動きができるようになるのか。動きがなめらかになるのか」そのポイントを見付けるよう助言する。
- ・共有したポイントに取り組むよう、全体に声をかける。
- ・学習資料をもとに明確なめあてをもたせ、教師がねらっている動きを引き出せるよう助言する。

○到達度の把握

- ・体力を高める学習の流れを五つの評価場面に分けて考え、評価の観点を明確にする。
- ・「規準に達している児童の姿」「規準に達していない児童の姿」を見取り、「規準に達していない児童」への具体的な指導法を明らかにしていく。
- ・計画的・効果的に指導を行うため、「評価規準」や「指導と評価の計画」に照らし合わせ、評価場面を重点化して評価する。

○授業の改善

- ・運動への取り組みやポイント発見、動きの工夫場面における「努力を要する児童」に対する手立てを明らかにし、運動内容に応じて動きの質を高める具体的な言葉かけを工夫する。
- ・実態に応じて指導計画、1単位時間の展開、運動の配列については変化させる。

3 実践事例 第5学年「体力を高める運動」(9/12時)

(1) ねらい

【運動】巧みな動きを高めるための運動に取り組み、体力を高めることができる。

【態度】約束を守り、仲間と助け合って運動しようとしている。

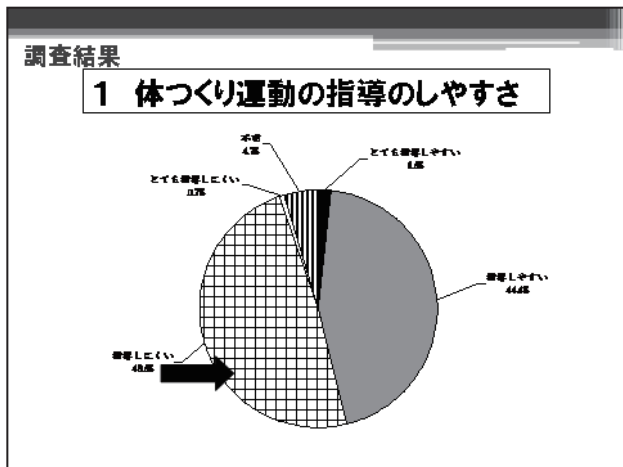
【思考・判断】体力を高める運動のねらいや行い方を知り、動きのポイントを見付けている。

(2) 展開

学習活動	指導のポイント	評価
1 本時のめあてを確認する。		
ポイントを見付けながら運動して、体力を高めよう。		
2 準備運動をする。	○ 学習の流れを掲示しておき、児童が主体的に学習に取り組めるようにする。	
3 体の柔らかさを高めるための運動を行う。		
魔法のストレッチを行い、体の柔らかさを高めよう。		
・魔法のストレッチを行う。	○ 体のどこの部分を伸ばしているのかを意識できるように声をかける。	
4 運動オリエンテーションを行う。		
バンブーステップの巧みな動きの要素を知ろう。		
・バンブーステップのもとになる動きに取り組む。 ・バンブーステップを行うことで、巧みな動きを高めることができることを理解する。	○ 巧みな動きの要素が理解できるよう、三つの場面に分けて伝える。	
5 巧みな動きを高めるための運動に取り組む。		
バンブーステップのポイントを見付けながら運動しよう。		
・ポイントを見付けながらもとになる動きに取り組む。	○ 運動に繰り返し取り組んだり体の部位に着目したりすることで、児童がポイントを言語化できるようにする。	☆ 動きのポイントを見付けながら、もとになる動きに取り組んでいる。 (思考・判断：観察・発言)
バンブーステップの動きを工夫しよう。		
・グループごとに動きを工夫して運動に取り組む。 ・ポイントを見付けながら、工夫した動きに取り組む。	○ これまで行った三つの工夫の視点(姿勢、方向・移動、人・用具)を重視して指導する。	○ 工夫の仕方を理解して動きを工夫し、動きのポイントを見付けながら運動に取り組んでいる。 (思考・判断：観察・発言)
6 整理運動を行う。		
7 学習の振り返りを行う。 ・学習カードに記入する。	○ バンブーステップで巧みな動きを高められることをおさえ、どのようにしていけば体力が高まっていくのかを確認する。	○ 巧みな動きを高めるための運動のねらいや行い方を知り、動きのポイントを見付けている。(思考・判断：観察・発言・学習カード)

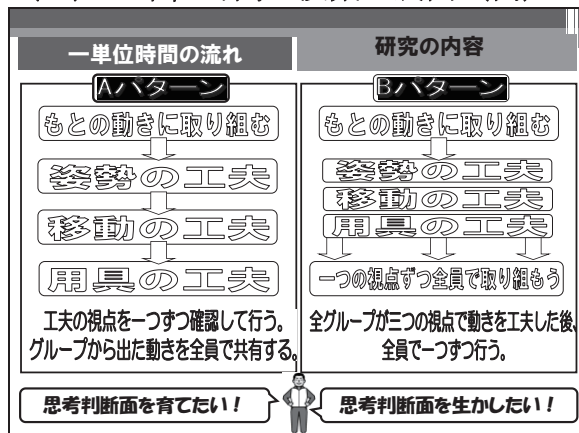
4 実践の記録

(1) 平成 24 年 7 月 都内小学校教員 287 名対象「体づくり運動に関する意識調査」結果
(協力：山梨大学 中村和彦教授・中村研究室)

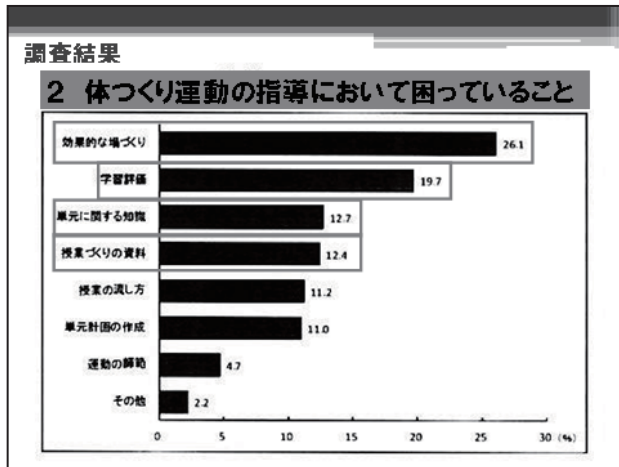
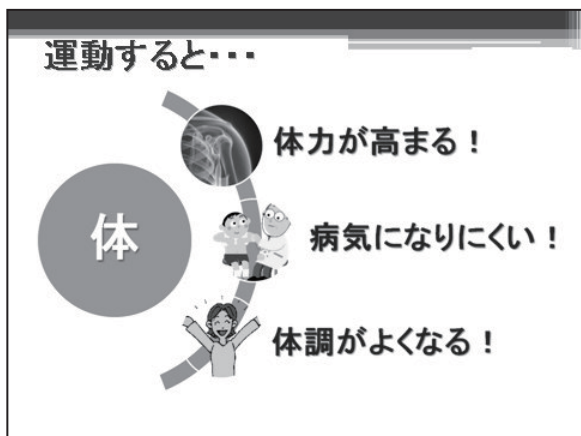


「1 体づくり運動の指導のしやすさ」については、48.6%と約半数の教員が「指導しにくい」と答えている。指導のしにくさの原因を追究し、更に具体的な手立てを示すことを研究の内容とした。

(2) 1 単位時間の授業の展開 (例)



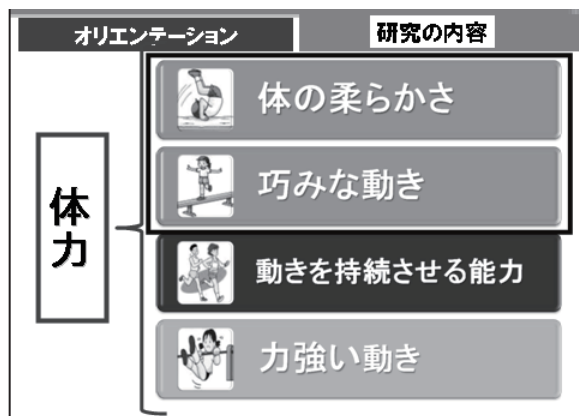
(3) オリエンテーション資料



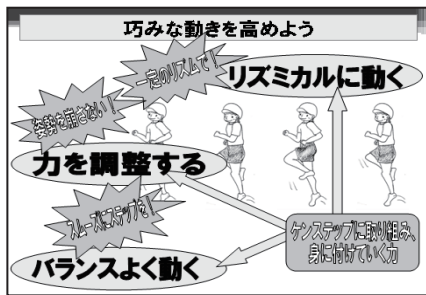
「2 体づくり運動の指導において困っていること」については、指導のしやすさしにくさに関わらず、「効果的な場づくり」が最も多く、「学習評価」「単元に関する知識」「授業づくりの資料」と続いている。2年間を見通した単元計画や、指導内容を明らかにした1単位時間の展開、学びに即した評価の計画などを示していく必要があると捉えた。

「Aパターン」は姿勢、方向・移動、人数・用具の視点を一つずつ与え、その中の動きを共有していく展開。この展開は一つずつ動きの工夫に取り組むため、視点がずれることはない。またポイントも共有しやすく、丁寧に取り組むことができる。

「Bパターン」はもとの動きに取り組んだ後、三つの工夫の視点の中からグループごとに自由に工夫できるようにする。その後、現れた動きを全体で共有するといった流れ。児童の思考力・判断力も高まり、意欲的に取り組む姿が期待できる。



(4) 運動オリエンテーション資料



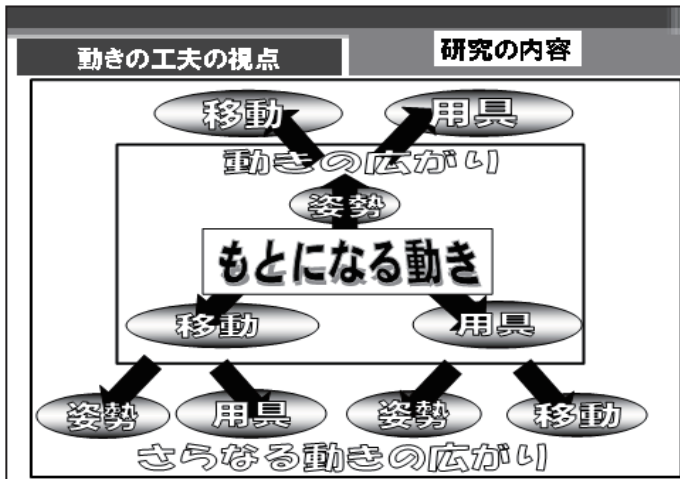
運動オリエンテーションで使用する図

すぐに示すのではなく、各運動のもとになる動きに取り組んだ後、児童の意見を引き出しながらまとめていく。

パワーポイントや紙芝居で示した後、他の運動内容とのつながりやポイントを見付けるヒントとするため、単元の終わりまで掲示しておけるようにした。

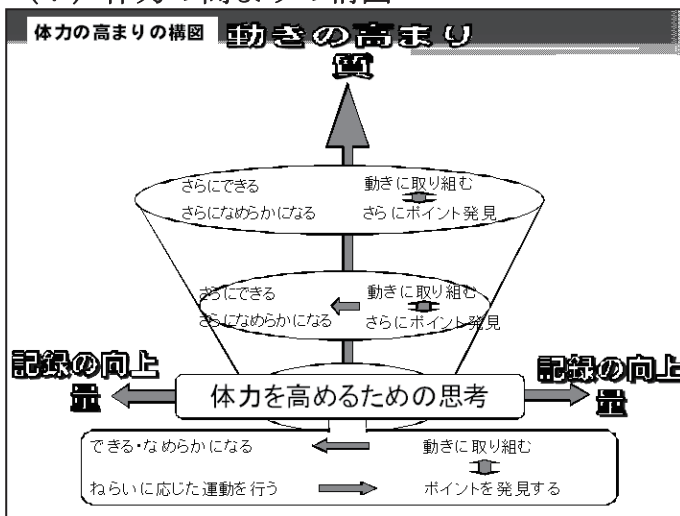


(5) 動きの工夫の視点



動きを工夫するとは、もとになる動きからどのような視点で動きが広がっていくのかを示した図。

(7) 体力の高まりの構図



体力を高める運動における児童の思考の流れと体力の高まりを示した図。

魔法のストレッチで使用するカード。一つ一つの動きを正確に行うことができるよう、教師が示範しながら進めていく。

(6) 教師用動きの工夫カード



動きの工夫の仕方は質的な視点を与えて児童から動きを引き出す。教師の声かけや児童へのヒントカードとして準備した。

5 研究のまとめ

(1) 成果

- 運動オリエンテーションを行うことで、児童はそれぞれの運動の構造や運動によって高めることができる体力について理解してから学ぶことができた。
- 動きの質の高まりを重視し、工夫の視点を児童に明確に示したことで、体力の高まりの構図に沿った学習に意欲的に取り組むことができた。
- 第5学年前半では1単位時間の中で一つの運動を扱い、ポイント発見をしながら運動に取り組むことを共通のめあてとしたことで、児童の思考力・判断力の高まりが見られた。
- 評価の重点化を図り、1単位時間における五つの評価場面を設定し、具体的な児童の姿を明らかにしたことで、指導と評価をつなげることができた。



1月 7日(水)も時間目 体力を高める運動(走らなくてOK!)

今日の成果
ポイントを見つけたから選手机、体力を高めよう。

進んで運動した。	😊😊😊😊😊😊
動きのポイントを見つけた。	😊😊😊😊😊😊
ねうりに合った動きができた。	😊😊😊😊😊😊

説明かえり

ボールをキックするとき足をまけるとい
うばいをして意識してやめたから成
功率が上がったので良かった。



また足の力があつたから足ないうちで蹴ると
力強い感じが来たということなのでいい
です。ポイント→練習→新しい決→ポイント
をつくり返して、どんどん体力を高めました。

(2) 課題

- それぞれの運動内容におけるもとになる動きが適切かどうか、また質的な高まりがどの程度見られたのかを検証していく必要がある。
- 第5学年及び第6学年の単元計画の組み方、運動の配列の仕方については授業を実践していく中で比較・検証していく必要がある。

第5分科会

研究主題

楽しく活動し、よりよい動きを身に付ける 体づくり運動の学習

あまぬま
杉並区立天沼小学校

日程

9:00 9:30 9:45 10:05 10:50 11:05 11:50 13:00 13:10 14:00 14:50 15:00

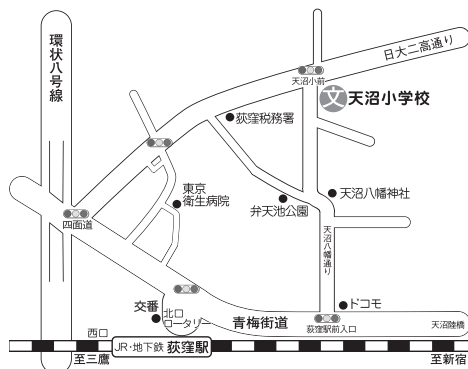
受付	体育的活動	移動	公開授業①	移動	公開授業②	昼食	開会	研究発表	研究協議	指導助言	閉会
----	-------	----	-------	----	-------	----	----	------	------	------	----

体育的活動…体育科の学習時間以外の業間時等における体力の向上及び心身の健康の保持増進を目指す運動遊び

公開授業案内

	授業	場所
公開授業①	3年1組 体育「体づくり運動」	グラウンド
	3年3組 体育「体づくり運動」	アリーナ
	6年1組 保健「病気の予防」	教室
公開授業②	4年1組 体育「体づくり運動」	アリーナ
	4年2組 体育「体づくり運動」	グラウンド
	6年2組 保健「病気の予防」	教室

学校所在地



交通機関

羽田空港

- ①東京モノレール「浜松町駅」下車 ⇒ 山手線「東京駅」下車 ⇒ 中央線「荻窪駅」下車
 ②京浜急行線「京浜急行 品川駅」下車 ⇒ 山手線「新宿駅」下車 ⇒ 中央線「荻窪駅」下車

新幹線

新幹線「東京駅」下車 ⇒ 中央線「荻窪駅」下車

最寄駅より

JR中央線・総武線「荻窪駅」北口より
 地下鉄丸ノ内線「荻窪駅」北口より
 徒歩12分

バス：荻窪駅北口③番乗場 所要時間約5分
 「中村橋」「白鷺一丁目」「阿佐ヶ谷営業所」「練馬」行き 天沼小学校前 すぐ

杉並区立天沼小学校



所在地 : 〒167-0032 東京都杉並区天沼 2-46-3
H P : <http://www.suginami-school.ed.jp/amanumashou/>
T E L : 03(3392)6428
F A X : 03(3393)7561
学校長 : 福田 晴一
児童数 : 488 名

◎学校教育目標

- ・よく考える子
- ・思いやりのある子
- ・たくましい子

◎特色

区初の統合校として平成20年4月1日開校。

コミュニティスクール（地域運営学校）としての学校運営を基調に、あまぬまワンダラーズ（学校支援本部）の絶大なる支援のもと、読書活動、日本の伝統・文化理解教育、キャリア教育といった特色ある教育活動に創造的に取り組んでいる。また、平成23年1月に完成した新校舎は、児童の多様な教育活動をサポートするスペースや ICT 環境はもとより、循環システムの空調や緑化といったエコ機能、地域住民の様々な利用にこたえる開放施設等々、魅力満載の学習拠点となっている。近隣の天沼中学校・杵掛小学校と連携した研究を深めるとともに、今年度は新たに近隣幼稚園・保育園との連携事業も始めている。

杉並区立天沼小学校

1 研究の構想

(1) 研究主題

楽しく活動し、よりよい動きを身に付ける体づくり運動の学習

(2) 主題設定の理由

現在、児童を取り巻く環境は大きく変化し、便利な生活の中で体力の低下や体の危機が問題とされ続けている。全国的な調査の実態からも「学校の体育の授業以外では運動や外遊びはほとんどしない。」という児童が、学年が上がるごとに増加していることが分かっている。

昨年度の本校の実態調査では、休み時間はボールを使った遊びが多く、男子が中心である。また、室内遊びを好む児童が1割程いる。放課後は、習い事以外の時間は、室内でテレビゲームやカードゲームをしている児童が多い。

「体づくり運動」は、様々な運動の基礎となる運動である。運動の機会が不足している社会的な背景を考えると、他の領域で扱いにくい様々な基本的な動きを身に付けることは、重要なことである。低学年では、動きを経験することを中心に学習し、中学年ではよりよい動きを身に付けることをめざして学習する。

生涯にわたって運動に親しむ資質や能力の基礎を培うために、児童が主体的に運動を楽しむ中で多くの動きを身に付けることが必要であると考え本主題を設定した。

(3) 研究仮説

発達の段階に応じた指導を充実し、自分の力に合った課題に取り組む中での指導と評価の充実を図れば、生涯にわたって運動に親しむ資質や能力の基礎を身に付けることができるであろう。

(4) 研究内容

① 発達段階を大切にした系統的・弾力的な単元の全体計画

○第3・4学年の体づくり運動の例

○2年間を見通した単元配列の考え方

② 児童が進んで運動に取り組み、課題解決を図る単元計画

○第3学年3学期の単元計画の例

○課題解決を図る指導のポイント

③ 「指導のねらい」と「指導する内容」を明確にした評価計画と指導の工夫

○第4学年の評価計画と指導の工夫の例

○指導と評価の一体化を図るポイント

2 研究内容

(1) 発達の段階を大切にした系統的・弾力的な単元の全体計画

① 第3・4学年の体づくり運動の例

学期	1 学期	2 学期	3 学期
第 3 学 年	○体ほぐしの運動 ○多様な動きをつくる運動 ・体を移動する運動 ・用具を操作する運動 (一輪車・竹馬)	○多様な動きをつくる運動 ・体のバランスをとる運動 ・力試しの運動 ・用具を操作する運動 (G ボール) ・基本的な動きを組み合わせる運動 ＜用具を操作しながら移動する＞ (ボール) (輪)	○多様な動きをつくる運動 ・基本的な動きを組み合わせる運動 ＜バランスをとりながら移動する＞ ・用具を操作する運動 ・基本的な動きを組み合わせる運動 ＜用具を操作しながら移動する＞ (なわ)
第 4 学 年	○体ほぐしの運動 ○多様な動きをつくる運動 ・力試しの運動 ・用具を操作する運動	○多様な動きをつくる運動 ・基本的な動きを組み合わせる運動 ＜バランスをとりながら移動する＞ ＜用具を操作しながら移動する＞ (ボール) (輪)	○多様な動きをつくる運動 ・基本的な動きを組み合わせる運動 ＜用具を操作しながら移動する＞ (なわ) ＜今までの組み合わせから選ぶ＞

② 2年間を見通した単元配列の考え方

＜多様な動きをつくる運動＞

○第3学年

・3年生では、基本的な動きを組み合わせる運動がスムーズにできるようになるために、運動のポイントを丁寧に示しながら行う。

○第4学年

・「姿勢・移動」の視点をもとに、工夫の時間を十分確保して運動を行う。
・「組み合わせ」の時間を第3学年よりもさらに多く確保する。
・よりよい動きをめざすための時間を十分に確保する。
・児童の工夫が広がりやすく、様々な動きの要素が含まれている運動には多くの時間をかけるようにする。(例：用具「ボール、輪、短なわ、長なわ」を操作しながら移動する運動)

○体ほぐしの運動

・学年の初めに設定し、みんなで関わり合う楽しさを味わわせる。
・45分を「体ほぐしの運動」に充て、「気付き・調整・交流」のねらいに迫ることができるようにする。

＜その他＞

○日常化をねらった単元配列

・第3、4学年ともに、年度の初めである1学期に「竹馬」や「一輪車」を操作する運動を設定することにより、一年間の休み時間や放課後、体育的活動の時間に親しむことができるようにする。
・「なわ」は各校のなわとび月間などの取組が3学期に多いことを考え、3学期に配置した。授業と休み時間等の取組がタイアップすることで、日常化への意欲が増すと考えた。

○第5・6学年へのつながり

・中学年で、工夫の視点（「姿勢」や「移動」の工夫）を児童に提示して組み合わせの運動を行う時間を、第4学年後半に向けて少しずつ多くする。工夫の視点は、よい動きを教師が紹介することで学ばせていく。その後、自分たちの工夫により、よい動きの種類が増えていけば、高学年の「体力を高める運動」の思考・判断の学習にもつながると考えた。

(2) 児童が進んで運動に取り組み、課題解決を図る単元計画

① 第4学年2学期の例

1～4 (時数)	5～10 (時数)
基本的な動きを組み合わせる運動 「バランスをとりながら移動する」 基本的な動きを組み合わせる運動 「ボールを操作しながら移動する」	基本的な動きを組み合わせる運動 「バランスをとりながら移動する」 基本的な動きを組み合わせる運動 「輪を操作しながら移動する」
知る段階 「おすすめの動き」 (全員に経験させたい動き)に取り組み、動きができるようにする。 運動のポイントを知り、「姿勢」「移動」などの視点で楽しむ方法も知ることができるようにする。 工夫する段階 視点(「姿勢」の工夫、「移動」の工夫)をもとに動きを工夫する。 児童が組み合わせの運動の中から場を選んで取り組むことによって、様々な動きが身に付くようにする。	知る段階 「おすすめの動き」 (全員に経験させたい動き)に取り組み、動きができるようにする。 運動のポイントを知り、「姿勢」「移動」などの視点で楽しむ方法も知ることができるようにする。 工夫する段階 視点(「姿勢」の工夫、「移動」の工夫)をもとに動きを工夫する。 児童が組み合わせの運動の中から場を選んで取り組むことによって、様々な動きが身に付くようにする。

② 課題解決を図る指導のポイントと流れ

○学習指導要領解説に示されている動きをもとにして、全員に経験させたい動きを「おすすめの動き」とし、児童ができるようになるポイントを考えながら運動に取り組むことができるようにする。

児童が偏りなく「課題をもつ」ことができるようにするために、また、発達の段階に応じた動きに取り組む運動の順序が逆転することがないように、授業のはじめは「おすすめの動き」に取り組む。
 (参照：116 ページ 4 資料 (1) 運動例集の作成)

輪を操作しながら移動する運動の例
 おすすめの動き：輪を回しながら歩く

○確認した「おすすめの動き」ができるようになるためのポイントを明らかにして取り組むことができるようにする。

教師：「どうすればできるかな。」→「教え合おう。」「できている友達のまねをして取り組もう。」

○姿勢・移動を工夫した動きに取り組むことができるようにする。

「課題解決的な学習」のために、「基本的な動きを組み合わせる運動」がポイントとなる。

児童の工夫が、本来の学習の意図から大きく外れないようにすることが必要である。

そのため、工夫の視点を「姿勢」「移動」として取り組み、個人やグループで動きの組み合わせ方はどうするのかという課題をもつことができるようにする。

○児童が興味をもち、試行錯誤することができるような場を設定する。

工夫する段階では、児童が自分の力にあった課題に挑戦する場を選び、試行錯誤しながら運動に取り組むことができるようにするとともに、姿勢や移動の視点で工夫をしている姿を、評価する。

中学年の児童らしく活発に動きに取り組み、かつ安全に取り組むことができるように、距離や方向の目安となるコーンなどの位置を考える。児童の動きが場によって制限されずに、動きが広がるように最低限の用具を置く。また、友達の動きが見やすいように設定することによって、自分では思いつかない工夫が広がるようにする。

(3)「指導のねらい」と「指導する内容」を明確にした評価計画と指導の工夫

① 第3学年 3学期の例

時 数	1 5	1 6	1 7	1 8
指導のねらい	友達のよい動きを見付けて自分の運動に取り入れることができるようにする。		動きの組み合わせ方を選ぶことができるようにする。	
指導する内容	運 動	体のバランスや移動、用具の操作などとともに、それらを組み合わせた運動を行い、体の基本的な動きを身に付けることができるようにする。		
	態 度	運動に進んで取り組み、きまりを守り仲よく運動をしたり、場や用具の安全に気を付けたりすることができるようにする。		
	思考・判断	体づくりのための運動の行い方を工夫できるようにする。		
運動への関心・意欲・態度	○（観察）			
運動についての思考・判断	○（観察・カード）	○（観察・カード）		○（カード）
運動の技能		○（観察・カード）	○（観察・カード）	
指導と評価の工夫	○具体的な評価の方法（観察、学習カードによる自己評価及び相互評価） ○努力を要する状況と判断される児童への手立て ・ねらっている動きができていない児童には、ポイントやコツを具体的に指導する。 ・よい動きに気付くことができない児童には、友達の運動に着目し、どこを見ればよいのかを、直接言葉掛けを行う。			

② 指導と評価の一体化を図るポイント

○指導する内容を明確にする

身に付けさせたい力を明らかにした「運動例集」を作成し、工夫の仕方を具体化した。

例：導入部分の「おすすめの動き」によって、こつを児童から引き出し、伝えることにより「よい動き」とは何かをイメージしやすくする。

【教師の働きかけの工夫】

おすすめの動きの行い、児童が見付けたポイントを引き出しながら運動の行い方を確認する。

↓

動きとしてはまだぎこちなくても、工夫した運動を行いながら自分ができる運動を広げる。

↓

姿勢や移動の工夫をしている姿を評価する。工夫をしてもその動きができる児童を「よい動き」の手本とする。

○評価の重点化を図り、評価規準を基に到達度の把握をする

「おすすめの動き」ができていどうかを見取ることが、重点である。

「おすすめの動き」ができていれば、動きを工夫する視点に基づいて動きを楽しむことにつながっていく。

例：おすすめの動き「輪を回しながら歩く」

努力を要する状況の例 …ア：歩いているうちに輪の回転が止まってしまう。

イ：歩いているうちに輪の回転が止まりそうになったり、時々立ち止まったりしている。

○児童の実態に合わせて指導の改善を図る

努力を要する状況と判断される児童が多くいる場合、できている児童を見ることによって「どうすればできるのかな。」と全体で考えられるようにする。また、努力を要する状況と判断される児童に対しては、個別に具体的な指導を行う。

例えば、③のアのように歩いているうちに輪の回転が止まってしまう場合には、児童同士の教え合いの活動を取り入れ、関わりの中から動きが「できる」ようにしていく。また、③のイのような輪の回転が止まりそうになる状況の児童においては、工夫を広げる中でも自然と動きが高まってくるので、一種類の動きだけに多くの時間を要するのではなく、様々な楽しい運動に取り組んでいくことができるようにする。

3 実践事例 第4学年 体づくり運動「多様な動きをつくる運動」(12/16時)

(1) ねらい

- 【運動】 様々な体のバランスや移動、用具を操作する動きとともに、それらを組み合わせた動きを身に付けることができる。
- 【態度】 運動に進んで取り組み、きまりを守り仲よく運動をしたり、場や用具の安全を確かめようとしたりすることができる。
- 【思考・判断】 運動の行い方を知り、友達のよい動きを見付け自分の運動に取り入れたり、動きの組み合わせ方を選んだりすることができる。

(2) 展開

学習活動	指導のポイント	評価
1 集合・整列をする。 2 学習の流れを確認する。 3 準備運動を行う。	○学習の見通しがもてるように学習の流れを掲示する。 ○本時に使う部位などの準備運動を行う。 ○場を安全に準備するために協力するように助言する。	
グループで動きに取り組もう		
4 基本的な動きを組み合わせる運動「バランスをとりながら移動する動き」を行う。 ・バランス平均台の上を、ボールや棒を持ちながら、移動する。 ・「姿勢・移動」の視点をもとに動きを工夫をして、いろいろな動きに取り組む。	○5、6人のグループで取り組む。 ○「運動例集」の“おすすめの動き”をもとに、「姿勢・移動」の視点で工夫させる。 ○低い平均台を使用したり、用具に輪を加えたりするなど、児童の実態に応じて工夫を加えて楽しめるようにする。	
動きを共有しながら、多くの動きに取り組もう		
5 基本的な動きを組み合わせる運動～輪を操作しながら移動する動き～を行う。 ・おすすめの動き「輪を前に転がしながら移動する」を行う。 ・「姿勢」「移動」の視点で工夫することができる場に分かれて運動する。 ～動きの確認をする時間～ ・動きを合わせたり、リレーをすることによって、できるようになった組み合わせの動きをグループのみんなでチャレンジする。	○移動の方向を一方にし、安全に行うようにする。 ○動きが広がるように、友達のよい動きに気付かせるような言葉掛けや、伝え合わせる言葉掛けを行う。(例:「どうすればできるかな。」「教え合おう。」) ○転がしながら移動することができない児童には、運動のこつを指導したり、スムーズに転がしながら移動している児童を見るように言葉掛けを行ったりする。 ○動きができた児童を紹介し、みんなでまねる。 ○全員に経験させたい動きで動きを合わせたり、リレーをしたりすることによって、「できるようになったこと」を確認する。	☆運動の行い方を知り、友達のよい動きを見付け自分の運動に取り入れたり、動きの組み合わせ方を選んだりすることができる。 【思考・判断】
6 片付け・整理運動・振り返りを行う。	○安全に気を付けて片付けるように助言する。 ○発見したこつや、友達のよい動きを紹介し、称賛する。	

4 実践の記録

(1) 運動例集の作成

<目的>

調査研究から、多くの教師が「効果的な実践例の紹介」が必要と感じていることが分かったので、以下のような資料を作成することにした。

○児童と教師が活用できる資料

○児童が多くの動きに取り組むための「おすすめの動き」から出発した一単位時間のための資料

○「姿勢」「移動」の視点によって多くの動きに取り組み、よりよい動きを身に付けるための資料

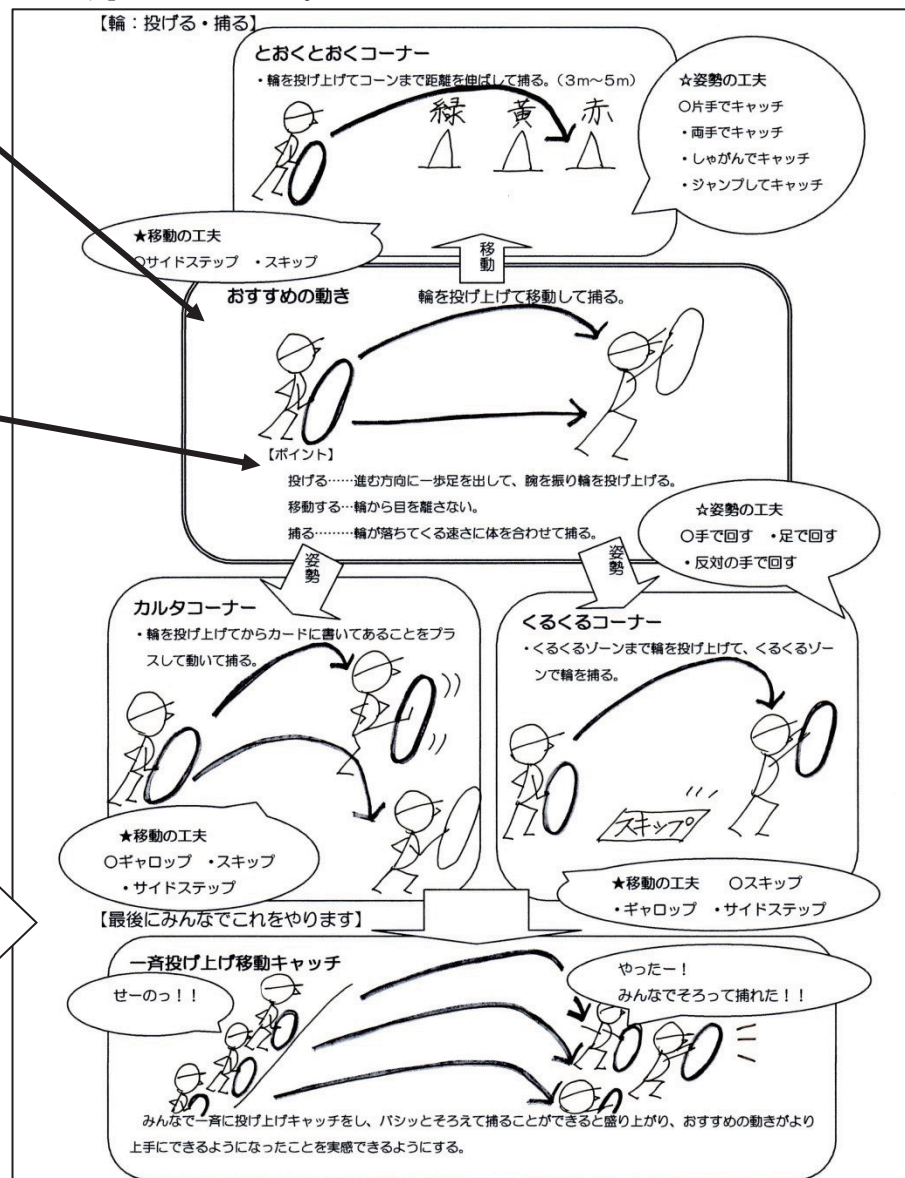
<運動例集の見方>

学習指導要領解説に示されている内容に合わせた運動や「指導のポイント」、「工夫のポイント」、「魅力あり、工夫が広がる場」などを示した。

全員で取り組む
「おすすめの動き」
「解説の例示の動き」「児童が楽しめる動き」が基になっている。

教師の言葉掛けの
ポイント
子どもたちが動きを身に付けるために必要な教師の指導のポイントを示している。このことをふまえ示範したり、アドバイスをしたりする。

運動例
子どもたちの工夫が広がる運動を提示している。



運動の工夫

<運動例集活用例>

- ① おすすめの動きに取り組む。
 - ② 新たな動きを引き出す運動に取り組む。
 - ③ 「姿勢・移動を変えるとどのような運動になるかな。」と視点を与えて工夫する。
 - ④ よい運動をしている児童を紹介し、皆で取り組む。
- ⇒授業を行う教師は、運動例集を活用し授業展開がスムーズになる。

(2) 調査研究 「体づくり運動（中学年）に関する意識調査」の結果と考察

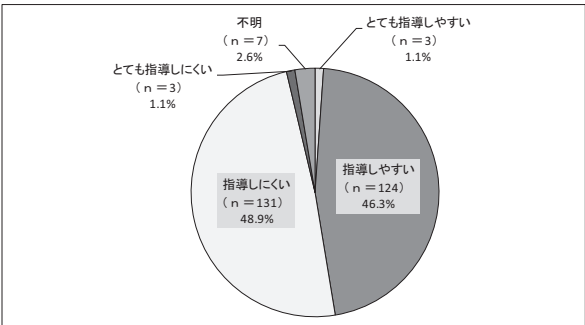
- ① 調査の目的
「体づくり運動」領域に着目し、学習指導要領の改訂における小学校教師の意識を調査・分析し、研究を進めていくための手がかりとする。（協力：山梨大学 中村研究室）
- ② 調査の方法
 - 調査時期 平成24年7月
※今年度の調査研究は授業会場にて示す。
 - 調査対象 東京都小学校教員 261名

<『体づくり運動』の指導の意識>

図1 『体づくり運動』の指導の意識

『体づくり運動』の指導に関して、「指導しやすい」が124名（46.3%）と最も多く、次いで「指導しにくい」が131名（48.9%）、「とても指導しやすい」が3名（1.1%）、「とても指導しにくい」が3名（1.1%）であった。

図1より、「指導しやすい群」は127名（47.4%）、「指導しにくい群」は134名（50.0%）であり、ほぼ同数存在することが分かる。



<『体づくり運動』の指導の意識 と“指導における困難さ”との関連>

表1は、『体づくり運動』の指導の意識と“指導における困難さ”についてのクロス表であり、図2及び図3は、指導における困難さを群別（指導しやすい・指導しにくい）に示したものである。

表1及び図2より、指導しやすいと考えている人は、「効果的な場づくり」に対して最も困難さを感じており（64名、50.4%）、次いで「学習評価」が44名（34.6%）、「授業づくりの資料」が34名（26.8%）、「単元に関する知識」が33名（26.0%）と続いた。

一方、表1及び図3より、指導しにくいと考えている人も、「効果的な場づくり」に対して最も困難さを感じている（77名、57.5%）が、「単元に関する知識」が72名（53.7%）と2番目に多く、「授業の進め方」が64名（47.8%）、「授業づくりの資料」が57名（42.5%）と続いた。

“指導における困難さ”が群間（指導しやすい・指導しにくい）によって異なるのかどうか検定した結果、有意な差が認められた。さらに、指導しやすい群の「効果的な場づくり」「学習評価」および指導しにくい群の「授業の進め方」が有意に多く、指導しやすい群の「授業の進め方」および指導しにくい群の「効果的な場づくり」「学習評価」が有意に少ないことが明らかとなった。

つまり、『体づくり運動』を指導しやすいと考えている人は、「効果的な場づくり」「学習評価」に対して多くの困難さを感じており、指導しにくいと考えている人は、「授業の進め方」に対して多くの困難さを感じていると言える。

表1 『体づくり運動』の指導の意識と“指導における困難さ”のクロス表

	単元知識	単元計画	授業資料	場づくり	運動師範	進め方	学習評価	その他
指導しやすい群 (n=228)	33	20	34	64	17	15	44	1
指導しにくい群 (n=391)	72	46	57	77	26	64	47	2

図2 指導における困難さ（指導しやすい群）

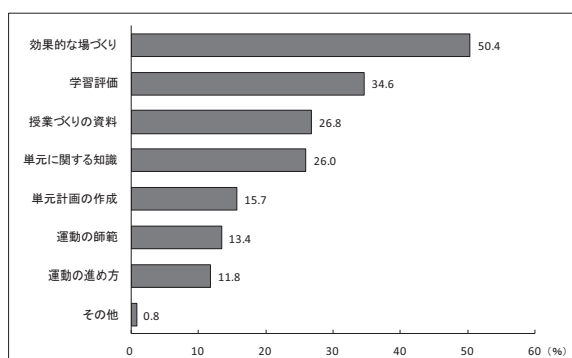
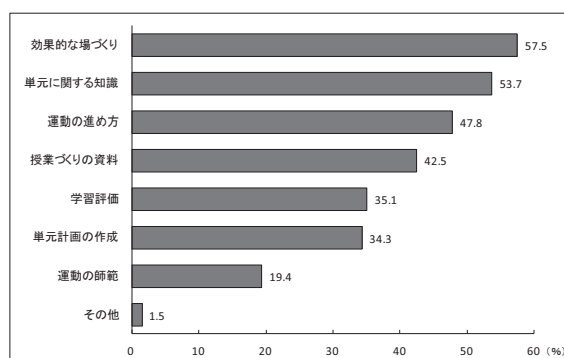


図3 指導における困難さ（指導しにくい群）



<『体づくり運動』の指導の意識 と“今後の取組に対する要望”との関連>

図5及び図6は、『体づくり運動』の指導における困難を解消するための今後の取組に対する要望を示したものである。

どちらの群も「効果的な実践例の紹介」が最も多く（76名、59.8%；102名、76.1%）、次いで「教員用の実践的なDVDやビデオの紹介」（52名、40.9%；52名、38.8%）、「教具の補充」（指導しやすい群；41名、32.3%）「指導書や参考書の情報・紹介」（指導しにくい群；39名、29.1%）と続いた。

“今後の取組に対する要望”が群間（指導しやすい・指導しにくい）によって異なるのかどうか検定した結果、有意な差は認められなかった。

つまり、『体づくり運動』の指導における困難を解消するための今後の取組に対する要望に関しては、「効果的な実践例」や「実践的なDVD・ビデオ」など指導の場においてすぐに活用可能なものを求めていると言える。

図5 今後の取り組みに対する要望（指導しやすい群）

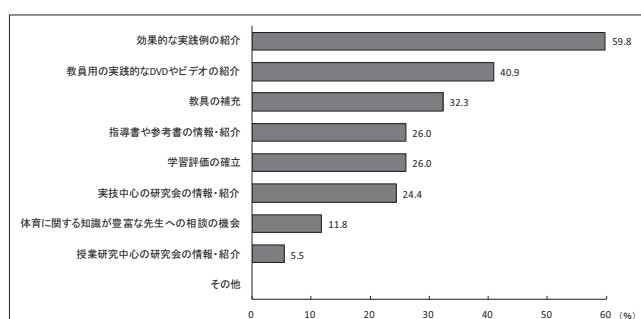
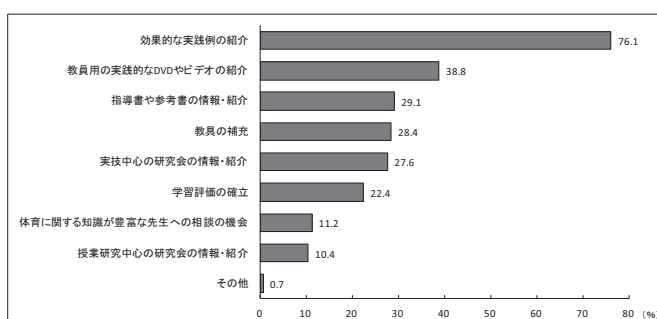


図6 今後の取り組みに対する要望（指導しにくい群）



5 研究のまとめ

（1）成果

- 自分の力に合った課題に取り組む中での指導と評価の充実を図るために、授業実践をもとに「運動例集」を作成した。その結果、教師が運動の工夫の視点をもつことができ、児童のよい動きが広がった。
- 中学年の発達の段階に応じた指導になるように、単元の初めに提示する「おすすめの動き」を選んだ。活発な中学年に適した魅力的な場を設定し、「姿勢・移動」の視点をもとに授業を展開することにより、児童の動きが広がった。

（2）課題

- 工夫の視点である「姿勢・人数」をより効果的に提示し、全員が動きの共有化を図ることのできる、「魅力ある場」を設定していく。
- 努力を要する状況と判断される児童への働きかけの仕方を、具体的な場面を想定して提示していく。

第6分科会

研究主題

分かる楽しさやできる喜びを味わい、
意欲的に運動に取り組む力を身に付ける器械運動系の学習

葛飾区立葛飾小学校

日程

9:00 9:30 9:50 10:00 10:45 11:00 11:45 12:45 13:00 14:10 14:55 15:00

受付	体育的活動	移動	公開授業①	移動	公開授業②	昼食	開会	研究発表	研究協議	指導助言	閉会
----	-------	----	-------	----	-------	----	----	------	------	------	----

体育的活動…体育科の学習時間以外の業間時等における体力の向上及び心身の健康の保持増進を目指す運動遊び

公開授業案内

※教室では、保健の授業も実施しています。

	授業	場所
公開授業①	2年 鉄棒を使った運動遊び「楽しいよ 鉄棒ランド」	校庭
	4年 マット運動「みんなで目指せ！ マットの達人」	体育館
	6年 跳び箱運動「目指せ金メダル！ より大きく美しく」	校庭
公開授業②	3年 鉄棒運動	校庭
	6年 マット運動	体育館
	3年 保健「毎日の生活と健康」	3年1組教室（3階）

学校所在地



交通機関

最寄駅より

京成線青砥駅より 徒歩4分

全体会会場（両国国技館）付近から

蔵前駅から青砥駅まで都営浅草線で14分

羽田空港から

国内線ターミナルから青砥駅まで快特で51分

東京駅から

日暮里駅乗り換えて青砥駅まで32分

上野駅から

京成上野駅から青砥駅まで特急で13分

葛飾区立葛飾小学校



所在地 : 〒125-0062 東京都葛飾区青戸 1-3-1
H P : <http://www.kyouiku.katsushika.tokyo.jp>
E-mail : katsush_te@school.katsushika.ed.jp
T E L : 03(3693)0977
F A X : 03(5698)1726
学校長 : 谷 口 義 弘
児童数 : 201名

◎学校教育目標

- ・明るく元気な子
- ・考えてやりぬく子
- ・思いやりのある子

◎特色

本校は創立82周年を迎えた。区のほぼ中心部に位置し、京成線青砥駅の間近にありながら、古い町並みと新しい町づくりが調和した落ち着いた環境である。近くには区役所やかっしかシンフォニーヒルズ、葛飾税務署など公共機関が多く、花と緑が豊かな環境で、子供たちが生き生きと学習している。6学年児童全員で行っている金管バンドも特色ある教育活動であり、校内のみならず地域行事での演奏を積極的に行っている。

葛飾区立葛飾小学校

1 研究の構想

(1) 研究主題

分かる楽しさやできる喜びを味わい、意欲的に運動に取り組む力を身に付ける器械運動系の学習

(2) 主題設定の理由

学校教育法では、学力の重要な要素として「基礎的・基本的な知識・技能の習得」「知識・技能を活用して課題を解決するために必要な思考力・判断力・表現力等の育成」「学習意欲」を挙げている。体育科においても、「技能」「態度」「思考・判断」の力をバランスよく身に付けさせることが、豊かなスポーツライフの実現につながる。

器械運動系の学習を通して、「技能」「態度」「思考・判断」の力を以下のように身に付けさせることで、学んだことを他領域において活用したり、次の学年や中学校の学習に生かしたりすることができる考えた。

① 他領域や次の学年の運動において生かすことができる動きや感覚

学習指導要領は「体力の低下傾向が深刻な問題となっていること」「積極的に運動する子どもとそうでない子どもの二極化」等の課題を踏まえ、体力の向上を重視し、「体づくり運動」の一層の充実を図っている。低・中学年においては、将来の体力向上につなげていくために体の基本的な動きを培っておくことが重要であることから、他の領域において扱われにくい様々な体の基本的な動きを培う運動として「多様な動きをつくる運動（遊び）」が示されている。

器械運動系の運動は他領域と異なり、動きの非日常性という特徴があるので、自分の体を感じる力が育つ。また、自分の身体をコントロールする能力や、それに必要な筋力や柔軟性を高めることで、他領域や次の学年の運動に生かすことができる動きや感覚を身に付けることができる。

② 動きや技を身に付けることで伸長する運動への愛好的態度等

器械運動系の運動は、自分の力にふさわしい動きや技を身に付けたときに喜びを味わい、新しい動きや技に挑戦する意欲が増す。また、技の達成を踏まえて、より雄大に、より優美に表現したり、個人や集団で技を組み合わせて演技したりすることにも魅力を感じる運動である。

対人的な運動ではないために課題が明確であり、適切な課題設定や指導を行うことで、どの児童にも、「分かる楽しさやできる喜び」を味わわせることが可能であり、運動に対する自己肯定感を高めることができる。

③ 課題解決型学習で育まれる思考力・判断力・表現力等

器械運動系の運動は、巧技的課題をもつ技で構成され、それぞれの技に運動課題があり、技の課題性や構造に着目し段階的・系統的に学習を進めることが重要である。自己の能力に適した学習課題をもち、友達との協働的な学習の中で、自分の力に応じた練習方法や練習の場を選ぶ課題解決型の学習を進めることにより思考力・判断力・表現力等を育成することができる。

以上のことから、器械運動系の学習を通して「技能」「態度」「思考・判断」の力をバランスよく身に付けさせることが豊かなスポーツライフの実現につながると考え、研究主題を「分かる楽しさやできる喜びを味わい、意欲的に運動に取り組む力を身に付ける器械運動系の学習」とした。

(3) 研究仮説

発達段階を踏まえ、児童一人一人の状況に応じた運動の取上げ方を工夫し、自己の能力に適した学習課題をもたせて、技の課題性や構造を理解させる指導を行えば、児童が分かる楽しさやできる喜びを味わい、意欲的に運動に取り組むようになるであろう。

(4) 研究内容

- ① 発達段階を大切にした系統的・弾力的な単元の全体計画
→発達段階を踏まえ、児童一人一人の状況に応じた器械運動系の運動の取上げ方の工夫
- ② 児童が進んで運動に取り組み、課題解決を図る単元計画
→個に応じた運動課題の明確化と解決への道筋のモデル作成
→児童の思考力・判断力・表現力等を伸長する言語活動の充実
- ③ 「指導のねらい」と「指導する内容」を明確にした評価計画と指導の工夫
→2年間を見通した指導と評価の計画の作成
→評価を基にした具体的な支援の検討

2 研究内容

(1) 発達の段階を大切にした系統的・弾力的な単元の全体計画

① 第5・6学年の器械運動系領域の例

学期	1 学期	2 学期	3 学期
第5 学年	○鉄棒運動 ・技に関連した易しい運動や第4 学年までに取り組んだ技に取り組む。 ・基本的な上がり技や支持回転技、下り技について自己の能力に適した技が安定してできるように取り組む。 ・自分が選んだ技に十分取り組んだ児童は発展技に取り組む。 ・運動の様子を短い言葉で伝え合う。	○マット運動 ・技に関連した易しい運動に取り組む。 ・第4 学年までに取り組んだ技に取り組む。 ・回転技や倒立技の基本的な技や発展技に十分取り組んだ児童は、更なる発展技に取り組む。 ・技の局面の様子を伝え合ったり、助言し合ったりする。	○跳び箱運動 ・技に関連した易しい運動に取り組む。 ・今もっている力でできる繰り返し系や回転系の技に取り組む。 ・基本的な技に十分取り組んだ児童は発展技や更なる発展技に取り組む。 ・技の局面の様子を伝え合ったり、助言し合ったりする。
第6 学年	○鉄棒運動 ・技に関連した易しい運動に取り組む。 ・上がり技や支持回転技、下り技について、基本的な技と発展的な技の中から自己の能力に適した技を選んで取り組む。 ・自分が選んだ技に十分取り組んだ児童は他の発展技や更なる発展技に取り組む。 ・自分に合った上がり技、支持回転技、下り技を選んで組み合わせを考え、取り組む。 ・運動の様子や技の組み合わせについて、短い言葉で伝え合う。	○マット運動 ・技に関連した易しい運動に取り組む。 ・自分の力に合った回転技や倒立技を選び、自分の課題に応じた練習の場や段階を選んで取り組む。 ・自分の力に合った3つの技を組み合わせで演技する。 ・技の組み合わせやつながり、局面の様子を伝え合ったり、助言し合ったりする。	○跳び箱運動 ・前学年までに取り組んだ確実にできる技に取り組む。 ・今もっている力でできる技に取り組む、自分の力を知って練習計画を立てる。 ・自分の目標とする技ができるようになったり、より大きな動きで跳べるようになったりするように取り組む。 ・技の局面の様子や動きの質を伝え合ったり、助言し合ったりする。

② 2年間を見通した単元配列の考え方 (技能)

- 準備運動に続いて、技に関連した易しい運動に取り組む。跳び箱運動の場合、第5 学年では馬跳び、第6 学年では前学年までに取り組んだ確実にできる技に取り組みながら着手技能（突き放し）や着地技能を確認するようにした。
- 第5 学年で基本的な技に十分取り組んだ児童には、発展技や更なる発展技の行い方やポイントを知らせ取り組ませることで、技を身に付けたり新しい技に挑戦したりする楽しさや喜びを味わわせる。十分でない児童には易しい場や条件のもとで取り組ませ、できる喜びを味わわせる。第6 学年では、マット運動と鉄棒運動では技の組み合わせを取り入れ、演技として表現する楽しさを味わわせ、跳び箱運動では、より大きな動きで技ができたかを確かめるグループ対抗の技の発表会を取り入れ、より雄大で美しい動きができるようになる楽しさを味わわせる。

(思考・判断)

- 第5 学年では、児童が具体的な動きを見取って短い言葉で様子を伝え合ったり助言し合ったりできるよう、局面に注目させる。
- 第6 学年では、マット運動と鉄棒運動の場合は技の組み合わせやつながりについて、跳び箱運動の場合は動きの質について様子を伝え合ったり助言し合ったりできるように声を掛ける。

（２）児童が進んで運動に取り組み、課題解決を図る単元計画

① 単元計画 第6学年跳び箱運動の例

1	2	3	4	5	6
《学習内容》 ○ 基本的な支持跳び越し技を安定して行うとともに、その発展技をできるようにする。 ○ 跳び箱運動に進んで取り組み、約束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することができるようにする。 ○ 自己の能力に適した課題の解決の仕方を工夫できるようにする。					
《学習活動》 ・今もっている力で、できる技に取り組む。 ・どんな技をどのように跳びたいか課題をもつ。	技ができるようになったり、より大きな動きでできるようになったりするために、グループで技の練習に取り組み、運動の様子を伝え合ったり、助言し合ったりする。			・グループ対抗の発表会（跳び箱オリンピック）に取り組む。 ・一人一人が、自己の課題を達成できたかを振り返る。	
	・一人一人の力を知り、課題解決に向けたグループの練習計画を立てる。	・自分の目標とした技ができるようになったり、より大きな動きで跳べるようになったりするように練習に取り組む。 ・局面に注目し、運動の様子を伝え合ったり、助言し合ったりしながら練習に取り組む。	・発表会に向けて、より大きな動きでできるように練習に取り組む。		

② 課題解決を図る指導のポイントと流れ

より雄大で美しい動きができるようになる楽しさを味わわせるためにより大きな動きで技ができたかを確かめるグループ対抗の技の発表会（跳び箱オリンピック）を単元の最後に行う。児童に発表会を行うことを知らせることで、一人一人が課題意識をもって、友達と励まし合い、助言し合って学習に取り組むようにする。

《今もっている力で、できる技に取り組む》

○児童一人一人が、自己の能力に応じて学習が進められるよう、前学年までの学習で取り組んだ切り返し系と回転系の技に取り組んで自分の力を知り、「どんな技をどのように跳びたいか。」目標を立てる。

《グループで技の練習に取り組む》

○教師が児童の技能の実態を把握し、グループ間の技能が等質になるようグループを作る。このことにより、児童に適度な競争意識をもたせ、一人一人が課題解決に意欲をもって、励まし合いや助言が活発になるようにする。

○グループで、友達の運動の様子を見合い、個人で立てた目標が適切であったかを助言し合い、必要があれば修正する。

○一人一人の目標を踏まえて、グループの練習計画を立てる。

○練習計画に沿って、一人一人が目標とした技ができるようになったり、より大きな動きで跳べるようになったりするように練習に取り組む。

○踏み切り、空中動作、着地等の局面に注目し、「どこが、どのようになっているか。」を伝え合ったり、助言し合ったりする。

《より大きな動きで技ができたかを確かめるグループ対抗の発表会（跳び箱オリンピック）に取り組む》

○練習の成果を発揮し、一人一人が自分にあった切り返し系と回転系の技を大きな動きで行う。

○基本的な技、発展技、更なる発展技について、難易度に応じて教師が基本得点を設定する。

○踏み切り、着手、空中動作、着地等、局面ごとに大きな動作で行っていたかを児童が相互評価し、基本得点に加点する。

○グループで得点の合計を競い合う。

《振り返り》

○児童一人一人が、自己の目標を達成できたかを振り返る。

○グループで、技の発表会に向けて励まし合い、助言し合って取り組めたかを振り返る。

○中学校での跳び箱運動の学習に向けての意欲を高める。

(3)「指導のねらい」と「指導する内容」を明確にした評価計画と指導の工夫

① 第6学年跳び箱運動の例

時数	1	2	3	4	5	6
指導のねらい	○小学校における跳び箱運動のまとめとして行うグループ対抗の発表会（跳び箱オリンピック）に向けて、課題意識をもち、友達と教え合って取り組むことができるようにする。 ○基本的な支持跳びこし技を安定して行ったり、発展技を行ったりすることができるようにする。					
指導する内容	○跳び箱運動の楽しさや喜びに触れ、基本的な支持跳び越し技を安定して行うとともに、その発展技を行う。 ○運動に進んで取り組み、約束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することができるようにする。 ○自己の能力に適した課題の解決の仕方を工夫できるようにする。					
運動への関心・意欲・態度	○			○		○
運動についての思考・判断		○	○			
運動の技能					○	
指導と評価の工夫	器械・器具の準備や片付けで分担された役割を果たそうとしている。 【観察】 器械・器具の安全を保持することに気を配ろうとしている。 【観察】 安全に素早く準備や片付けができるよう、役割分担や学習の決まりを掲示する。	自分が取り組む技の行い方やポイントを知っている。 【観察・カード】 努力を要する状況の児童には、技の行い方の掲示物をよく見るよう助言したり、示範を見せたりする。	自分が取り組む技が大きな動作でできるようになるための練習の場や方法を選んでいる。 【観察・カード】 これまで跳び箱運動で行った練習の場や方法を想起させる。	友達と助け合って練習しようとしている。 【観察】 踏み切り、着手、着地等の局面について具体的な動きに注目して、友達に伝えるよう助言する。	自分の力に合った支持跳びこし技が大きな動作でできる。 【観察】 大きな動作ができない児童には予備踏切を意識させたり、強い突き放しを意識させる運動を紹介したりする。	技を高める楽しさや喜びに触れることができるよう、跳び箱運動に進んで取り組みようとしている。 【観察】 跳び箱運動に対する愛好的態度が十分でない児童には、単元を通じて、どのように変容したかを伝え、自信をもたせる。

② 指導と評価の一体化を図るポイント

《運動への関心・意欲・態度》

- 準備・片付け・学習を協力的に行うよう指導する。友達の運動の様子について、グループ内で分担して、一連の動き、助走から踏み切り、着手や空中動作、着地に注目させることで、誰もが短い言葉で伝え合えるようにする。活発に様子を伝え合ったり助言し合ったりしているグループを称賛し、十分にできていない児童には、より具体的な声掛けの例を示す。

《運動についての思考・判断》

- 自己の課題の解決の仕方を知るとともに、自分の課題に合った練習の場や方法を選んでいるかを観察及び学習カードの記述で評価する。解決の仕方が分からない児童には行い方やポイントを再度説明したり、課題に合った練習の場や方法を知らせたりする。

《運動の技能》

- 大きな動作ができない児童には、強い踏み切りができるようにケンステップを使用して予備踏切を意識させたり、壁を使って手で強く突き放す感覚を味わわせて着手技能を高めたりする。

3 実践事例 第6学年跳び箱運動「目指せ金メダル！～より大きく美しく～」(5/6時)

(1) ねらい

【技能】自分の力に合った技が大きな動作でできるようにする。

【態度】約束を守り、友達と助け合って技の練習をすることができるようにする。

【思考・判断】課題の解決方法を知り、自己の課題に合った練習方法や練習の場を選ぶことができるようにする。

※ 本時は技能を主として評価する。

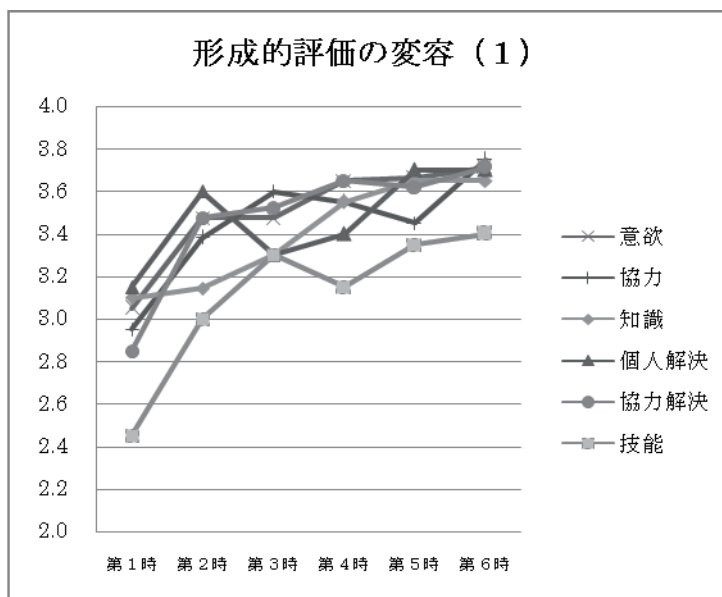
(2) 展開

学習活動	指導のポイント	評価
1 整列・挨拶をする。 2 学習の流れを確認する。		
グループで協力して、より大きな動きで技ができるように練習をしよう。		
3 準備運動を行う。 4 用具や場の準備をする。	○ 見通しがもてるようにするために、短冊めあてを用意する。 ○ 使う部位を意識して行うように声を掛ける。	
5 自分に合った技の練習をする。 ・グループで考えた練習計画に沿って、一人一人が目標とした技ができるようになったり、より大きな動きで跳べるようになったりするように練習に取り組む。 ・踏み切り、空中動作、着地等の局面に注目し、「どこが、どのようになっているか。」を伝え合ったり、助言し合ったりする。(言語活動)	○ 切り返し系から回転系に変わる時は、安全のために着手位置に気を付けるよう伝える。 ○ 自分の力に合った練習に取り組むことができていない児童には、個別に声掛けをしたり、練習方法や工夫した場を紹介したりする。 ○ 必要に応じて、教師が示範をし、技のポイントを確認する。 ○ めあてを意識して練習に取り組んだり、グループ内で良い関わりをしていたりする児童を紹介する。	☆自分の力に合った技が大きな動作でできる。 「十分満足できる」状況と判断する「児童の具体的な姿」の例 自分の力に合った技を、より雄大に美しく跳んでいる。 「おおむね満足できる」状況と判断する「児童の具体的な姿」の例 自分の力に合った技を、大きな動作で跳んでいる つまずきの例 自分の力に合った技を大きな動作で跳ぶことができない。 具体的な支援の例 ケンステップを置いて、予備踏切を意識させたり、壁を使って手で強く突き放す感覚を味わわせたりする。
6 場の後片付けをする。 7 整理運動をする。 8 学習の振り返りをする。 9 整列・挨拶をする。		

4 実践の記録

(1) 第6学年跳び箱運動における形成的評価の変遷

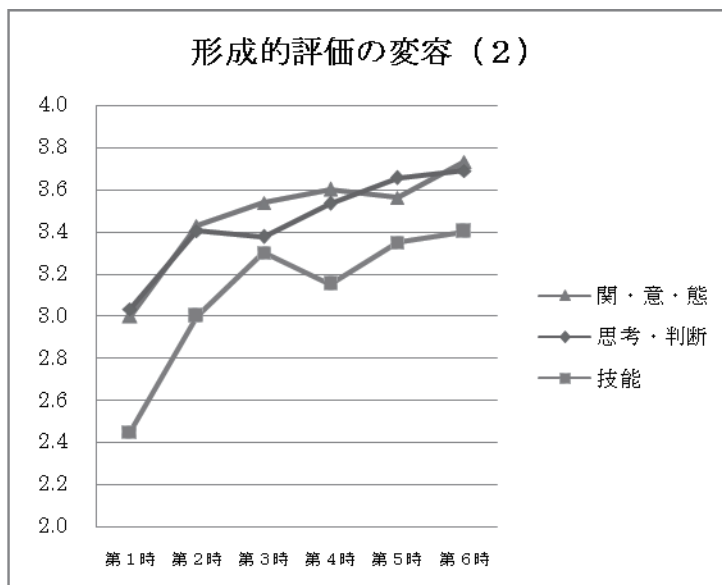
- ① 質問内容（「よくできた」「できた」「もう少し」「できなかった」の4段階評価で回答）
 - ア 自分から進んで学習することができましたか。（意欲）
 - イ 友達と協力して助け合って、技の練習をすることができましたか。（協力）
 - ウ 「あっ、わかった!」とか「あっ、そうか」と思ったことがありましたか。（知識）
 - エ 自分のめあてに向かって練習できましたか。（個人課題解決）
 - オ 友達とたがいに教え合ったり、伝え合ったりしましたか。（協力課題解決）
 - カ 今までできなかった技ができるようになったり、大きな動きができたたりするようになりましたか。（技能）
- ② 児童数
21人
- ③ 質問内容別結果と分析・考察
質問内容別の結果は以下のとおりだった。



- 意欲・協力課題解決は時間を追うごとに高まっている。第1時から第2時で大きく高まった。グループでの練習が始まったことが影響を与えたと考えられる。
- 知識は、学習が進むにつれて高まり、第3時から第4時で大きく高まった。第4時で「伝え合い」に重点を置いたことが理由と考えられる。
- 個人課題解決は第1時から第2時で高まったが、その後停滞し第5時で高まった。第5時に練習時間を増やしたことが理由と考えられる。
- 技能は第1時から第3時で大きく高まった。第3時から第4時で下がり、第4時から第5時で高まった。第4時は「伝え合い」に重点を置いたことが原因と考えられる。

④ 観点別結果と分析・考察

質問内容の「意欲」「協力」の平均値を「関心・意欲・態度」、「知識」「個人課題解決」「協力課題解決」の平均値を「思考・判断」としたところ、以下の結果となった。



- 関心・意欲・態度は時間を追うごとに高まっている。特に、第1時から第2時で大きく高まった。グループでの練習が始まったことが影響を与えたと考えられる。
- 思考・判断は、第1時から第2時で大きく高まったが、第2時から第3時で停滞し、第3時から再び高まった。
- 技能は第1時から第3時で大きく高まり、第3時から第4時で下がったが、その後は高まった。
- 第3時は「自分の力に合った技の練習をしよう」だったので、技能は高まったが、思考・判断は停滞したのではないかと考えられる。

(2) 第6学年跳び箱運動における技の達成率の変化

単元開始時と終了時に、学級児童全員（21人）が、学習指導要領解説体育編に例示されている技ができるかを教師が観察し、学級における達成率を算出した。「大きな開脚跳び」については、腰を高くあげて足を伸ばして強く突き放していること、「大きな台上前転」については、踏み切った後に腰が高い位置にあり腰角を広げて回転していることを条件として、見取った。

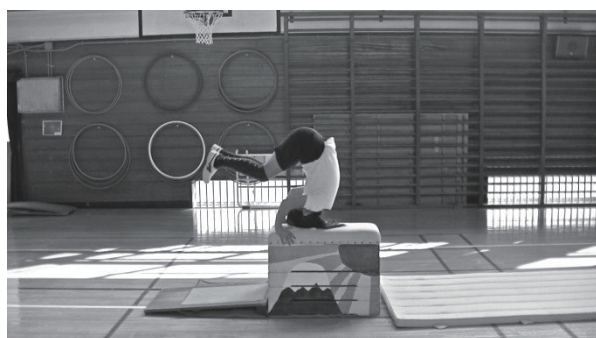
ただし、発展技及び更なる発展技については、可能な児童だけが取り組んだ。

技	基本的な技		発展技			更なる発展技
	開脚跳び	台上前転	大きな開脚跳び	かかえ込み跳び	大きな台上前転	首はね跳び
第1時	90%	71%	10%	10%	5%	0%
第6時	100%	90%	40%	47%	52%	15%

(3) 第6学年跳び箱運動における技の質的変容（できる→大きな動作でできる）

単元開始時と終了時に、学級児童全員のできる技を動画に撮った。それぞれの動画を比較することで、「より大きな動きで跳べるようにする。」ことをねらいとして学習した成果が見られたかを判断した。

① 台上前転 (第1時)



(第6時)



※ 第6時では、第1時と比べて回転の際に腰角が広がり、膝が伸びるようになっている。

② かかえ込み跳び (第1時)



(第6時)



※ 第6時では、第1時に比べて踏切が強くなり、手で強く突き放すことができる。

5 研究のまとめ

(1) 成果

○発達段階を踏まえ、児童一人一人の状況に応じた器械運動系の運動の取上げ方の工夫について

学習指導要領に示された2学年ごとの指導内容を基に、低・中・高学年について2年間を見通した指導と評価の計画を作成したことにより、各学年における指導内容が明確になった。その結果、児童の意欲を大切に、工夫を生かした授業で、十分に技能が高まることが分かった。

また、つまずきの例を想定し、具体的な支援を考えたり、基本的な技に十分に取り組んだ児童には発展技や更なる発展技に取り組ませたりするなど、児童一人一人の状況に応じた運動を取り上げることで、どの児童にも分かる楽しさやできる喜びを味わわせることができた。

○児童の思考力・判断力・表現力等を伸長する言語活動の充実について

発達段階を踏まえて、低学年では拍手や簡単な声掛け等のコミュニケーションに、中学年では擬音を使って友達の運動の様子を伝え合うことに、高学年では運動の局面に注目して運動の様子を短い言葉で伝え合ったり助言し合ったりすることに取り組んだ。

その結果、運動に取り組む時間を十分に確保しながら、言語活動に取り組み、友達と励まし合い、協力しあって学習していた。また、中・高学年では、言語活動で学んだことを基に、技ができるようにするための活動を工夫していた。

○規準を明確にした評価の実施について

規準を明確にした評価を実施し、指導に生かすために形成的評価、技の達成率の変化、「生活習慣記録機」を活用した運動時間の測定を行った。形成的評価については、毎時の指導内容によって児童の評価に変化が見られ、学習を重ねるにつれて、児童が分かる楽しさやできる喜びを味わい、意欲的に運動に取り組むようになったことが分かった。(P127 参照) 授業終了後に集計・分析し、次時の指導に役立てることができた。技の達成率の変化により、児童が意欲をもち、友達と協力して自己の能力に適した課題の解決を目指す授業で技能が十分に身に付くことが分かった。運動時間の測定は、運動課題の適切さやマネジメントを検証することができ、授業改善につながった。

(2) 課題

○個に応じた運動課題の明確化と解決への道筋のモデル作成

児童が意欲的に運動に取り組むためには、自己の能力に適した課題をもち、自分の力に応じた練習方法や練習の場を選んで、技ができるようになり、児童が分かる楽しさやできる喜びを味わうことが必要である。そのために指導と評価の工夫を行ったが、個に応じた運動課題の解決への道筋のモデルは十分に作成できなかった。学習資料や掲示資料、ICT機器の活用等を検討する必要がある。

○規準を明確にした評価の実施について

運動の技能の評価において、動画を活用することにより、技能の質的変容を見取ったが、授業の中で「大きな前転」「大きな開脚跳び」のような質的評価を行うことは難しかった。技能の質的評価に関して、教師の共通理解を十分に図ることや授業におけるICT機器の活用が課題である。

第7分科会

研究主題

仲間とかかわり合いながら、なりきって踊る 楽しさを味わう表現運動の学習

ふちゅうだいじゅう
府中市立府中第十小学校

日 程

9:00 9:30 10:00 10:45 10:50 11:10 11:15 12:00 13:00 13:10 14:00 14:50 15:00

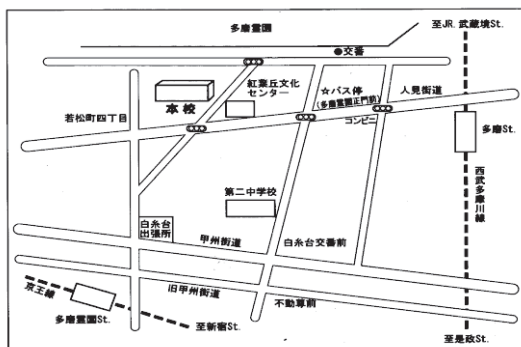
受付	ビデオ上映	公開授業①	移動	体育的活動	移動	公開授業②	昼食	開会	研究発表	研究協議	指導助言	閉会
----	-------	-------	----	-------	----	-------	----	----	------	------	------	----

体育的活動…体育科の学習時間以外の業間時等における体力の向上及び心身の健康の保持増進を目指す運動遊び

公開授業案内

	授業	場所
公開授業①	3年 表現運動 表現 「〇 〇 探 検」	体育館
公開授業②	6年 表現運動 表現 「大変だ！ 〇 〇」	体育館

学校所在地



交通機関

最寄駅より

京王線多磨霊園駅より 徒歩20分

京王線多磨霊園駅より バス
「武蔵小金井行き」霊園表門下車
徒歩7分

西武多摩川線多磨駅 徒歩12分

府中市立府中第十小学校



所在地 : 〒183-0005 東京都府中市若松町4-29
H P : <http://www.fuchu10s.fuchu-tokyo.ed.jp>
E-mail : fuchu10s@fuchu-tokyo.ed.jp
T E L : 042(363)9130
F A X : 042(334)0872
学校長 : 山田 順子
児童数 : 754名

◎学校教育目標

- ・明るく健康な子ども
- ・仲よく助け合う子ども
- ・進んで学習する子ども

◎特色

本校は、府中市の北東に位置し、西には、ムサシノキスゲの自生で有名な浅間山や、著名な文人、画家、学者等が眠る都立多磨霊園がある。

地区児童会を中心とした、縦割りの集団活動も盛んで、「集団登校」をはじめ、「作って遊ぼう」などの行事がある。

一人一役制をとるPTA活動も活発に行われ、PTA・親児の会が主催する「お正月遊び」には多くの児童が参加している。

府中市立府中第十小学校

1 研究の構想

(1) 研究主題

仲間とかかわり合いながら、なりきって踊る楽しさを味わう表現運動の学習

(2) 主題設定の理由

学習指導要領解説体育編 第1章総説 2体育科改訂の趣旨 ア 改善の基本方針には、中央教育審議会において示された、体育科の改善の基本方針については、次のように示されている。(以下、一部抜粋。)

「(イ) 体育については、『体を動かすことが、身体能力を身に付けるとともに、情緒面や知的な発達を促し、集団的活動や身体表現などを通じてコミュニケーション能力を育成する(中略)ことにも資することを踏まえ、それぞれの運動が有する特性や魅力に応じて、基礎的な身体能力や知識を身に付け、生涯にわたって運動に親しむことができるように、発達段階のまとまりを考慮し、指導内容を整理し体系化を図る。』としている。」

このことから、表現運動の積極的な取組が児童のコミュニケーション能力の育成に有効と期待されていると考える。また、表現運動の特性である仲間とかかわり合う楽しさを十分に味わうこともコミュニケーション能力の育成に資すると考える。

中学校では必修となったダンス領域に円滑につなぐためには、小学校の「表現」における「即興的に表現すること」と「簡単なひとまとまりの表現をすること」の技能を、十分に楽しさを味わいながら学習し、身に付けさせることが必要となる。

小学校段階でその技能を身に付けるために、低学年から「表現遊び」「リズム遊び」における「即興的な身体表現能力」や「リズムに乗って踊る能力」、「コミュニケーション能力」を培う必要がある。

そこでまず、低学年では、身近な動物や乗り物などの題材の特徴をとらえて、そのものになりきって表現したり、友達とさまざまな動きを見つけて踊ったりする楽しさを味わわせることが大切である。また、児童にとって身近に関心が高く、具体的で特徴のある動きを多く含む題材や、弾んで踊れるような軽快なリズムの音楽を取り上げるなど意欲を高めることなどが大切である。

以上のように、仲間とかかわり合う楽しさやなりきって踊る楽しさを十分に味わうことが表現運動の学習の充実に極めて重要と考え、本主題を設定した。

(3) 研究仮説

児童が仲間とかかわり合ったり、なりきって踊ったりする授業づくりをすれば、表現運動の楽しさや喜びを味わわせることができるだろう。

(4) 研究内容

- ① 発達段階を大切にした系統的・弾力的な単元の全体計画
 - 第1・2学年の表現・リズム遊びの例と2年間を見通した単元配列の考え方
 - 第3・4学年の表現・リズムダンスの例と2年間を見通した単元配列の考え方
 - 第5・6学年の表現・フォークダンスの例と2年間を見通した単元配列の考え方
- ② 児童が進んで運動に取り組み、課題解決を図る単元計画
 - 単元計画 第2学年の例と課題解決を図る指導のポイントと流れ
 - 単元計画 第3学年の例と課題解決を図る指導のポイントと流れ
 - 単元計画 第6学年の例と課題解決を図る指導のポイントと流れ
- ③ 「指導のねらい」と「指導する内容」を明確にした評価計画と指導の工夫
 - 第2学年表現リズム遊びの評価計画と指導と評価の一体化を図るポイント
 - 第3学年表現の評価計画と指導と評価の一体化を図るポイント
 - 第6学年表現の評価計画と指導と評価の一体化を図るポイント

2 研究内容

(1) 発達の段階を大切にした系統的・弾力的な単元の全体計画（例）

学期	1 学期	2 学期	3 学期
第 1 学年	表現リズム遊び ・リズム遊び ・即興的に表現して遊ぶ	表現リズム遊び ・表現遊び 題材「いろいろな乗り物になって」 ・リズム遊び「児童にとって身近で関心の高い曲」	
第 2 学年	表現リズム遊び ・リズム遊び ・即興的に表現して遊ぶ	表現リズム遊び ・表現遊び 題材「どうぶつランドへ行こう！」 ・リズム遊び「弾んで踊れるようなやや速いテンポのロックの軽快なリズム」	
第 3 学年	リズムダンス ・弾んで踊れる軽快なテンポのロックやサンバのリズムの曲	表現 ・「空想の世界からの題材」－「〇〇探検」（ジャングル・宇宙・海底）	
第 4 学年	リズムダンス ・いろいろな速さや曲調の異なるロックやサンバのリズムの曲	表現 ・「具体的な生活からの題材」－「〇〇づくり」（料理）	
第 5 学年	フォークダンス ・日本の民謡	表現 ・「激しい攻防・追いつ追われつの表現」－「対決！」	
第 6 学年	フォークダンス ・外国のフォークダンス	表現 ・「激しい感じの表現」－「大変だ！〇〇」	

※児童の実態に応じて題材を弾力的に取り上げるようにする。

① 2年間を見通した単元配列の考え方

○第 1・2 学年について

心も体も大変しなやかで、リズムに乗って弾んで踊る律動を好むとともに、変身すること自体を楽しむ低学年では「表現遊び」と「リズム遊び」の両方の遊びを豊かに体験する中で、中学年からの表現運動につながる力を培うことができる。そのために、1 単元、1 時間の学習の中に「表現遊び」と「リズム遊び」の 2 つの内容を組み合わせたり、関連をもたせたりして指導できるようにした。そうすることで、いろいろな動物や乗り物になりきりやすく、律動的な活動を好む低学年の児童の特性を生かした学習指導を工夫できるようにした。

○第 3・4 学年について

生活経験の広がりに伴って多様な身体感覚が身に付き、探究心旺盛にエネルギッシュに動きたい時期の中学年では、リズムの特徴をとらえて踊ることができるようにすることが大きなねらいとなる。そこで、「リズムダンス」では、ロックやサンバ、レゲエなど異なる曲調のリズムの特徴をとらえて踊れるようにする。その後「表現」の単元で、ウォーミングアップとしてリズムダンスを取り入れ、表現と組み合わせるようになっていくようにした。また、多様なものへの探究心が旺盛な特徴を生かし、「空想の世界からの題材」・「具体的な生活からの題材」を取り上げ、実態に応じて弾力的に扱う。イメージを豊かに膨らませながら楽しく活動することに重点を置き、動きを誇張して楽しんだり、未知の想像を広げて楽しんだりして表現運動の特性に十分触れられるようにした。

○第 5・6 学年について

高学年になると、表したいイメージや踊りたい音楽などに対する好みが多様化すると共に個別化してきて、変化と起伏のある個性的な表現を志向するようになる。一方で、異性に対する意識や踊ることに対する恥ずかしさや抵抗感も大きくなる。そこで高学年では、リズムダンスを表現のウォーミングアップとして位置付け、学習を楽しくスタートする。一定の型で踊るフォークダンスは、単独の単元設定として指導する。「激しい感じの題材」「群（集団）が生きる題材」「多様な題材」をもとにして、表したい感じやイメージを強調するように、変化を付けたひと流れの動きで即興的に表現したり、グループで「はじめーなかーおわり」を付けた簡単なひとまとまりの動きにして表現したりできるようにした。

(2) 児童が進んで運動に取り組み、課題解決を図る単元計画

① 単元計画 第2学年の例

時数	1	2	3	4	5
学 習 内 容	オリエンテーション リズム遊び				
	リズムに乗って楽しむ時間 ○軽快なリズムの音楽に乗って自由に踊る。 ○友達と調子を合わせて楽しく踊る。				
	表現遊び				
	即興的に楽しむ時間 ○色々な物に変身し、全身を使って踊る。				
		変身して楽しむ時間 ○「動物ランド」という空想の世界を設定し、その題材の特徴をとらえて踊る。			
		変身して楽しむ時間 ○「跳ぶ」「回る」「這う」「ねじる」動きを取り入れながら踊る。		変身して楽しむ時間 ○急変する場面を取り入れて、動きを変化させて、簡単な話にして続けて踊る。	

② 課題解決を図る指導のポイントと流れ

<オリエンテーション>

○リズムに乗って楽しむ時間と即興的に表現して楽しむ時間を多く設定することで、表現リズム遊びの楽しさを味わう。

<リズムに乗って楽しむ時間>

○テンポのよい曲に合わせて、体の各部分でリズムをとったり、体幹部（へそ）を中心にリズムに乗ったりして全身で踊る感覚を身に付ける。リズム遊びを通して、多くの友達とかかわって踊る。

<即興的に楽しむ時間>

○「かいじゅうになろう」「たまごたまご」などの簡単な表現遊びを行うことで、即興的に表現する楽しさを味わう。

<変身して楽しむ時間>

○題材の特徴をとらえ、そのものになりきって全身で踊る感覚を身に付ける。

○「動物変身カルタ」を使い、大きい動物、小さい動物、空を飛ぶ動物、這う動物などになりきること、跳ぶ、ねじるなど色々な動きを体験する。

○動きの中に「大変だ！○○だ！」などの急変する場面を取り入れ動きを変化させ、簡単なお話にして踊る。例えば、教師が「大変だ！ライオンが追いかけて来た！」「池に落ちた！」などの言葉掛けをすることで、児童のさらなる動きを引き出し、簡単なお話づくりへと広げていくことができる。

(3)「指導のねらい」と「指導する内容」を明確にした評価計画と指導の工夫

① 第2学年表現リズム遊びの例

時数		1	2	3	4	5
指導のねらい	技能	○いろいろなもの、動物、乗り物になりきることができるようにする。			○いろいろなもの、動物、乗り物になりきって、その様子や特徴をとらえて全身で踊ることができるようにする。	
		○軽快なリズムの音楽に乗って自由に踊ったり、友達と調子を合わせたりして楽しく踊ることができるようにする。				
	態度	○表現遊びやリズム遊びに進んで取り組むことができるようにする。				
		○友達と仲よく交流しながら、安全に気を付けて運動ができるようにする。				
指導する内容	思考・判断	○題材やリズムの特徴をとらえることができるようにする。			○題材やリズムの特徴をとらえたり、友達のよい動きを見付けたりすることができるようにする。	
		○友達のよい動きを見付けることができるようにする。			○簡単な話を作って、動きを工夫できるようにする。	
運動への関心・意欲・態度		○				
運動についての思考・判断			○	○		
運動の技能					○	○
指導と評価の工夫		○評価は観察、学習カード、発言などで行う。 ＜支援が必要な児童への手立て＞ ・教師や友達のまねをして、一緒に踊る。 ・なりきっている児童の動きを見せる。 ・オノマトペ（擬声語・擬態語）を生かした言葉掛けを行う。				

② 指導と評価の一体化を図るポイント

○特徴をとらえた動きを引き出すための言葉掛け

- ・なりきって踊っている児童を紹介し、その児童の動きの良さを全体で共有する。
- ・1単位時間で、「4つの工夫（動きの工夫、リズムの工夫、かかわりの工夫、空間の工夫）」の中から引き出したい工夫をしぼり、その観点で称賛する言葉掛けを行う。
- ・友達のよい動きを見付けるときも、その時間は「4つの工夫」のうち何について工夫しているのか児童が意識できる言葉をかける。
- ・急変する場面では、1単位時間のねらいに沿った動きが引き出せるような言葉をかける。
- ・「グーン」や「グュー」などのオノマトペを生かした言葉掛けをし、特徴をとらえた動きを引き出す。

○学習資料の活用

- ・「4つの工夫」が一目で分かるような掲示物を作成し、全体指導の時に児童が意識できるような助言をし、「4つの工夫」を活用していく。
- ・「4つの工夫」の観点から出た児童のよい動きをまとめたボードを作成する。
- ・1単位時間のねらいがはっきりと分かり、児童が自分の動きのよかったところを振り返ることができる学習カードを作成し、自分や友達のよい動きを見付ける。
- ・児童のイメージが膨らみ、全身の動きで楽しく踊れるようなイメージカルタを使用する。

3 実践事例 第2学年「十小どうぶつランドへ行こう！！」（4／5時）

(1) ねらい

【技能】いろいろな動物になりきってその様子や特徴を捉えて全身で踊ることができるようにする。

【態度】表現遊びやリズム遊びに進んで取り組むことができるようにする。

【思考・判断】題材やリズムの特徴を捉え、簡単な話を作って、動きを工夫できるようにする。

※本時は、技能を主として評価する。

(2) 展開

学習活動	○指導のポイント	◆評価
1 即興的に表現して楽しむ。 ・かいじゅうになろう	○全身を使って、いろいろな動きを引き出せるように声掛けする。 	◆全身を使って、いろいろな動きができたか【技能】（観察） かいじゅうになりきって思いっきり声を出そう！ 勝ったら髪の毛の先まで喜ぼう！ 負けたら涙が出るほど悔しがろう！
2 リズムに乗って楽しむ。 ・リズム遊び 3 学習のめあてを確認する。	○先生や友達の実似をしながら、体の各部分でリズムをとったり、体幹部（へソ）を中心にリズムに乗ったりして全身で踊る。 ○今日のめあてを確認する。	
いろいろな動物に工夫して変身しよう		
4 いろいろな動物に変身して工夫して楽しむ。 ・トントントンなんの音	○全身を使って、即興的にいろいろな動きを引き出せるように声かけする。 	◆題材の特徴をつかんで、即興的に表現することができたか【技能】（観察） ヒラヒラ～、フワフワ～と飛ぼう 空を広く、広く飛ぼう
・十小どうぶつランドへ行こう！！  グループでめくったカルタのどうぶつに変身	○急変する場面(1単位時間に1つの共通課題)を入れて、簡単なお話にして続けて踊らせるようにする。  共通課題 あ！ごちそうの山だ！ みんなで食べに行こう！ 	◆簡単なお話にして続けて踊ることができたか【技能】（観察）
5 心と体をしずめる。 ・今日の学習を振り返りながら体を伸ばす 6 学習を振り返る。	○今日の学習を想起させる。 ○工夫した動きや友達のよい動きに目を向けさせるようにする。	

※工夫・・・以下のことを工夫ととらえ、評価、児童のよい動きの視点とする。

大げさに踊る
大～きく
小～さく




4つの工夫（P7参照）を取り入れて踊る
友達と一緒に
広～く
ゆ～っくり
素早く




4 実践の記録

(1) 動物変身カルタ

① レベル1

○児童をイメージの世界へ引き込むのに有効なカルタ（大きく重々しい動物、小さくちょちょこ動く動物、空を飛ぶ動物、這う動物の4種）を一部紹介する。

○多様な動きを引き出すために、動きをもとに4つの種類に分類して作成した。



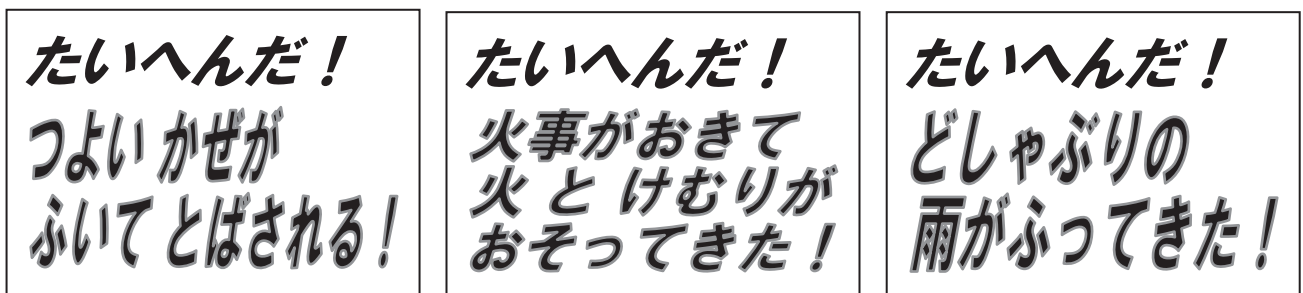
② レベル2

レベル2では、簡単なお話づくりにつなげるように動物が〇〇しているところのイメージで即興表現をできるようにしてカルタを作成した。



(2) 大変だ！カルタ

「大変！強い風がふいた」など突発的な出来事が起きた場面を想定するカルタを提示し、動きに変化を起こし、簡単な話をつくって踊れるようにした。



(3) 授業づくりハンドブック「だれでもできる即興表現」

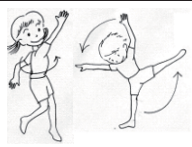
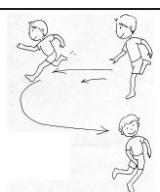
歌を歌いながら動けるものや具体物を見て即興的に動けるもの、また、ゲーム性のあるものなどを集めた授業づくりハンドブックを作成し、児童の実態に合わせて授業の導入段階で活用できるようにした。

♪ たまご たまご ♪	
たまごになる  たまごから 色々な動物が うまれるよ たまごを わる  	「たまご！たまご！」の進め方 ミッキー・マウスマーチの替え歌を歌いながら 教師 ♪たまご、たまご、生たまご 児童 ♪たまご、たまご、生たまご 教師 ♪たまごー 児童 ♪たまごー 教師 ♪たまごー 児童 ♪たまごー 教師 ♪どんな たまごか わってみよう！ 児童 ♪とんとんとん (リズム太鼓も とんとんとん) (リズム太鼓どとどどど……) 児童 ♪ぱりぱりぱり 教師 「ひよこだ！」 教師 ♪ひよこ、ひよこ、ひよこだよ！ ひよこ、ひよこ、ひよこだよ 児童 ♪ひよこ、ひよこ、ひよこだよ！ ひよこ、ひよこ、ひよこだよ
＜指導のポイント＞ ①教師のリードでいろいろな動物になりきらせる。 ②リズム太鼓に音の強さに合わせて、卵を割る動きをする。 ③小さいもの、大きいもの、動きの速いもの、遅いものと、動きに違いのあるものを提示するとよい。	＜授業の展開例（工夫例）＞ ①教師主導で色々な動物に変身して遊ぶ。 ②動物以外に乗り物、アニメキャラクターなどテーマを決めて変身して遊ぶ。 ③変身するものを決めて、それが「〇〇した」など簡単な話を教師が提示してなりきって遊ぶ。

(4) 「4つの工夫」

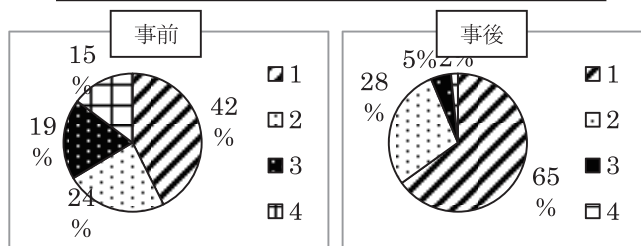
児童から多様な動きを引き出すために、教師が教える動き方の工夫をいう。

動き・リズム・かかわり・空間の4つを工夫することで、動きがより多様に、ダイナミックに変化していく。また、動きの評価の観点としても4つの工夫は大切な要素となる。

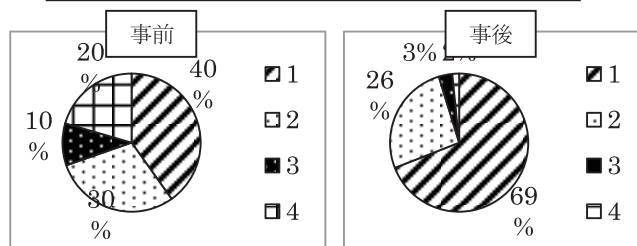
動きの工夫 ○身体の軸を変化させる。 ・姿勢や身体の向きを多様に変える。 ・非日常的な動きを加える。(ねじる・転がる・逆さ) 	リズムの工夫 ○リズムの速さを変化させる。 ・リズムの速さの変化 ・強弱、速く、ゆっくり、ストップ 
4つの工夫	
かかわりの工夫 ○人とのかかわり方を変化させる。 ・人数を増やして ・反対側に ・相手と同じように ・バラバラに 	空間の工夫 ○動いている空間を変化させる。 ・広がったり ・集まったり ・方向を変えて ・定位置をつくらない 

(5) 表現リズム遊び事前と事後の意識調査（2年生 122名）

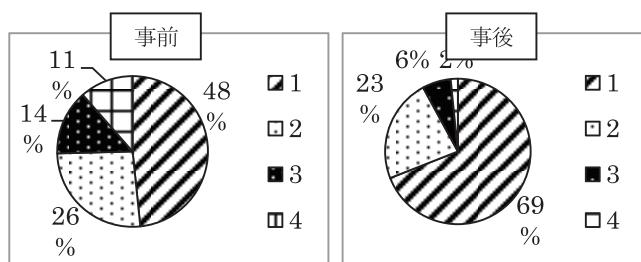
1 音楽に合わせて自由に踊るのは好きですか？



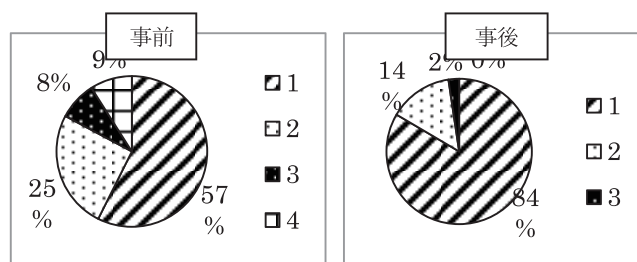
2 変身遊びは好きですか？



3 先生のまねをして、おどったり動いたりするのは好きですか？



4 友達といっしょに踊ったり動いたりすることは好きですか？



※ 1「とても好き」 2「好き」 3「あまり好きではない」 4「好きではない」

○ 意識調査からの考察

- ・軽快な音楽に体を乗せて、指導者や友達のまねをして踊ることにより、律動的に踊る楽しさを味わわせることができた。
- ・様々な表現遊びを取り入れたことにより、イメージの世界に没入し、なりきって踊る楽しさを味わわせることができた。
- ・指導者のまねをして踊ったり、グループで動いたりする活動を通して、かかわり合うことの楽しさを味わわせることができた。

※かかわり合う具体的な姿を「誰とでも踊る」「真似をする」「手をつないで踊る」「調子を合わせて（友達の動きを見る・気持ちを合わせる・息を合わせる）踊る」とした。

5 研究のまとめ

(1) 成果

- 動物変身カルタをレベル1・レベル2と段階を分けたことが効果的だった。レベル1では動物の絵が描いてあるカルタを提示し、動物そのものになりきった動きを引き出すことができた。また、レベル2のカルタでは「〇〇が〇〇するところ」というカルタを提示することで、動きが高まったり、「お話作り」へとつなげたりすることができた。
- 単元の中でどこでも、誰とでもかかわる場面を設定した。授業の導入時に即興表現を取り入れ、多くの友達と自然とかかわることができた。また、「即興表現ハンドブック」の中から選んだ運動に取り組んだことで、児童の心と体を解き放し、楽しみながら表現の世界に入ることができた。
- リズム遊びを低学年ではどの時間にも取り入れたことで、児童の心と体をほぐすことができた。

(2) 課題

- 急変する場面を入れて簡単な話を作る時には、ひと流れの動きになるよう、児童に始めと終わりのポーズをはっきりと指導し、見通しをもたせること。
- 中学年、高学年における2学年ごとの系統的、弾力的な全体計画をもとに、それぞれの学年の単元計画を作成し、授業改善を進めていくこと。

第8分科会

研究主題

かかわり合う中で 一人一人が高まるゲームの学習

だいさん
調布市立第三小学校

日 程

9:00 :30 10:15 :25 :55 11:05 :50 13:00 15:00

受付	公開授業①	移動	体育的活動	移動	公開授業②	昼食休憩	研究発表・協議
----	-------	----	-------	----	-------	------	---------

※雨天の場合 授業①9:30～10:00 授業②10:10～10:40 授業③10:50～11:20 授業④11:30～12:00

公開授業案内

授 業			場 所	【体育的活動】 全校で取り組む「マラソン週間」など、これまでの実践からいくつかの運動遊びを紹介します。
公開 授業 ①	1年2組	鬼遊び「するりんチャンス」	校庭	
	2年3組	ボール投げゲーム「島っていこうぜ」	校庭	
公開 授業 ②	3年2組	ネット型ゲーム「つないでがんばレー」	体育館	
	4年3組	ゴール型ゲーム「ペットボール」	校庭	

※雨天の場合 体育館にて1年から順に30分ずつの授業を公開します。体育的活動はありません。

学校所在地

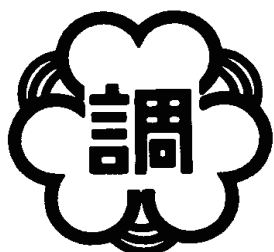


交通機関

【京王線「西調布」駅下車 徒歩7分】

- 東京駅（JR中央線）－新宿駅（京王線乗り換え）－
京王新宿駅（特急）－調布駅（乗り換え）－西調布駅
約25分
- 羽田空港（東京モノレール）－浜松町（JR山手線）
－新宿駅（以降上記と同じ）
約15分

調布市立第三小学校



所在地：調布市上石原 2－19－13

H P : <http://members.jcom.home.ne.jp/chofu-3sho/>

E-mail : chofu-3sho@jcom.home.ne.jp

T E L : 042(485)1251

F A X : 042(499)4174

学校長：村田 守

児童数：624 名

◎学校教育目標

- ・明るく健康な子ども
- ・自主的に学ぶ子ども
- ・情操の豊かな子ども

◎特色

本校は昭和23年7月1日の開校である。しかし、明治34年に調布尋常高等小学校が創立された際、本校の前身である石原分教場で1、2年生の学習が開始されており、実質的にはそのとき以来の歴史と伝統を有している。地域の方々にとって、本校はいわば地域の宝であり、子供たちを見守り育てていこうとする熱意に溢れている。

そのため本校では、保護者や地域の皆様とともに子供たちの育成にあたっていくとの視点に立ち、学校からの情報提供や地域活動に対する児童への意識付け、校外学習などへの協力依頼等、連携を基にした教育活動に力を入れている。

調布市立第三小学校

1 研究の構想

(1) 研究主題

かかわり合う中で、一人一人が高まるゲームの学習

(2) 主題設定の理由

児童を取り巻く社会や家庭環境などの変化により、人間関係の希薄化や運動する児童とそうでない児童の二極化、体力の低下が問題となっている。本校児童を対象にした意識調査では、低・中学年で5、6人程度の集団で遊ぶ児童が少ない傾向が見られた。また、「もっと運動したいと思うか」という意欲を尋ねた設問では、低学年児童の約14%が「そう思わない」と回答しており、本校の課題となっている。

ゲーム領域は、勝敗を競い合う運動をしたいという欲求から成立した運動であり、主として集団対集団で競い合い、仲間と力を合わせて競争することに楽しさや喜びを味わうことができる運動である。また、仲間と協力してゲームを楽しむことの工夫や楽しいゲームを作り上げることが、児童にとって重要な課題となってくる。その課題を解決していく過程そのものがかかわり合いを前提としており、集団で遊ぶ傾向が少ない本校児童にとって、体育学習の中でもゲーム領域は、かかわり合いを豊かにしていく上で最適な領域であると言える。

そこで、かかわり合いを基盤としたゲームの学習について研究していくことで、「集団で運動を楽しむことのできる児童を育むことができるのではないか。」「仲間と一緒にゲームを楽しむことで、一人一人の意欲や考えたり工夫したりする力、技能などの資質や能力が高まるのではないか。」と考えた。また、この2点が実証されれば、小学校の研究主題に迫れると考え、本研究主題を設定した。

(3) 研究仮説

友達とのかかわり合いが豊かになるようなゲームの授業を展開すれば、一人一人の運動への意欲が高まるとともに、動きや思考・判断も高まっていくだろう。

(4) 研究内容

- ① 発達段階を大切にした系統的・弾力的な単元の全体計画
 - ゲーム領域の年間指導計画
 - 2年間を見通した単元配列の考え方
 - ・発達の段階に即したねらいと各ゲームの考え方
- ② 児童が進んで運動に取り組み、課題解決を図る単元計画
 - 単元計画の例
 - 課題解決を図る指導のポイントと流れ
 - ・単元を通しての「振り返り」の視点
 - ・1単位時間の指導のポイントと流れ
 - ※「振り返り」とは、教師の適切な指導のもとで、学級全体やチームごとに規則の工夫を確認したり、友達のよい動き、チームの作戦などのよさを広げたりして高まるためのポイントを共有する学習活動。
- ③ 「指導のねらい」と「指導する内容」を明確にした評価計画と指導の工夫
 - 「ボール投げゲーム」の例
 - 評価計画に基づく指導と評価の一体化を図るポイント

2 研究内容

(1) 発達の段階を大切にした系統的・弾力的な単元の全体計画

① ゲーム領域の年間指導計画例

※ () の数字は時数

1 年 (22)	鬼遊び (2)	ボール投げゲーム (5)	鬼遊び (5)	ボール投げゲーム (5)	ボール蹴りゲーム (5)
2 年 (24)	鬼遊び (6)		ボール投げゲーム (6)	ボール投げゲーム (6)	ボール蹴りゲーム (6)
3 年 (24)	ネット型ゲーム (6)	ベースボール型ゲーム (6)	ゴール型ゲーム (6)	ゴール型ゲーム (6)	
4 年 (24)	ネット型ゲーム (6)	ベースボール型ゲーム (6)	ゴール型ゲーム (6)	ゴール型ゲーム (6)	

※ゲームの難度を考え、攻守分離・交代⇒攻守入り交じりの順に配列した。

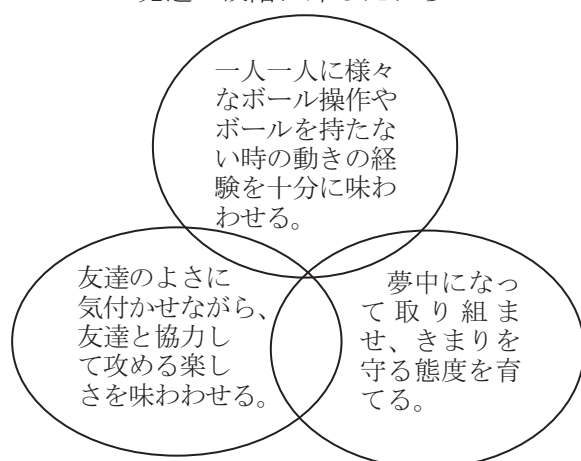
※様々な動きを経験できるよう、各型のゲームを網羅するように配列した。「ボール遊び」は、各ボールゲームで帯として扱うものとした。

② 2年間を見通した単元配列の考え方

体育の学習は、1年生から適切に学習を積み上げることで、系統的に分類された学習指導要領のねらいを達成することにつながる。そのため、ゲームの学習においても発達の段階に即した学習内容の配列になるよう、年間指導計画を作成することが大切である。

低学年（ボールゲーム、鬼遊び）

発達の段階に即したねらい

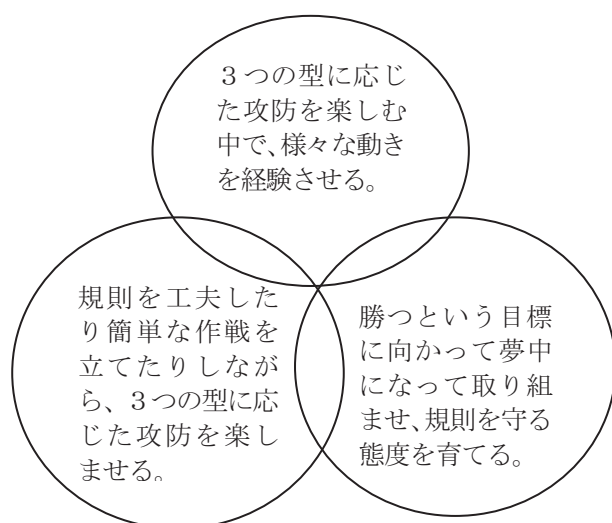


発達の段階に即した各ゲームの考え方

- 1 年 「ボールゲーム」
・一人ボール1個でボール操作の経験を十分に味わえるボールゲーム
「鬼遊び」
・追う、逃げる中で様々な動きを味わえる鬼遊び
- 2 年 「ボールゲーム」
・得点する楽しさをみんなが味わえるボールゲーム
・パスをしてシュートするチャンスを作り出す要素のあるボールゲーム
「鬼遊び」
・チームとして攻める楽しさを味わえる鬼遊び

中学年（ゴール型ゲーム、ネット型ゲーム、ベースボール型ゲーム）

発達の段階に即したねらい



発達の段階に即した各ゲームの考え方

- 3 年 「ネット型ゲーム」（攻守分離型）
ボールがチームの中でつながるようなキャッチ中心の易しいゲーム
「ベースボール型ゲーム」（攻守交代型）
攻撃側の走塁が早い、走塁を防ぐ守備側の協力したフィールディングが早いことを楽しむことに特化した易しいゲーム
「ゴール型ゲーム」（攻守入り交じり型）
ゲーム中のプレーの判断を落ち着いてできるようシュートゾーンなどを設けたゲーム
- 4 年 「ネット型ゲーム」（攻守分離型）
ボールをはじく要素を中心に、実態に応じてキャッチを取り入れた易しいゲーム
「ベースボール型ゲーム」（攻守交代型）
塁や攻めの要素（ラケットやバットで打つ）を増やし、状況判断する要素を発展させたゲーム
「ゴール型ゲーム」（攻守入り交じり型）
ボールを運ぶ、かわす、シュートするという動きを全員が経験できるゲーム

(2) 児童が進んで運動に取り組み、課題解決を図る単元計画

① 単元計画の例

段階	今もっている力で楽しむ。 → 工夫して楽しむ。
学習活動	課題や成果をすぐに次のゲームに生かせるようにするために、ゲームの後に必ず振り返りを行う。 学習内容の確認 準備運動 ゲーム 振り返り① ゲーム 振り返り② 整理運動 ゲームの内容や児童の実態によって、1単位時間に設定するゲームの回数を変更する。
振り返りの視点	学級全員が楽しめる規則・友達のよさ（技能、態度、思考・判断） 勝つための作戦（攻め方）

② 課題解決を図る指導のポイントと流れ

<指導の流れ>

【学習内容の確認】

○前時の振り返りと本時のねらいを伝える。（ねらいの例：学級全員が楽しめる規則を考えよう。友達のよさを見付けよう。勝つための作戦（攻め方）を考えよう。）

【準備運動】

○ゲーム中の動きと関連付け、一人一人がボール操作等を行う時間を確保する。

【ゲーム中】

○ゲーム中には、本時のねらいを視点にして言葉かけを行う。

【振り返り①】

○ゲームを振り返り、本時のねらいを押さえ、次のゲームに生かせるようにする。単元前半は規則の工夫や友達のよさ、単元後半は、勝つための作戦（攻め方）の修正や動きの確認を重点に振り返りを行う。

【振り返り②】

○チームから全体へ、学習の気づきを広める。

<指導のポイント>

○各ゲームの特性を明確にし、児童が夢中になって取り組めるゲームを設定する。

○単元を計画する際、各ゲームの特性を念頭に置いて、学習課題を明確にしておく。

○単元前半では、今もっている力で楽しませ、学級全員が楽しめる規則を工夫させる。単元後半では、工夫した規則のゲームで、勝つための作戦（攻め方）を工夫させる。

○単元全体を見通し、技能、態度、思考・判断がバランスよく身に付くように振り返りの計画を立てる。

○単元前半では、自分のチームの特徴を知るために総当たり戦を行い、単元後半では、作戦（攻め方）を生かせるように対抗戦を行う。

<振り返りの言葉かけの例>

○もっと学級全員が楽しめるようにするためにはどんな規則にしたらいだろう？

○もっと学級全員が楽しめるようにするためにはどういう声をかけたらよいだろう？

○友達のよいところ（技能、態度、思考・判断）が見付かった子はいらなかな？

○どんなことに気を付けたら、得点することができたかな？

○どんなことに気を付けたら、失点を防ぐことができたかな？

(3)「指導のねらい」と「指導する内容」を明確にした評価計画と指導の工夫

① 実践例 「ボール投げゲーム」

時数		1	2	3	4	5	6
指導のねらい		今もっている力でゲームを楽しみながら、ゲームの特徴をつかむことができるようにする。			ゲームの特徴を理解し、攻め方や動きを工夫して楽しむことができるようにする。		
指導する内容	技能	○ ボールゲームでは、簡単なボール操作やボールを持たないときの動きによって、的に当てるゲームや攻めと守りのあるゲームができるようにする。					
	態度	○ 運動に進んで取り組み、きまりを守り仲よく運動をしたり、勝敗を受け入れたり、場の安全に気を付けたりすることができるようにする。					
	思考・判断	○ 簡単な規則を工夫したり、攻め方を決めたりすることができるようにする。					
運動への関心・意欲・態度		○	○	○	○		
運動についての思考・判断		○	○		○	○	○
運動の技能				○		○	○
指導と評価の工夫		○ 児童の具体的な姿を想定しておき、解決すべき問題点の例を把握しておく。 ○ ゲーム中や振り返りにおいて、学習課題を意識した言葉かけを積極的に行う。					

② 指導と評価の一体化を図るポイント

単元を通して

- ・評価規準を作成し、意図的、計画的に評価するために観点を重点化する。また、学習活動における具体的なよさの現れを考える。
- ・いつ、何を、どのように評価するのかを決める。
- ・1単位時間の評価については、児童の状況を無理なく的確に把握できるように、評価場面と評価方法を考慮しながら、評価項目を重点化する。

学習導入時

- ・前時に見られたよい動きや言葉かけを全体に紹介する。
- ・友達のよさを伝えることの大切さを伝えていく。

ゲーム中

- ・個人やチームのよい動きや言葉かけを見付け、称賛する。
- ・よさを伝えていた児童の言動を称賛する。

振り返り

- ・友達のよさを見付けている児童を称賛する。
- ・全体の振り返りの場では、友達のよさを積極的に発表するように言葉かけする。
- ・友達のよさを発表した児童と、発表された児童を称賛する。
- ・児童から挙げられなかった他の児童のよさを取り上げ、称賛する。
- ・体育ノート等に記述された友達のよさを全体に広める。

3 実践事例 第2学年「島っていこうぜ☆」（ボール投げゲーム）（5／6時）

（1）ねらい

【技能】 ボールの進む方向を予想して動くことができるようにする。

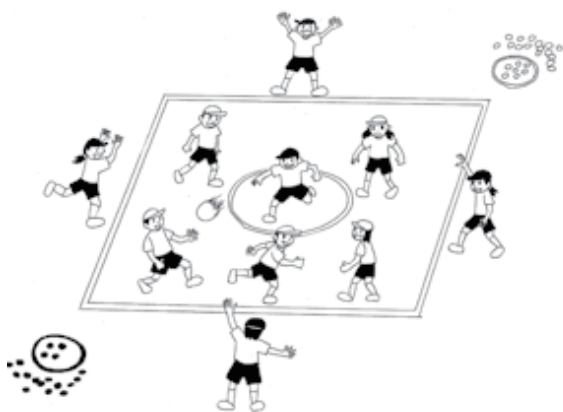
【態度】 友達と力を合わせることができるようにする。

【思考・判断】 攻め方を決めてゲームをすることができるようにする。

※本時は、技能、思考・判断を主として評価する。

（2）展開

学習活動	教師の支援	評価
1 本時の学習課題を確認する。	○前時のよさを紹介し、本時のねらいを明確にする。	☆「島っていこうぜ」の攻め方を選んだり見付けたりしている。（思考・判断） ☆ねらったところにボールを投げたり、味方からのパスを捕ったりすることができる。（技能）
友達と力を合わせてゲームをしよう。		
2 準備運動をする。	○ゲーム中の動きと関連付ける。	
3 ゲームをする。	○ゲーム中は積極的に称賛する。	
4 振り返り①をする。 【主として全体】	○よさが広がるような、指導内容を考慮した支援（称賛・助言）を行う。	
5 ゲームをする。	○振り返りの内容を意識してゲームをするような言葉かけをする。 ※ゲームの内容に応じて、1 単位時間のゲームの回数を工夫する。	
6 整理運動をする。		
7 振り返り②をする。 【主として全体】	○チームでの振り返りをもとに、全体で学習の気づきを広め合う。	
(攻め方の振り返り・学習のまとめ)		



〈はじめの規則〉

- 1チーム：5，6人
- 1ゲーム 攻守交代制
（2分30秒×表裏×2回）
- 正方形（1辺7m）
- 中心に島（直径2m）を置く。
- 島には外チームから1人入る。
（ローテーションする）
- ボールは1個。
＊軽いドッジボール
（例：ライトドッジボール1号球）
- 外チームの人が中チームの人にボールを当てたら1点。

（3）単元に入る前の教師の準備

○チーム編成

- ・誰とも仲良くできるようなチーム編成
- ・力の均等なチーム編成

○コート・用具の準備

- ・児童の実態や学習させたい内容に合わせる。

○チームカードの作成

- ・振り返りで活用する

○ゲーム開発（選び）の視点

- ・どの児童も活躍できる
- ・どのチームにも勝つ可能性がある
- ・作戦や規則を工夫しやすい
- ・力いっぱい動くことができる

4 実践の記録

(1) チームカード

チームでめあて（作戦）を確認したり、チームや自分のよさを振り返ったりするために、チームカードを使用する。

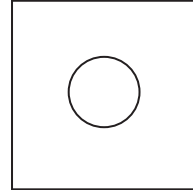


島っていこうぜ☆

チーム名

*せめ方を考えよう！！

作せん



作せんはどうだった？



うまういった



うまういかなかった

【どうして？】

*見つけたよ！友だちのよいところ♪



さん。よかったところは、



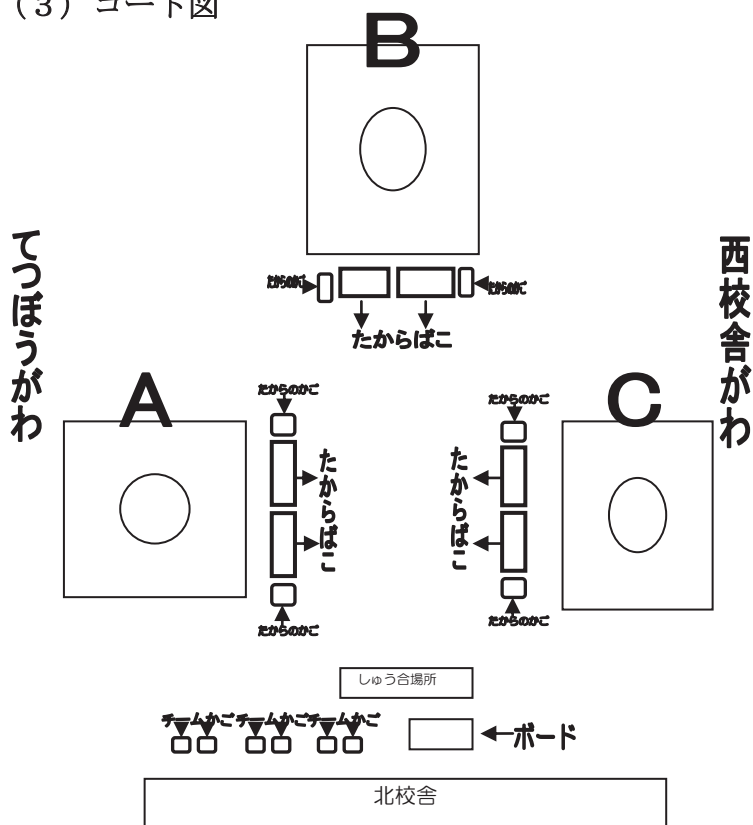
さん。よかったところは、

(2) 体育ノート

一人一人の児童の思いを知るために、体育ノート（自由記述）を使用する。ねらいに合った記述を全体に紹介し、学級全体で共有することができる。

島っていこうぜ☆			
1時間目 月 日 😊 😐 😞	2時間目 月 日 😊 😐 😞	3時間目 月 日 😊 😐 😞	4時間目 月 日 😊 😐 😞

(3) コート図



(4) 宝箱

低学年のゲームでは、得点板の代わりに、宝箱を使用した。

得点したら宝（紅白球）を端から順に入れる。ゲーム終了の整列時に、お互いの宝箱を持ち寄り、宝の数を比べ勝敗の確認をする。



(5) 振り返りの様子

授業のはじめに前時で出たよい動きなどを紹介。 ゲームとゲームの間の振り返りでよい動きを集約。



授業の最後にチームごとに振り返り。



よい動きの場面を実際に見て共有。



(6) 検証結果

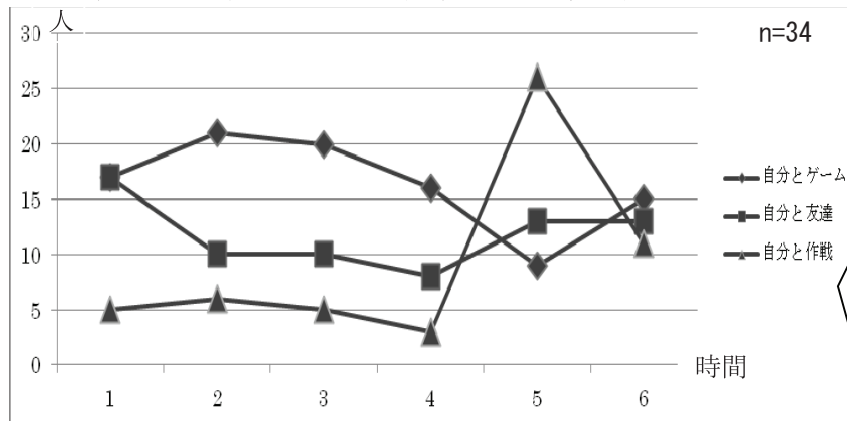
①動きの高まりについて

～第2時と第5時のボールを持たないときの動きの比較から検証～

	第2時	第5時
観察対象児童 A	14% (6/44) 28%UP	42% (8/19)
観察対象児童 B	9% (4/44) 18%UP	27% (10/37)
観察対象児童 C	20% (9/44) 31%UP	51% (19/37)
観察対象児童 D	7% (3/44) 47%UP	54% (20/37)
観察対象児童 E	4% (1/24) 63%UP	67% (12/18)
観察対象児童 F	15% (3/20) 15%UP	30% (11/37)

パスがつながった数（外野から島へのパスは除く）の総数に対して、パスをもらおうとして動けた数がどのくらいなのかの割合を計算し比較検討した結果、第2時と第5時を比較すると、パスをもらおうとした動きの高まりが見られた。

②意欲や思考・判断の高まり（体育ノートの分析）



「自分とゲーム」

自分がどのようにゲームにかかわったかの記述

例「点が取れてうれしかった。」

「自分と友達」

友達のよさに目を向けた記述

例「〇〇さんの動きがよかった。」

「自分と作戦」

チームとしてどのようにすれば勝てるかを考えた記述

例「△△作戦を考えたら・・・。」

単元前半は、ゲームの楽しさを記述する児童が多かったが、後半はチームでの作戦やパス、友達がボールを投げた後の自分の場所についてなどの記述が見られ、記述内容から児童の意識の高まりも見られた。

5 研究のまとめ

(1) 成果

- 魅力あるゲームの設定
 - ・ゲーム開発をする際に、何を競い合っているゲームなのか（特性）を明確に（第2学年ボール投げゲームでは、「当てることができるか避けることができるかの攻防」）した。そのことによって、児童に規則を工夫させるときに指導者の視点が明確になり、特性から外れずに規則を工夫させることができた。
 - ・特性を明確にしたことで、規則がシンプルで分かりやすく、児童が夢中になって取り組むことができるゲームを開発することができた。
- 「振り返り」の工夫
 - ・一単位時間の流れの中でゲームを行った後に、必ず個人やチームごとの気づきを学級全体で共有するための「振り返り」の時間を設けたことで、動きや攻め方、態度を高めることができた。また、児童が感じている楽しさが飽和状態になったときを指導者が見極め、振り返りを活用し、動きや規則などを児童から引き出したことで、学習への意欲を持続させることができた。

(2) 課題

- どのゲームの内容においても、ゲームの後に必ず振り返りを行う必要があるのかについて検討していく。
- ゲーム領域だけでなく、ボール運動領域との系統性を考慮した年間指導計画を検討していく。
- 一人一人の態度や思考・判断の伸びをどのように検証していくかを明確にしていく。

第9分科会

研究主題

一人一人のよさをのばす陸上運動系の指導の工夫

みなみだいよん

町田市立南第四小学校

日程

9:00 9:30 9:45 9:55 10:40 11:00 11:45 13:00 13:10 14:00 14:50 15:00

受付	体育的活動	移動	公開授業①	移動	公開授業②	昼食	開会	研究発表	研究協議	指導助言	閉会
----	-------	----	-------	----	-------	----	----	------	------	------	----

体育的活動…体育科の学習時間以外の業間時等における体力の向上及び心身の健康の保持増進を目指す運動

公開授業案内

※教室では、保健の授業も実施しています。

	授業	場所	授業（保健領域）	場所
公開授業①	2年3組 走・跳の運動遊び「スーパーにんじやになろう」	体育館	1年1組 「かぜにまけない げんきなこ」	教室
	4年2組 走・跳の運動「小型ハードル走」	校庭	3年3組 「毎日の生活と健康」	教室
	5年1組 陸上運動「走り幅跳び」	校庭	6年3組 「病気の予防」	教室
	特別支援 走・跳の運動遊び「かけっこ・リレー・短距離走」	校庭		
公開授業②	1年2組 走・跳の運動遊び「にんじやワールド はしるのまき」	校庭	2年2組 「けんこうな体をつくろう」	教室
	3年1組 走・跳の運動「かけっこ・リレー」	校庭	4年1組 「育ちゆく体とわたし」	教室
	6年1組 陸上運動「走り高跳び」	体育館	5年2組 「けがの防止」	教室

学校所在地



交通機関

新幹線・JR

JR東海 東海道新幹線 「新横浜駅」乗換
JR 横浜線（下り）「成瀬駅」下車

私鉄・JR

小田急線 「町田駅」乗換
JR 横浜線（上り）「成瀬駅」下車

最寄駅より

JR成瀬駅「南口」より 徒歩9分

町田市立南第四小学校



所在地 : 〒194-0215 東京都町田市金森東3-21-1
H P : <http://www/.machida-tky.ed.jp/e-minami4/>
E-mail : e-minmai4-vp@machida-tky.ed.jp
T E L : 042-796-1326
F A X : 042-795-8759
学校長 : 宇田 陽一
児童数 : 526名

◎学校教育目標

- ・明るく元気な子
- ・よく考えて正しく判断する子
- ・ねばり強くがんばる子
- ・仲良く助け合う子

◎特色

通常15学級、特別支援（知的・情緒）各2学級、計19学級の規模です。東京都芝生化推進校で、リレーと野球とサッカーができるように芝生を工夫して設置しています。

昔から飼育活動を充実させており、うさぎやにわとりのほかに「くじゃく」がいます。また、リアタイム発信を基本方針としてホームページの更新を行っています。

町田市立南第四小学校

1 研究の構想

(1) 研究主題

運動の楽しさや喜びを味わい、意欲的に実践する力を身に付ける体育学習
— 一人一人のよさをのばす陸上運動系の指導の工夫 —

(2) 主題設定の理由

豊かなスポーツライフを実現するため、それぞれの運動が有する特性や魅力に応じて、基礎的な身体能力や知識を身に付けることが重要である。このためには生涯にわたって運動に親しむことができるように発達の段階やまとまりを考慮し、指導内容を整理して、体系化を図ることが求められている。とりわけ、すべての運動の基礎となる「走・跳の動き」を扱う陸上運動では個々の発達段階に応じた力を確実に身に付けさせていく必要がある。

陸上運動は、主として個人が学習を進めていくことをねらいとしているため、一人一人の児童の変容に焦点をあて、陸上運動系の楽しさや喜びを味わうための指導の工夫を明らかにしようと本主題を設定した。

(3) 研究仮説

発達段階に応じた陸上運動の取り扱い方針を明らかにし、課題解決的な学習を進めながら、一人一人の児童の変容に応じた適切な指導を展開していけば、運動を意欲的に実践する力が身に付くであろう。

(4) 研究内容

- ① 発達段階を大切にした系統的・弾力的な単元の全体計画
 - 2年間を見通した単元配列の考え方
 - ・ かけっこ・短距離走、リレー ・ 小型ハードル走・ハードル走
 - ・ 幅跳び・走り幅跳び ・ 高跳び・走り高跳び
 - 陸上運動系の指導のポイント
 - ・ 動きづくり ・ めあて・目標（記録） ・ 特性に触れる活動
- ② 児童が進んで運動に取り組み、課題解決を図る単元計画
 - 課題解決を図る指導のポイントと流れ
 - 段階（ステージ）の設定
 - ・ 共通の課題に取り組む時間 ・ 自己の課題に取り組む時間
 - 一単位時間の学習の流れ
 - ・ ウォーミングアップの時間 ・ 運動を楽しむ時間 ・ 競争する時間
 - ・ 記録に挑戦する時間 ・ 振り返りの時間
- ③ 「指導のねらい」と「指導する内容」を明確にした評価計画と指導の工夫
 - 指導と評価の一体化を図るポイント
 - 指導内容の精選化
 - 個に応じた目標記録の設定（統計的手法を活用した段階表の作成と活用）
 - 教材開発・教具、場の工夫
 - ・ 走の運動遊び ・ 跳の運動遊び ・ 走の運動（かけっこ・リレー）
 - ・ 跳の運動（幅跳び、高跳び） ・ 走り幅跳び ・ ハードル走
 - ・ 走り高跳び
 - ・ 走・跳の運動遊び（特別支援学級）

2 研究内容

(1) 発達の段階を大切にした系統的・弾力的な単元の全体計画

陸上運動は、「速く、遠く、高く」という競争を楽しむことができる。また、記録により、個人やチームでの記録の伸び、新記録への挑戦など、「競争型」と「達成型」で学習することができる特性がある。そこで、学年の発達段階を考慮し、低学年は基礎感覚を養う「運動遊び」、中学年では個人やチームでの集団競争も含む「競争型」の学習モデルを、高学年では記録に挑戦する「達成型」の学習モデルを中心として考えた。

① 2年間を見通した単元配列の考え方

○低学年

「走る」の動きは、様々な運動の基になるため、低学年では、年度の早い段階で基礎的な走の運動感覚を身に付けさせることが望ましい。走の運動遊びを「基礎となる感覚を養う」ことを中心とした前半（5時間）と、「友達と協力し工夫しながら楽しむ」ことを中心とした後半（5時間）に分けて設定した。

また、児童の意欲や集中力を考慮し、前半と後半の実施時期をあけるなど工夫することもある必要である。跳の運動遊びにおいて、児童が力いっぱい楽しく運動し、多様な運動経験を獲得するためには、走の運動遊び前半で培う基礎となる感覚は欠かすことができない。そのため、跳の運動遊びは走の運動遊びを学習した後に行うように設定した。

第1学年		第2学年	
【前半】1～5 【後半】6～10 (10)	11～15 (5)	【前半】16～20 【後半】21～25 (10)	26～30 (5)
走の運動遊び	跳の運動遊び	走の運動遊び	跳の運動遊び

○中学年

集団で競争することを好む中学年の段階では、走の運動も跳の運動もバランスよく取り組むことで、意欲を保ちながら、様々な運動経験を積み重ねられるようにした。また、すべての運動を2学年を通して行い、児童の実態に応じ弾力的な計画を立てることができるようにした。

第3学年では、友達とともに楽しく運動する中で動きを高め、第4学年では、高学年の陸上運動につながるよう、自分自身の動きに着目させながら、技能を高めるようにしていく。

	第3学年		第4学年	
運 走 動 の	1～5 (5)	6～10 (5)	11～16 (6)	17～21 (5)
	かけっこ・リレー	小型ハードル走 (様々なリズムで)	かけっこ・リレー	小型ハードル走 (一定のリズムで)
運 跳 動 の	1～5 (5)	6～10 (5)	11～14 (4)	15～18 (4)
	幅跳び	高跳び	幅跳び	高跳び

○高学年

短距離走・リレーでは、第5学年で「リレー」第6学年で「短距離走」を中心に単元を配列した。まず、第5学年では、友達とバトンをつなぎ、楽しみながら走力の向上をめざす。態度や思考・判断面が伸びてくる第6学年では、自分の走りに目を向け、友達との教え合いを通じ走力の向上をめざしていく。

ハードル走は、第5学年で踏み切りやリズムカルな走りの感覚をつかみ、第6学年で自分の能力に適した課題を解決していく。2年間の積み重ねの中で記録の向上をめざすようにした。

跳の運動では、既習の運動経験を生かしやすい「走り幅跳び」を第5学年で行い、日常的に取り組むことが稀な「走り高跳び」を様々な運動経験を積み重ねた第6学年で行うようにした。

	第5学年		第6学年	
運 走 動 の	1～6 (6)	7～11 (5)	12～17 (6)	18～22 (5)
	短距離走・リレー	ハードル走	短距離走・リレー	ハードル走
運 跳 動 の	1～5 (5)		6～10 (5)	
	走り幅跳び		走り高跳び	

② 第5・6学年の陸上運動領域の例

学年・学期	1学期	2学期	3学期
第5学年	○短距離走・リレー	○走り幅跳び	○ハードル走
第6学年	○短距離走・リレー	○走り高跳び	○ハードル走

(2) 児童が進んで運動に取り組み、課題解決を図る単元計画

① 単元の学習過程 第5学年「走り幅跳び」(5時間扱い)の例

跳ぶ運動の楽しさや喜びに触れ、課題の解決の仕方を工夫し、技能や記録の向上をめざす。

そのために前半の「つかむ」段階では、友達と協力しながら学習を進める方法を知るとともに、練習の場を経験しながら技能のポイントを知るなど、学習の進め方を理解させる。

後半の「高める」段階では実態に応じて、グループで共通の課題に取り組んだり、ペアやトリオを結成して自己の課題について追究したりして、技能や記録の向上をめざす。

段階	つかむ (2時間)	高める (3時間)
学習活動	ウォーミングアップの時間	ウォーミングアップの時間
	学習の進め方を理解する。 ・友達と協力して学習を進める方法を知る。 ・練習の場を体験する。 ・技能のポイントを知る。	共通の課題に取り組む時間 (グループごとに学習に取り組む) 自己の課題について追究する時間 (課題別にペアやトリオで学習に取り組む)
	測定の仕方を知る。 はじめの記録を測定する。	記録を測定する時間
	整理運動の時間	整理運動の時間
	振り返りの時間	振り返りの時間

② 課題解決を図る指導のポイントと流れ

《指導のポイント》

- 段階表を用いて個々の走力に応じた目標を設定することで、一人一人が積極的に課題を解決しようする意欲をもたせる。
- 記録向上に向けて課題の解決の仕方がイメージできるように手立てを講じる
 - ・技能のポイントを明確にして、友達同士で動きを見合いながら学習を進めさせる。
 - ・適切な学習資料を用意し、活用させる。
 - ・助走、踏み切り、着地について合理的な動きが身に付く練習の場を用意する。

《指導の流れ》

ウォーミングアップの時間

体の可動域を大きくさせることや体幹を意識させることに着目させる。



共通の課題に取り組む時間	自己のめあてについて追究する時間
グループで課題を追究しながら、助走・踏切・着地について技能のポイントを意識して練習に取り組む。	課題別にペアやトリオを組み、課題を追究しながら練習に取り組む。
【身に付けさせたい動き】	
・踏切ゾーンまでリズムカルに加速して助走する。 ・踏切ゾーンの中で力強く踏み切り、振り上げ足や踏み切り足を振り上げて跳ぶ。 ・前方に足を伸ばし、かがみこむように着地する。	



記録を測定する時間

「計測」「整備・記録」の役割を設定するとともに、見合ったり教え合ったりしながら記録を測定する。



振り返りの時間

学習を振り返り、現在の自分の課題を確認し、次時以降の見通しを立てる。

(3)「指導のねらい」と「指導する内容」を明確にした評価計画と指導の工夫

① 第5学年「走り幅跳び」(5時間扱い)の例

時数		1	2	3	4	5
指導のねらい (※1)		○リズムカルな助走から踏み切って跳ぶことができるようにする。				
		○運動に進んで取り組み、約束を守り、助け合って運動をするとともに、場や用具の安全に気を配ることができるようにする。 ○学習の進め方を理解することができるようにする。		○友達と協力しながら、技能のポイントを意識して練習に取り組むことができるようにする。 ○自己の課題に応じた練習方法を選んで学習を進めることができるようにする。		
指導する内容 (※2)	技能	・自分に合った助走距離を見付ける。 ・踏切ゾーンまでリズムカルに加速して助走する。		・踏切ゾーンの中で力強く踏み切る。 ・振り上げ足や踏み切り足を振り上げて跳ぶ。 ・両足をそろえ、ひざを曲げて着地する。		
	態度	・場の安全に配慮する。 ・友達と協力して計測・準備・片付けをする。		・場の安全に配慮する。 ・友達と協力して計測・準備・片付けをする。		
	思考・判断	・友達と動きを見合ったり教え合ったりしながら学習を進める方法を知る。 ・技能のポイントを知る。		・教師や友達から動きを見てもらい、自分の課題を知る。 ・学習資料を活用する。 ・自分の課題に合った練習の場を選ぶ。		
運動への関心・意欲・態度		○	○			○
運動についての思考・判断			○		○	
運動の技能		○		○	○	
指導と評価の工夫		○具体的に評価をするために ・1時間ごとのねらいを明確にする。 ・観察や学習カードで行う。 ・児童の相互評価を行わせる。 ○単元前半で態度面について指導・評価するとともに、技能のポイントを的確に押さえていくために、児童の動きについて見取っておく。単元中盤より課題の解決の仕方について指導・評価する。 ○概ね満足できる規準に満たない児童を支援するために個別指導やグループ指導を行う際には課題の解決の仕方がイメージできるよう、評価の高い児童の姿を一緒に見ながら指導する。				

② 指導と評価の一体化を図るポイント

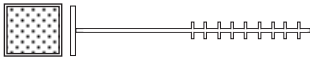
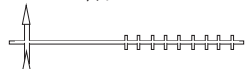
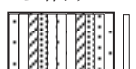
- 「つかむ」段階と「高める」段階に分け、段階に応じた指導のねらいを設定する。(※1)
 - 指導のねらいの達成に向けて、指導内容を明らかにした上で(※2)運動の場や言葉掛けの例などを用意する。
 - 目標の実現状況を把握し、効果的に評価するために、
 - ・1時間ごとの指導の重点を定める。
 - ・具体的な評価場面、評価方法を設定する。
 - 単元の前半では、まず安全面やきまりの徹底などの「態度の観点」を指導するとともに、練習の場を体験させながら合理的な動きを目指すために必要な「技能のポイント」についてつかませる。
 - 単元の中盤では自己の能力に適した課題の選び方や運動の行い方を理解させ、児童相互に技能が高まるよう、「思考・判断」の観点に重点をおいて指導・評価していく。
- 「更なる指導を要する」児童に対する具体的な支援策を計画しておく。

3 実践事例 第5学年「走り幅跳び」 (5／5時)

(1) ねらい

- 【技能】リズムよく加速し、力強く踏み切って跳ぶことができるようにする。
 【態度】同じ課題をもつ者同士で互いに見合いながら助言しあうことができるようにする。
 【思考・判断】課題解決に向けた身に付けるべき技能のポイントを考え、発見することができるようにする。

(2) 展開

学習活動	指導のポイント	評価
1 本時のめあてを確認する。 自分のめあてにあった練習をし、さらに最高記録をのばそう。 自己の課題について確認する。	○学習の流れを掲示しておき、児童が自主的に学習に取り組めるようにする。 ○学習ノートにおいて共有しておくべき事項を掲示し、紹介する。	
2 ウォーミングアップをする。 準備運動	○各部位を意識して運動するように言葉掛けをする。	
3 場の準備をする。	○安全に気を付けて協力して場づくりに取り組ませる。	
4 「スキルアップタイムⅡ」に取り組む。 砂場コース  踏み切りまでの適正助走距離を知る。 助走・踏切コース  助走加速と自分に合った走り出しの位置を知る。 立ち幅跳びコース  踏み切りから着地までの跳距離の出し方を知る。	○同じ課題をもつ児童でペア・トリオを組み、互いに動きを見合うようにする。 ○スタートから着地までの一連の動きを意識して練習に取り組ませる。	☆学習ペア・トリオで互いに見合いながら助言をしあうことができる。 【関心・意欲・態度】(観察・発言) ☆スタートから着地までの一連の動きを意識した運動ができる。 【技能】(観察)
5 記録を測定する。 ・計測は2回ずつ行う。	○実測ではなく、踏切板からの計測とし、ファウルは「計測なし」とする。	
6 整理運動をする。	○使った部位をよくほぐすように言葉掛けをする。	
7 振り返りをする。	○計測をした結果の感想やどのような工夫をしたか、どんなポイントを意識して取り組んだかを発表させ、ポイントの発見の意義を確認させる。	☆自分で選んだ場に対しての取り組みを振り返り、次時への取り組むべき技能のポイントを発見することができる。 【思考・判断】(観察・発言)
8 片付けをする。		

4 実践の記録

(1) 陸上運動系の指導のポイント

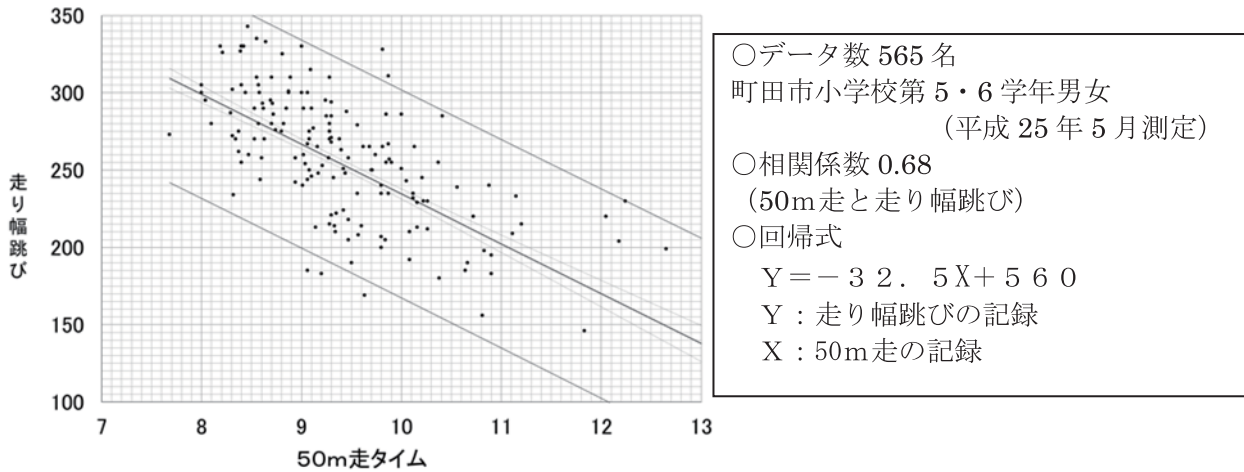
		低学年	中学年	高学年
かけこ・ 短距離走	動きづくり	・ まっすぐな走り ・ 蛇行した走り	・ 大きな腕の振り ・ 前傾姿勢 ・ スタートダッシュ	・ スタートダッシュ ・ トップスピードの走り方
	めあて・目標（記録）	・ いろいろな場でのチーム内競走遊びの工夫	・ いろいろな場でのチーム内競走	・ はじめの記録からの伸びの段階表
	陸上運動系の特性にふれる活動	・ チーム内での仲間との競走遊び	・ チーム内での仲間との競走	・ 自己記録への挑戦
リレー	動きづくり	・ 向かい合いタッチ ・ バトンの受け渡し ・ 振り向きタッチ	・ 走りながらバトンパス	・ テークオーバーゾーン内での、減速の少ないバトンパス
	めあて・目標（記録）	・ チーム対抗の競走遊び	・ チーム対抗の競走（順位）	・ チーム内の記録合算タイムへの挑戦
	陸上運動系の特性にふれる活動	・ チーム対抗での競走遊び	・ チーム対抗での競走	・ チーム記録への挑戦
ハードル走	動きづくり	・ いろいろな間隔で並べた、低い障害物の走り越え	・ いろいろなリズム（間隔）での小型ハードル越え ・ 一定のリズム（間隔）での走り越え	・ 3から5歩のリズミカルな走り ・ 遠くからの踏み切り ・ ハードル上での前傾姿勢 ・ ひざを伸ばした振り上げ足・素早い振りおろし
	めあて・目標（記録）	・ いろいろな間隔で並べられた低い障害物の場でのチーム内競走遊び	・ 一定の間隔・いろいろな障害物でのチーム内競走	・ 段階表（50m走記録との相関）の活用
	陸上運動系の特性にふれる活動	・ チーム内での仲間との競走遊び	・ チーム内での仲間との競走	・ 自己記録への挑戦
幅跳び・走り幅跳び	動きづくり	・ 片足踏み切り ・ 両足踏み切り ・ 連続跳び	・ リズミカルな助走 ・ 片足の力強い踏み切り ・ 両足での安全な着地	・ 徐々にテンポアップするリズミカルな助走 ・ 踏み切りゾーンでの踏み切り ・ かがみ跳び
	めあて・目標（記録）	・ いろいろな距離の場での川跳び遊びケンパー遊び	・ 距離の得点化	・ 段階表（50m走タイムと走り幅跳びの記録の相関）の活用
	陸上運動系の特性にふれる活動	・ チーム内での仲間との競争遊び	・ チームでの得点アップ＋得点競争	・ 自己記録への挑戦
高跳び・走り高跳び	動きづくり	・ 片足踏み切り ・ 両足踏み切り ・ 連続跳び	・ リズミカルな3歩助走 ・ 決まった踏み切り足 ・ 膝を柔らかく曲げた着地	・ リズミカルな5歩助走 ・ 上体を起こした踏み切り ・ 振り上げ足・抜き足 ・ はさみ跳び
	めあて・目標（記録）	・ いろいろな高さの場やいろいろな跳び方での遊び	・ 高さの得点化	・ 段階表（身長・体重から出した基準値と垂直跳びの記録の相関）の活用
	陸上運動系の特性にふれる活動	・ チーム内での仲間との競争遊び	・ チームでの得点アップ＋得点競争	・ 自己記録への挑戦

(2) 段階表の作成と活用

高学年になると運動の経験や発育・発達の違いから、陸上運動では特に個人差が顕著になり、記録の低い児童の意欲が低下する。そこで、陸上運動間の相関を統計的手法を用いて個に応じた目標記録を設定した段階表を作成した。このことで、記録や目標記録到達までの段階での競争の楽しさ、そして、目標記録への達成感の喜びを味わうことができる。

段階表の作成の仕方（走り幅跳びの例）

① 走り幅跳びと50m走の相関を求める。（相関図）



② 回帰式を段階設定の中央段階に設定、上下一段階ごとに2次曲線係数（1段階±0.22前後）で記録を振り分ける段階を設定する。段階はイメージしやすく、5段階毎にスポーツ大会のレベルや順位を設定する。

50m走 記録	町田市大会					東京都大会					日本選手権					アジア大会					オリンピック				
	5	4	銅	銀	金	5	4	銅	銀	金	5	4	銅	銀	金	5	4	銅	銀	金	5	4	銅	銀	金
7.9	203	220	234	247	258	268	278	287	295	308	311	318	325	332	339	345	351	357	363	368	374	379	385	390	395
8.0	199	217	231	243	255	265	274	283	292	300	306	315	322	329	335	342	348	354	360	365	371	376	381	387	392
8.1	196	213	228	240	251	262	271	280	289	297	304	312	319	326	332	338	344	350	356	362	368	373	378	384	388
8.2	193	210	225	237	248	258	268	277	286	294	301	308	315	322	329	335	341	347	353	359	364	370	375	380	385
8.3	190	207	221	234	245	255	265	274	282	290	298	305	312	319	326	332	338	344	350	355	361	366	372	377	382
8.4	186	204	218	230	242	252	261	270	279	287	295	302	309	316	322	329	335	341	347	352	358	363	368	374	379
8.5	183	200	215	227	238	249	258	267	276	284	291	299	306	313	319	325	331	337	343	349	355	360	365	371	375
8.6	180	197	212	224	235	245	255	264	273	281	288	295	302	309	316	322	328	334	340	346	351	357	362	367	372
8.7	177	194	208	221	232	242	252	261	269	277	285	292	299	306	313	319	325	331	337	342	348	353	359	364	369
8.8	173	191	205	217	229	239	248	257	266	274	282	289	296	303	309	316	322	328	334	339	345	350	355	361	366
8.9	170	187	202	214	225	236	245	254	263	271	278	286	293	300	306	312	318	324	330	336	342	347	352	358	362
9.0	167	184	199	211	222	232	242	251	260	268	275	282	289	296	303	309	315	321	327	333	338	344	349	354	359
9.1	164	181	195	208	219	229	239	248	256	264	272	279	286	293	300	306	312	318	324	329	335	340	346	351	356
9.2	160	178	192	204	216	226	235	244	253	261	269	276	283	290	296	303	309	315	321	326	332	337	342	348	353
9.3	157	174	189	201	212	223	232	241	250	258	265	273	280	287	293	299	305	311	317	323	329	334	339	345	349
9.4	154	171	186	198	209	219	229	238	247	255	262	269	276	283	290	296	302	308	314	320	325	331	336	341	346
9.5	151	168	182	195	206	216	226	235	243	251	259	266	273	280	287	293	299	305	311	316	322	327	333	338	343
9.6	147	165	179	191	203	213	222	231	240	248	256	263	270	277	283	290	296	302	308	313	319	324	329	335	340
9.7	144	161	176	188	199	210	219	228	237	245	252	260	267	274	280	286	292	298	304	310	316	321	326	332	336
9.8	141	158	173	185	196	206	216	225	234	242	249	256	263	270	277	283	289	295	301	307	312	318	323	328	333
9.9	138	155	169	182	193	203	213	222	230	238	246	253	260	267	274	280	286	292	298	303	309	314	320	325	330
10.0	134	152	166	178	190	200	209	218	227	235	243	250	257	264	270	277	283	289	295	300	306	311	316	322	327
10.1	131	148	163	175	186	197	206	215	224	232	239	247	254	261	267	273	279	285	291	297	303	308	313	319	323
10.2	128	145	160	172	183	193	203	212	221	229	236	243	250	257	264	270	276	282	288	294	299	305	310	315	320
10.3	125	142	156	169	180	190	200	209	217	225	233	240	247	254	261	267	273	279	285	290	296	301	307	312	317
10.4	121	139	153	165	177	187	196	205	214	222	230	237	244	251	257	264	270	276	282	287	293	298	303	309	314
10.5	118	135	150	162	173	184	193	202	211	219	226	234	241	248	254	260	266	272	278	284	290	295	300	306	310

(3) 指導と評価の一体化を図るための「ビューポイント」

一人一人の児童に身に付けさせたい「動き」「思考」「態度」を見取るため、教師が把握しておくべき視点（ビューポイント）を写真で理解しておく。

このビューポイントをもとにして、児童の好ましい変容を「よさ」として評価し、指導と評価の一体化を図る。

ビューポイントの理解により、指導経験の少ない教師にも的確に指導ができるようになる。



6年ハードル走 ビューポイント

○「動き」のよさ

- ・腕の振りを使って大きく跳んでいる（1年・跳の運動遊び）
- ・素早い方向転換をしている。体を内側に傾けている（2年・走の運動遊び）
- ・腰を落としながら走っている。走りながらバトンパスをしている。（3年・かけっこ・リレー）
- ・スピードのある助走、力強い踏み切り、高い空中姿勢などができている。（4年・幅跳び）
- ・3歩のリズミカルな走り、振り上げ足の素早い振り下ろしなどができる。（5年・ハードル走）
- ・リズミカルな助走をしている。踏み切りで上体を起こしている。（6年・走り高跳び）
- ・音楽に合わせて動きを変えている。（特別支援学級・走の運動遊び）

○「態度」のよさ

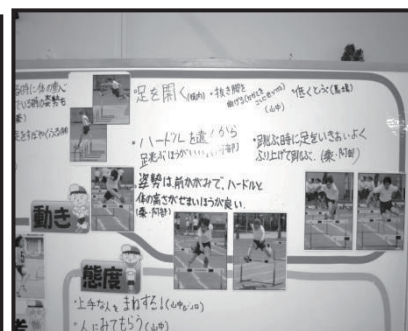
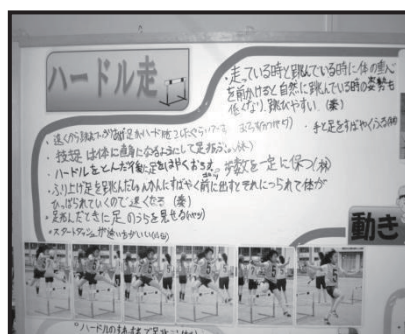
- ・協力して準備や片付けをしている。
- ・友達を積極的に応援している。
- ・話合いに進んで参加している。

○「思考」のよさ

- ・友達に助言している。
- ・よい位置で友達の動きを見ている。
- ・練習方法を工夫している。

(4) 一人一人の学びを広げる「つながりボード」

一人一人の児童が学習で身に付けた「よさ」を相互に啓発していくために、一人一人をつなげるボードを設置した。授業の振り返りで「よさ」を確認し合ったことを「動き」「態度」「思考」の3つに分けてつながりボードに記入する。視覚化することで、学習の成果をいつでも確認できるとともに、これまでの授業で出てきた「よさ」が蓄積されていくので、より深い「よさ」への気づきができるようになる。



- ・「動き」「態度」「思考」の3つの観点に分けて記入する。
- ・具体的にわかる写真を使用する。
- ・児童の言葉、つぶやきなどを記入する。
- ・授業のたびに言葉を増やしていく。

5 研究のまとめ

(1) 成果

○ 発達段階を大切にした単元計画の作成

第5学年は走り幅跳び、第6学年は走り高跳びを集中して学習させ、短距離走・リレー、ハードル走は、第5学年、第6学年と分散して扱う単元計画が効果的であることがわかった。

○ 課題解決を図る学習の流れの工夫

つかむ段階から高める（工夫して楽しむ）段階という2段階、1単位時間は、技能習得、記録測定、振り返りの3過程の学習の流れが陸上運動の課題解決に有効であることがわかった。また、個々の課題解決の情報が、他者への解決に大きく関与し、集団としての学びをさらに深められることが「つながりボード」の活用により実証できた。

○ 評価規準を明確にした評価の実施

評価規準を明確にすることで、個に応じた適切な指導や助言ができ、各単元で90%以上の児童が目標記録を達成し、運動の喜びや楽しさを味わうことができた。また、「段階表」「ビューポイント」の活用により、課題を的確に把握し、指導に生かせるようになった。

(2) 課題

評価規準とビューポイントの整合性を強化しながら、効果的な指導の工夫をさらに改善すること。

第10分科会

研究主題

友達とのかかわり合いを豊かにし、
進んで運動に取り組むゲームの学習

たけはや
東京学芸大学附属竹早小学校

日 程

9:00	9:30	10:15	10:45	11:30	12:00	13:00	13:10	14:00	14:50	15:00
受付	公開授業①	移動・※	公開授業②	移動・※	昼食	開会	研究発表 研究協議	指導助言	閉会	

※…保健の授業のみ、授業後に20分程度授業者と質疑応答をする「ミニ協議会」を行う予定です。

公開授業案内

	授業	場所
公開授業①	1年1組 鬼遊び「ドーナツおに」	校庭
	6年1組 保健「病気の予防」	6年1組教室
公開授業②	3年1組 ネット型「アタックプレルボール」	中学校体育館
	4年2組 ゴール型「セストボール」	校庭
	6年2組 保健「病気の予防」	6年2組教室

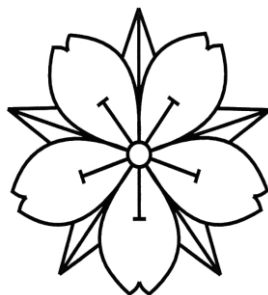
学校所在地



交通機関

東京メトロ丸ノ内線
茗荷谷駅 徒歩12分
東京メトロ南北線・丸ノ内線
後楽園駅 徒歩15分
都営地下鉄大江戸線・三田線
春日駅 徒歩15分
都営バス
春日2丁目バス停
徒歩1分

東京学芸大学附属竹早小学校



所在地 : 〒112-0002 東京都文京区小石川 4-2-1
H P : <http://www.u-gakugei.ac.jp/%7Etakesyo/>
E-mail : takesyo@u-gakugei.ac.jp
T E L : 03(3816)8941
F A X : 03(3816)8945
学校長 : 山 田 一 美
児童数 : 452名

◎学校教育目標

「自ら学び、ともに手を取り合い、生活を切り拓く子」の育成

- ・明るく元気に取り組む子
- ・よく考え工夫して学ぶ子
- ・いつくしみあい仲よく助け合う子
- ・よい生き方を求め続ける子

◎特色

本校は、教員養成を目的とする東京学芸大学にある附属学校園の一つで、今年で創立 113 周年を迎える。隣接する附属幼稚園竹早園舎と幼小一貫の教育を実現しており、同じく隣接する附属竹早中学校との連携を密にした教育を目指している。創立当初から「誠」の 1 文字を校訓に掲げ、時世の推移、思潮の変転にもかかわらず、星霜百年に亘って、「誠」の精神を貫いて教育にあたり、今日に至っている。

東京学芸大学附属竹早小学校

1 研究の構想

(1) 研究主題

友達とのかかわり合いを豊かにし、進んで運動に取り組むゲームの学習

(2) 主題設定の理由

児童を取り巻く社会や家庭環境などの変化により、人間関係の希薄化や運動する児童とそうでない児童の二極化、体力の低下が問題となっている。それは本校児童においても例外ではない。休み時間に校庭に出て楽しく遊んでいる児童が多くいる反面、晴れていても教室で静かに過ごし、1日の中でほとんど運動を行わない児童も少なくない。体育の学習では、勝敗を受け入れられず友達に文句を言ってしまうたり、規則への認識不足からトラブルが起きたりすることもあった。

集団対集団で勝敗を競い合う運動をしたいという欲求から成立した運動であるゲームの学習では、友達との豊かなかかわりの中で学習を進めることが大切である。児童自らがゲームを工夫することやお互いのよさを認め合うこと、自分たちの実践を振り返ることなかかわり合いが豊かになっていき、肯定的な人間関係が形成されると捉えている。肯定的な人間関係の中では、どの児童も安心感をもってゲームに取り組むことができるようになるだけでなく、自ら進んで運動に取り組む姿勢が高まると考える。

この考え方に立ち、研究主題を設定し、研究を進めていくことで、全体主題に迫れると考えた。

(3) 研究仮説

学級全員が楽しめるゲームを児童が工夫し、友達のよさを認め合うことができるような指導の工夫を行えば、児童は進んで運動に取り組むであろう。

(4) 研究内容

- ① 発達段階を大切にしたい系統的・弾力的な単元の全体計画
 - ゲーム領域の年間指導計画
 - 2年間を見通した単元配列の考え方
 - ・発達の段階に即したねらいと各ゲームの考え方
- ② 児童が進んで運動に取り組む、課題解決を図る単元計画
 - 単元計画の例
 - 課題解決を図る指導のポイントと流れ
 - ・単元を通して課題解決を継続するポイントと流れ
 - ※「振り返り」とは、教師の適切な指導のもとで、学級全体やチームごとに規則の工夫を確認したり、友達のよい動き、チームの作戦などのよさを広げたりして高まるためのポイントを共有する学習活動。
- ③ 「指導のねらい」と「指導する内容」を明確にした評価計画と指導の工夫
 - 「ベースボール型ゲーム」の例
 - 評価計画に基づく指導と評価の一体化を図るポイント

2 研究内容

(1) 発達の段階を大切に系統・弾力的な単元の全体計画

① ゲーム領域の年間指導計画例

※ () の数字は時数

1 年 (24)	鬼遊び (6)	鬼遊び (6)	ボール投げゲーム (6)	ボール蹴りゲーム (6)
2 年 (24)	鬼遊び (6)	ボール投げゲーム (6)	ボール投げゲーム (6)	ボール蹴りゲーム (6)
3 年 (24)	ネット型ゲーム (6)	ベースボール型ゲーム (6)	ゴール型ゲーム (6)	ゴール型ゲーム (6)
4 年 (24)	ネット型ゲーム (6)	ベースボール型ゲーム (6)	ゴール型ゲーム (6)	ゴール型ゲーム (6)

※ゲームの難度を考え、攻守分離・交代⇒攻守入り交じりの順に配列した。

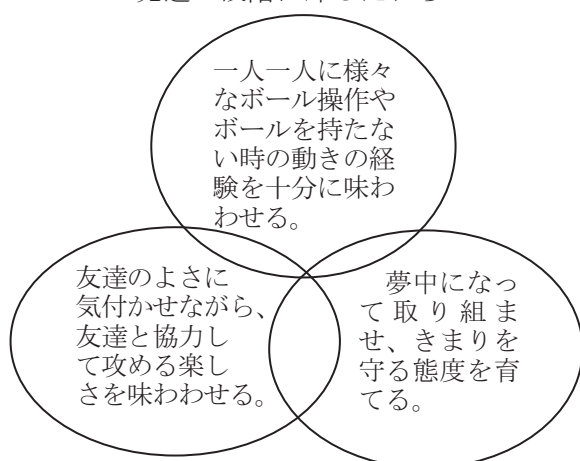
※様々な動きを経験できるよう、各型のゲームを網羅するように配列した。「ボール遊び」は、各ボールゲームで帯として扱うものとした。

② 2年間を見通した単元配列の考え方

体育の学習は、第1学年から適切に学習を積み上げることで、系統的に分類された学習指導要領のねらいを達成することにつながる。そのため、ゲームの学習においても発達の段階に即した学習内容の配列になるよう、年間指導計画を作成することが大切である。

低学年（ボールゲーム 鬼遊び）

発達の段階に即したねらい

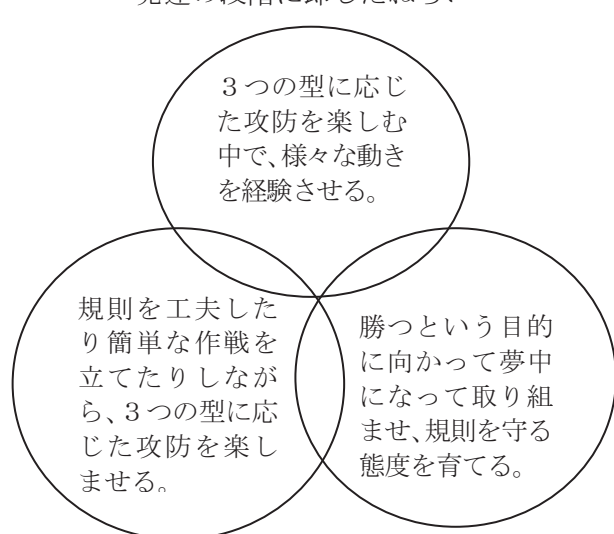


発達の段階に即した各ゲームの考え方

1 年	「ボールゲーム」 ・一人ボール1個でボール操作の経験を十分に味わえるボールゲーム 「鬼遊び」 ・追う、逃げる中で様々な動きを味わえる鬼遊び
2 年	「ボールゲーム」 ・得点する楽しさをみんなが味わえるボールゲーム ・パスをしてシュートするチャンスを作り出す要素のあるボールゲーム 「鬼遊び」 ・チームとして攻める楽しさを味わえる鬼遊び

中学年（ゴール型ゲーム、ネット型ゲーム、ベースボール型ゲーム）

発達の段階に即したねらい



発達の段階に即した各ゲームの考え方

3 年	「ネット型ゲーム」(攻守分離型) ボールがチームの中でつながるようなキャッチ中心の易しいゲーム 「ベースボール型ゲーム」(攻守交代型) 攻撃側の走塁が早いか、走塁を防ぐ守備側の協力したフィールディングが早いかを楽しむことに特化した易しいゲーム 「ゴール型ゲーム」(攻守入り交じり型) ゲーム中のプレーの判断を落ち着いてできるようシュートゾーンなどを設けたゲーム
4 年	「ネット型ゲーム」(攻守分離型) ボールをはじく要素を中心に、実態に応じてキャッチを取り入れた易しいゲーム 「ベースボール型ゲーム」(攻守交代型) 塁や攻めの要素(ラケットやバットで打つ)を増やし、状況判断する要素を発展させたゲーム 「ゴール型ゲーム」(攻守入り交じり型) ボールを運ぶ、かわす、シュートするという動きを全員が経験できるゲーム

(2) 児童が進んで運動に取り組み、課題解決を図る単元計画

① 単元計画の例

段階	今もっている力で楽しむ。 → 工夫して楽しむ。
学習活動	課題や成果をすぐに次のゲームに生かせるようにするために、ゲームの後に必ず振り返りを行う。 学習内容の確認 準備運動 ゲーム 振り返り① ゲーム 整理運動 振り返り② ゲームの内容や児童の実態によって、1単位時間に設定するゲームの回数を変更する。
振り返りの視点	学級全員が楽しめる規則・友達のよさ（技能、態度、思考・判断） 勝つための作戦（攻め方）

② 課題解決を図る指導のポイントと流れ

【単元を通して課題解決を継続するポイントと流れ】

今もっている力で楽しむ段階



打つのが苦手な私でも、このゲームなら楽しい！

ゲームの特性を明確にし、児童が夢中になって取り組めるよう、今もっている力で楽しめる易しいゲームを設定する。



守備もうまくなってきて、だんだん得点できなくなってきたね。

動きや思考・判断が高まってくると、「得点できなくて楽しくない。」といったような言葉が児童から出てくる。ここで、同じ規則で学習を続けていても、児童の意欲は低くなり、学習成果も得にくくなる。そこで、このタイミングで、児童と共に規則を工夫していく。

規則を工夫するのは今！

今の僕たちがもっと楽しめる規則を考えよう。



（作戦を）工夫して楽しむ段階



また、ゲームが楽しくなってきた。また新しい作戦を考えよう！

学級の実態やゲームの様相に応じて、規則を変化させていく。工夫のポイントは、「学級全員が楽しめる規則であること。」
「特性（何を競い合っているか）からはずれないこと。」

(3)「指導のねらい」と「指導する内容」を明確にした評価計画と指導の工夫

① 実践例 「ベースボール型ゲーム」

時数		1	2	3	4	5	6
指導のねらい		今もっている力でゲームを楽しみ、自分やチームのよさを知ることができるようにする。			ゲームの型に合った作戦を立て、ゲームを楽しむことができるようにする。		
指導する内容	技能	○捕る、投げるなどの動きによって、易しいゲームができるようにする。					
	態度	○運動に進んで取り組み、規則を守り仲よく運動をしたり、勝敗を受け入れたり、場や用具の安全に気を付けたりすることができるようにする。					
	思考・判断	○規則を工夫したり、ゲームの型に応じた簡単な作戦を立てたりすることができるようにする。					
運動への関心・意欲・態度		○	○	○	○		
運動についての思考・判断		○		○	○	○	
運動の技能						○	○
指導と評価の工夫		○児童の具体的な姿を想定しておき、解決すべき問題点の例を把握しておく。 ○ゲーム中や振り返りにおいて、学習課題を意識した言葉かけを積極的に行う。					

② 指導と評価の一体化を図るポイント

単元を通して

- ・評価規準を作成し、意図的、計画的に評価するために観点を重点化する。また、学習活動における具体的なよさの現れを考える。
- ・いつ、何を、どのように評価するのかを決める。
- ・1単位時間の評価については、児童の状況を無理なく的確に把握できるように、評価場面と評価方法を考慮しながら、評価項目をできる限り1、2項目に重点化する。

学習導入時

- ・前時に見られたよい動きや言葉かけを全体に紹介する。
- ・友達のよさを伝えることの大切さを伝えていく。

ゲーム中

- ・個人やチームのよい動きや言葉かけを見付け、称賛する。
- ・よさを伝えていた児童の言動を称賛する。

振り返り

- ・友達のよさを見付けている児童を称賛する。
- ・全体の振り返りの場では、友達のよさを積極的に発表するように言葉かけする。
- ・友達のよさを発表した児童と、発表された児童を称賛する。
- ・児童から挙げられなかった他の児童のよさを取り上げ、称賛する。
- ・体育ノート等に記述された友達のよさを全体に広める。

3 実践事例 第4学年「ベース取りゲーム」 (5/6時)

(1) ねらい

【技能】ボールを投げたりボールを捕りやすい位置へ移動したりすることができるようにする。

【態度】友達のよさに気付き、伝えることができるようにする。

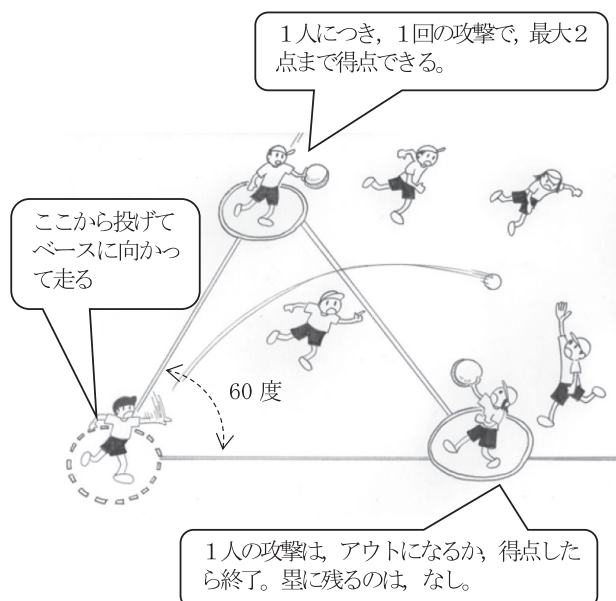
【思考・判断】みんなが楽しめるような規則、勝つための作戦を工夫することができるようにする。

※本時は、技能、思考・判断を主として評価する。

(2) 展開

学習活動	教師の支援	評価
1 本時の学習課題を確認する。	○前時のよさを紹介し、本時のねらいを明確にする。	
2 準備運動をする。	○ゲーム中の動きと関連付ける。 (例：キャッチボール)	
3 ゲームをする。	○ゲーム中は積極的に称賛する。	
4 振り返り①をする。 【全体→チーム】	○よさが広がるような、指導内容を考慮した支援(称賛・助言)を行う。	
5 ゲームをする。	○振り返りの内容を意識してゲームをするような言葉かけをする。	☆ボールを投げたりボールを捕りやすい位置へ移動したりすることができる。(技能)
6 整理運動をする。		☆みんなが楽しめるような規則、勝つための作戦を工夫している。(思考・判断)
7 振り返り②をする。 【全体→チーム】	○全体で学習の振り返りをし、そこで出された気付きなどをもとに、チームごとに次時のめあてを立てる。	

(3) ゲームの内容



<はじめの規則>

- 1ゲームのイニング数：全員攻撃×表裏×2(回)
- 1チームの人数：6～7(人) ※6(チーム)×3(コート)
- ボール：スポンジボール (例：ソフトボール 90)
- 勝敗：得点の多いチームの勝ち
- 得点：ベースに到達するごとに1点で、2塁まで
- ゲーム開始：ジャンケンで先攻、後攻を決定
- 塁間：15～20(m)
- ベースの大きさ：半径1m
- 競争方法：攻撃側は、円の中からボールを投げ、ベースに向かって走る。守備側は、転がってきたボールを捕り、ベースで太鼓を持っている仲間に向かって投げ、太鼓で触れる。(バウンドしてもよい) 走者とボールのどちらが速くベースに到達できるかを競う。
- ※太鼓の持ち手は、一人の攻撃ごとに交代する。

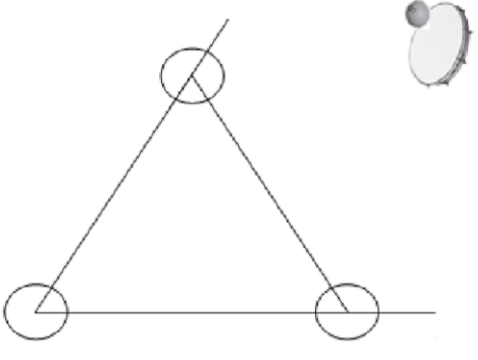
4 実践の記録

(1) チームカード

↑ベース回ゲーム **チームカード** 5分 月 日 []

■今日の作戦!!	■チームのかけ声

■作戦板



☆ゲーム	目録 - 結果	目録 - 結果	
の結果	① - []	② - []	
☆作戦はできた?	[○ ○ △]		
☆理由?	☆今日のヒーロー		
☆次はどうする?	☆理由?		

■攻め/投げる順番

	名前/1ゲーム目	名前/2ゲーム目	はじめの役割・場所
1			投げる
2			ネクスト
3			ネクストネクスト
4			2ベース塁
5			1ベース塁
6			ベンチ
7			ベンチ

■守り/1・2ベースのたいこ役

※1ベースの「たいこ」をしたなら、続けて2ベースの「たいこ」をする。

	名前/1ゲーム目	名前/2ゲーム目
1		
2		
3		
4		
5		
6		
7		

■対戦表

	ブル	まん中	ようちん	田舎する
4時開始	①-②	③-④	⑤-⑥	⑦-⑧
5時開始	①-②	③-④	⑤-⑥	⑦-⑧
6時開始	①-②	③-④	⑤-⑥	⑦-⑧
7時開始	①-②	③-④	⑤-⑥	⑦-⑧
8時開始	①-②	③-④	⑤-⑥	⑦-⑧



(2) 一単位時間の中で児童同士がかかわり合いながら学び合う姿



チームで教え合う。



チームで話し合い、作戦を立てる。



全員で共有し、全員で考える。



課題を見付ける。

(3) 教師による授業記録

	全体的な様子と 主な教師の関わり	児童の学び		規則や場
		動き方	かかわり合い	
単 元 前 半	■ゲームの全体的な様子として、1ゲームにかかると時間が長くなりすぎた。 ■勝敗を受け入れる姿勢や文句についてはいやな思いをした児童の振り返りとともに、勝負に負けたことから学ぼうとする姿勢が表れている振り返りの記述から全体に投げかける。 ■作戦タイムでは活発に話し合っているが内容が焦点化されない様子。教師側からより視点を焦点化して、よりゲームに還元できる話し合いになるような支援が必要。	■遠くまで投げる力のない児童がボールを手前に落として走ったら、それが上手くいき、他の児童もまねるようになった。 ■一部のチームで、エラーからの失点により大敗してしまう様子があった。そこで、エラーの原因を探ることを全体に投げかけたところ、「太鼓の後ろで待てばいい」「投げる人と太鼓の人の間で待てばいい」といった、カバーや中継の考え方が出された。そこから、守備中はボールが来なくてもボールから目を離さないということを確認できた。	■熱くなりすぎて結果を受け入れられずに文句を言ったり責めたりする姿が多かった。 ■守備時は位置を確認するなどのかかわり合いが見られるが、攻撃時は、かかわり合いが生まれにくくなる傾向が見られた。	■ファールボールが続く時間がかかってしまった。「時間がかかりすぎるから止めた方がいい。」という意見も出たが、「投げられる回数を決めるとそれがプレッシャーになって失敗するかもしれない。」という意見もあり、結論は「マナー」として、できるだけまっすぐ投げようという話に落ち着いた。
単 元 後 半	■授業前にリーグ戦前半を終えるにあたり、みんながより楽しめる規則の工夫がないか改めて投げかけた。 すると、投げるのが苦手な児童に対し前進守備がしかれることへの不安感を解消するためのアイデアと、2点を取るために投げた人が走者としてベースに残れるという「残塁」のアイデアが出された。 結果、これまで一度も勝てていなかった紫チームが勝利できるなど、ゲーム結果に変化が現れた。	■1ゲーム目では、守備での判断の迷いから進塁を防げず、得点が入りすぎること攻防の緊張感が失われる場面があった。 そこで、ゲーム間の振り返りで、守備の場面をクローズアップし、捕球したらどこへ投げるべきかを問い、 ① ランナー無しなら1ベースへ ② ランナーが出たら2ベースへ投げるとよいことを確認した。 2ゲーム目では、状況選択をするようになり、意図的に得点を防ぐ姿が増え、攻防の緊張感もどった。攻撃時のねらいどころについての理解が深まると、打順を工夫したり投げ方を変えたりするなど意図的なチームプレーが生まれると感じた。	■新しい規則が追加されたことで、攻守それぞれについて話し合っていた。 攻撃では、ベースに人がいるときとそうでないときの走り方の違いを確認し、守備では、アウトにする優先順位を確認していた。 ■残塁すべきか否かの判断が難しい仲間に対し、ベースの近くの仲間がアドバイスしていた。	■「残塁あり」の規則を追加。 *1ベースは1点。2ベースは2点。 *1ベースを越えたら、1ベースには戻れない。 *ベースに残った人は、投げる人の手からボールが離れたら走ってよい。(リード、盗塁×) ■「安心して投げられるライン」を設定した。 ■守備側と塁に残った走者とのタイミングを図るために、投げる前に合図を出すようにした。



5 研究のまとめ

(1) 成果

- ゲーム開発をする際に、何を競い合っているゲームなのか（特性）を明確に（ベースボール型ゲームでは、「攻撃側の走塁が早いか、走塁を防ぐ守備側の協力したフィールディングが早いかの攻防」）した。そのことによって、規則がシンプルで分かりやすく、児童が夢中になって取り組むことができるゲームを開発することができた。また、児童が規則を工夫する際、指導者は特性から外れずに規則を工夫できるような支援をすることができた。
- 「打つ」ことに抵抗感があり、ベースボール型ゲームへの意欲が低かった児童も、はじめの規則で攻撃時に「投げる」ことから取り組めたことによって、チーム内でのかかわり合いが増え、ベースボール型ゲームの特性に十分に浸ることができた。
- 児童の気づきを学級全体で共有するために、ゲームを行った後に必ず振り返りの時間を設けた。それによって、動きや作戦、態度を高めることができた。
また、児童が「今のゲームでは簡単すぎるから、もっと難しくて楽しいゲームにしたい。」と感じている状態になったときを指導者が見極め、ゲームの規則を工夫する機会を設けたことによって、学習意欲を継続することができた。
- 単元のはじめは、情意的な作戦が多かったが、単元が進むにつれて、ゲームの型の特徴に合った作戦について支援したことで、ゲームに勝つための作戦を工夫する様子が見られた。守備におけるポジションの工夫や、中継プレー、カバーを作戦にするチームがあった。

(2) 課題

- ベースボール型ゲームの特性を明確にしてゲームを開発したが、ベースボール型ゲーム以外についても特性を明確にしたゲームを開発・検討していく。
- ゲームの規則を工夫する際に、「特性から外れない」「学級全員が楽しめる」の視点から外れないようにするための発問例を作成していく。
- ベースボール型ゲーム以外のゲームにおいても、ゲームの様相がどのように発展していき、どのような作戦が出現するのかを明確にして指導していく。

中学校

研究主題

「運動の特性や魅力に応じて
楽しさや喜びを味わい、
自主的に実践する力を身に付ける
体育学習」

第11分科会 千代田区立麴町中学校
第12分科会 港区立御成門中学校
第13分科会 墨田区立両国中学校

第11分科会

研究主題

主体的に学び、かかわり合いながら課題解決を図る体育学習
～運動の特性や魅力に応じた学びの追究を通して～

こうじまち
千代田区立麴町中学校

日程

9:00	9:30	10:20	10:50	11:40	12:50	13:00	14:00	14:50	15:00
受付	公開授業①	移動	公開授業②	昼食 休憩	開会行事	研究発表 研究協議	指導助言	閉会	

公開授業案内

	授 業	場 所
公開授業①	2年女子 器械運動「マット運動・平均台運動」	体育館
公開授業②	2年男子 球技ゴール型「バスケットボール」	体育館

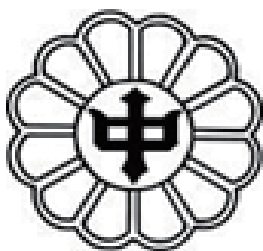
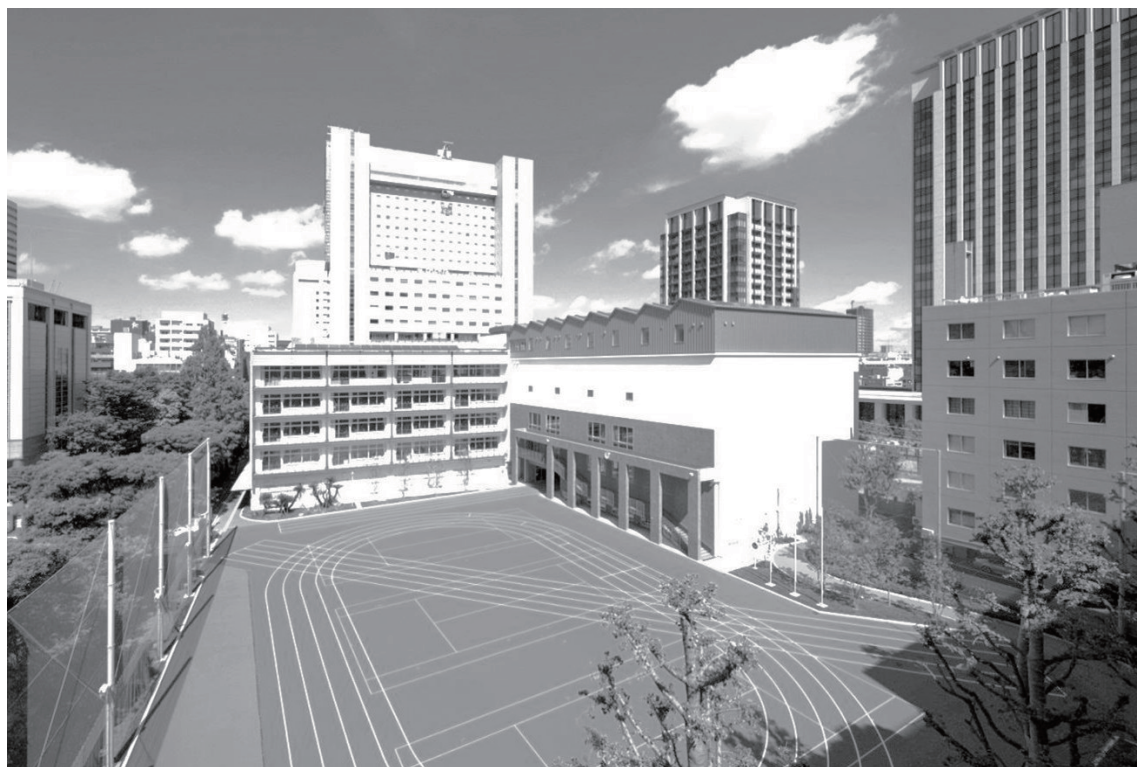
学校所在地



交通機関

- 東京メトロ有楽町線
東京メトロ半蔵門線
東京メトロ南北線
「永田町駅」 5番出口
徒歩3分
- 東京メトロ銀座線
東京メトロ丸の内線
「赤坂見附駅」 D出口
徒歩8分

千代田区立麹町中学校



所在地：〒102-0093 東京都千代田区平河町 2-5-1

H P : <http://www.kojimachi-j.ed.jp/>

E-mail : sotetu@kojimachi-j.ed.jp

T E L : 03-3263-4321

F A X : 03-3263-4339

学 校 長 : 村上 みな子

学校規模：1年 4学級 2年 4学級 3年 4学級
特別支援学級 1学級 計 13学級編成

◎ 教育目標

- ・自主性…主体的に学習し、生活する生徒の育成
- ・社会性…広い視野に立って考え、社会の発展に貢献する生徒の育成
- ・創造性…豊かな発想をもち創意工夫する生徒の育成

◎ 特色

本校は、昭和 22 年 4 月に旧永田町小学校を仮校舎として創設されました。以来、2 万人を超える優秀な卒業生を各界に輩出するなかで、進取の気性をモットーに、ゆるぎない歴史と伝統を築いてきました。また、平成 20 年 9 月から平成 24 年 9 月まで、新校舎改築工事が行われ、全ての工事が完了した今、これまでの学校文化を継承しつつ、国際教育推進校としての教育を基盤に、日本の伝統文化理解の教育を推進するとともに、エコスクール麹町中としての環境教育の推進や地域の麹町消防団を併設した地域防災の拠点校としての活動を新たな課題として、日々創意工夫をして意欲的に教育活動に取り組んでいます。

千代田区立麹町中学校

1 研究の構想

(1) 研究主題

主体的に学び、かかわり合いながら課題解決を図る体育学習
～運動の特性や魅力に応じた学びの追究を通して～

(2) 主題設定の理由

近年、長期的に子どもの体力が低下傾向にあることや、運動する子どもと、そうでない子どもの二極化等、運動習慣の分散化の傾向が指摘されている。

本校においても、体力テストの結果から、同様の傾向が見られ、中でも、投力・持久力・柔軟性は男女ともに課題である。また、本校生徒の「体育授業に関する愛好度の実態調査」の結果から、各学年共に一定の体育嫌いの生徒が存在しており、1年の時に体育が好きと答えた生徒は、学年が上がるごとに減少していき、その傾向は、女子生徒に顕著になっている。このことは、運動の得意・不得意や技能の習得状況が関係しており、体育が嫌いと答えた生徒は、学び方（思考・判断）やできる（運動目標）の評価が低く、中でも「できる自信」の評価が「1」であった。（表1）しかし、このように運動の有能感が低くても、授業規律は確立されており、教師の指導の下に、まじめに整然と学習活動が展開されているのが実情である。指導者として、このような本校生徒の姿から、本大会の中学校校主題である「運動の特性や魅力に応じて楽しさや喜びを味わい、自主的に実践する力を身に付ける体育学習」を受けて、日々の授業において、心から運動の楽しさ喜びを体感させ、生徒一人一人が自信をもって運動に取り組み、運動が好きになり、さらには、習慣化していくように授業を工夫・改善していくことは喫緊の課題と考えた。

そこで、生涯にわたって運動に親しむ資質や能力の視点から、運動の楽しさの中核である機能的特性に着目し 運動の楽しさを、かかわる（態度）分かる（知識）、考える・工夫する（思考・判断）、上達する・動かす（技能）等（図1）6つに分類した。これらの楽しさの要素は、4つの観点別学習状況の評価項目と関連しており、適正な評価につながることである。また、運動技能と体力は相互に関連し高まることを認識し、それぞれの運動の特性や魅力に触れるために必要となる体力を自ら高められるようにすることも大切である。

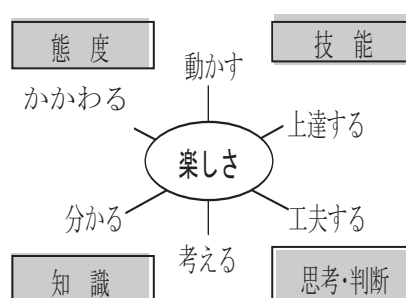
なお、研究領域については、本校生徒の領域別愛好度を参考に、愛好度の評価の高い球技とその逆に愛好度の低い器械運動を取り上げた。そして、それぞれの領域の特性を押さえた上で、主体的に学び、仲間とかかわり合いながら、知識及び技能を習得し、それらを活用して課題解決を図る体育学習の在り方を追究することとした。

- 調査研究 -

■千代田区立麹町中学校における体育授業に関する調査

「運動嫌い」に関する先行研究では、技能・適性的要因並びに教科内容的要因が男子より女子の方が高いことが明らかにされている。特に、技能・適性要因については、運動神経や運動の得意・不得意、技能の習得状況が関係していた。また、「体育嫌い」が顕著に表れるのが中学校期であることから、中学生の体育授業に関する愛好度を調査し、その結果を分析する

図1 運動の楽しさの分類



ことによって、「体育嫌い」を減らしていくための学習指導に対する手がかりを得ようと考えた。

表1 体育の授業についての調査結果（1年全体、男女別）

項 目		全体	男子	女子	項 目		全体	男子	女子
		評 価					評 価		
楽しむ (情意目標)	楽しく勉強	4	4	4	できる (運動目標)	運動の有能感	3	5	1
	明るい雰囲気	5	5	5		できる自信	3	3	1
	丈夫な体	4	4	3		自発的運動	4	5	3
	精一杯の運動	4	5	4		授業前の気持ち	3	4	3
	心理的充足	3	4	3		いろいろの運動の上達	4	4	3
学び方 (思考・判断)	工夫して勉強	5	5	5	まもる (社会的行動目標)	自分勝手にしない	5	5	5
	他人を参考	5	5	5		約束ごとを守る	4	3	5
	めあてをもつ	5	5	5		先生の話を聞く	5	5	5
	時間外練習	3	3	2		ルールを守る	5	5	5
	友人・先生の励まし	4	3	4		勝つための手段	3	3	4

※各項目を5段階評価した。（5…最上位、1…最下位）

（3）研究のねらい

- ①発達の段階に応じた、器械運動や球技で身に付ける力の整理
- ②器械運動や球技の特性や魅力に応じた楽しさを味わう指導計画・評価計画や指導法の工夫

（4）研究仮説

器械運動と球技の特性や魅力を整理・分析し、それぞれの特性や魅力に触れながら運動を楽しむ学びの姿を追究しながら、生徒が自らの運動課題の解決を目指して、主体的に学習し、仲間とかかわり合って課題解決を図る体育学習の学習過程や指導法を工夫することで、生徒は運動の楽しさ・喜びを味わいながら学習し、基本的な知識・技能、思考力・判断力、関わる力等、生涯にわたって運動に親しむ資質や能力を身に付けることができるであろう。また、各種目の技能構造を踏まえ、効率よく技能が習得できるように資料の提示や学習過程を工夫することで、「かかわる・分かる・考える・工夫する・上達する・動かす」関係の中で、知識や技能を習得し、それらを活動しながら課題解決を図る力が養われ、運動意欲を喚起するとともに運動の有能感が高まるであろう。

2 研究内容

(1) 発達の段階に応じて身に付ける力の整理

		小学校						中学校			高等学校		
		1	2	3	4	5	6	1	2	3	1	2	3
		各種の運動の基礎を培う時期				多くの領域の学習を経験する時期				卒業後に少なくとも一つの運動やスポーツを継続することができるようにする時期			
技能	器械運動（マット運動）	◇次の運動を楽しく行い、その動きができるようにする。 ○マットを使った運動遊びでは、いろいろな方向へ転がり、手で支えて体の保持や回転をすること。		◇次の運動の楽しさや喜びに触れ、その技ができるようにする。 ○基本的な回転技や倒立技をすること。		◇次の運動の楽しさや喜びに触れ、その技ができるようにする。 ○基本的な回転技や倒立技を安定して行うとともに、その発展技を行ったり、それらを繰り返したり組み合わせたりすること。		◇次の運動について、技ができる楽しさや喜びを味わい、その技がよりよくできるようにする。 ○回転系や巧技系の技、基本的な技を滑らかに行うこと、条件を変えた技、発展技を行うこと、それらを組み合わせること。		◇次の運動について、技ができる楽しさや喜びを味わい、自己に適した技で演技することができるようにする。 ○回転系や巧技系の基本的な技を滑らかに安定して行うこと、それらを構成し演技すること。		◇次の運動について、技がよりよくできる楽しさや喜びを味わい、自己に適した技を高めて、演技することができるようにする。 ○回転系や巧技系の基本的な技を滑らかに安定して行うこと、条件を変えた技、発展技を滑らかに行うこと、それらを構成し演技すること。	
	球技（ベースボール型）	ゲーム ◇次の運動を楽しく行い、その動きができるようにする。 ○ボールゲームでは、簡単なボール操作やボールを持たないときの動きによって、的に当てるゲームや攻めと守りのあるゲームをすること。		ゲーム ◇次の運動の楽しさや喜びに触れ、その技を身に付けることができるようにする。 ○蹴る、打つ、捕る、投げるなどの動きによって、易しいゲームをすること。		ボール運動 ◇次の運動の楽しさや喜びに触れ、その技を身に付けることができるようにする。 ○簡易化されたゲームで、ボールを打ち返す攻撃や隊形をとった守備によって、攻防をすること。		球技 ◇次の運動について、勝敗を競う楽しさや喜びを味わい、基本的な技能や仲間と連携した動きでゲームが展開できるようにする。 ○基本的なバット操作と走塁での攻撃、ボール操作と定位置での守備などによって攻防を展開すること。		球技 ◇次の運動について、勝敗を競う楽しさや喜びを味わい、作戦や状況に応じた技能で仲間と連携した動きを高めることができるようにする。 ○安定したバット操作と走塁での攻撃、ボール操作、連携した守備などによって攻防を展開すること。		球技 ◇次の運動について、勝敗を競う楽しさや喜びを味わい、作戦や状況に応じた技能や仲間と連携した動きを高めることができるようにする。 ○状況に応じたバット操作と走塁での攻撃、安定したボール操作と状況に応じた守備などによって攻防を展開すること。	
態度		○運動に進んで取り組み、きまりを守り仲よく運動したり、場の安全に気を付けたりすることができる。（器・球） ○勝敗を受け入れたりすることができる。（球）		○場や用具（器械・器具含む）の安全に気を付けたりすることができる。（器・球） ○運動に進んで取り組み、きまりや規則を守り仲よく運動をしたりすることができる。（器・球） ○勝敗を受け入れたりすることができる。（球）		○運動に進んで取り組み、ルールや約束を守り助け合って運動をしたりすることができる。（器・球）		○健康・安全を確保することができるようにする。（器・球） ○積極的に取り組むとともに、分担した役割を果たそうとすることができる。（器・球） ○よい演技を認めようとする。（器） ○フェアなプレイを守ろうとすること、作戦などについて話し合いに参加しようとする。（球）		○自主的に取り組むとともに、自己の責任を果たそうとすることができる。（器・球） ○よい演技を讀えようとする。（器） ○フェアなプレイを大切にすること、作戦などについて話し合いに貢献すること。（球）		○主体的に取り組むとともに、役割を積極的に引き受け自己の責任を果たそうとすること、合意形成に貢献しようとするなどや、健康・安全を確保することができる。（器・球） ○フェアなプレイを大切にしようとする。（球）	
知識、思考・判断		○器械・器具を用いた簡単な遊び方を工夫できる。（器） ○簡単な規則を工夫したり、攻め方を決めたりすることができる。（球）		○自己の能力に適した課題をもち、技ができるようにするための活動を工夫できる。（器） ○規則を工夫したり、ゲームの型に応じた簡単な作戦を立てたりすることができる。（球）		○自己の能力に適した課題の解決の仕方や技の組合せ方を工夫できる。（器） ○ルールを工夫したり、自分のチームの特徴に応じた作戦を立てたりすることができる。（球）		○器械運動・球技の特性や成り立ち、技（技術）の名称や行い方、関連して高まる体力などを理解し、課題に応じた運動の取り組み方を工夫できる。（器・球）		○技（技術）の名称や行い方、体力の高め方、運動観察の方法などを理解し、自己の課題に応じた運動の取り組み方を工夫できる。（器・球）		○技（技術など）の名称や行い方、体力の高め方、課題解決の方法、発表会（競技会）の仕方などを理解し、自己や仲間の課題に応じた運動を継続するための取り組み方を工夫できる。（器・球）	

(2) 指導の工夫

	器械運動（マット運動）	球技（ベースボール型）
特性に触れる工夫	○器械の特性に応じた各種の技に挑戦し、その技が「できる」楽しさや喜びを味わう運動であるが、「できる」「できない」がはっきりとしている運動でもある。 ○マット運動のさまざまな技の習得状況に応じた課題の中で、「できた」喜びを味わわせるために、技の仕組みを理解しイメージ化が図れるようにし、段階的に学習を進めるようにした。 ○自分の身体をコントロールする力の高まりを感じたり仲間と共に協力し合いながら学習を進めることの楽しさや喜びにも触れることを大切にしたい。	○ティーボールを採用し、野球に比べボールが大きく柔らかく、バットも軽いことから安全に取り組み、バッティングというベースボールの醍醐味の一つに触れることができるようにした。 ○オリエンテーション時にこの単元で身に付けたい力、バット操作やボール操作等の技能説明、学習カードの使い方の説明を行った。 ○毎時間の前半にバッティングゲームを带状に行い、基本的なバット操作を身に付け、ボールを遠くへ飛ばした時の爽快感や楽しさを味わうようにした。 ○授業後半にゲームを带状で行い、協力し合うこと、課題を見つけ解決に向かって練習を工夫して取り組むこと、ベースボール型の基本的なルール、必要な技能や知識を理解できるようにした。
学習形態の工夫	○学習内容に応じて課題解決を図るために、個々の主体的な学びとともに、仲間との学び合いにより効果的に学習を展開するために次のような3つのグループ段階をつくった。 ・知る段階…ランダムなグループ ・習得する段階…生徒の技の習得状況を配慮し意図的に編成したグループ ・挑戦する段階…同じ課題を持つ者同士のグループ	○学習内容に応じて次のような学習形態とし、相手を尊重する態度の育成、フォームのチェックのし合い、協力、運動のポイントの確認の機会を行った。 ・一斉指導…オリエンテーションや学習の流れ、めあて、学習内容等全体に周知 ・ペア活動…キャッチボール等の練習 ・グループ活動…ゲームや話し合い等
準備運動の工夫	○趣中エアロA（ランニング系）B（柔軟性、筋力） ・運動量の確保・柔軟性・筋力の向上、心肺機能の高まり、心と体の開放 ○補助的運動 ・マット運動のポイントとなる姿勢づくりのための運動の意図的導入	○ストレッチ（膝やアキレス腱、肩、肘、手首等の各関節） ○趣中エアロA'（ランニング系補助運動） ・肩や腕、腰、関節部等を効果的にほぐすとともに、リズムカルな運動（有酸素運動）による運動量の確保と心と体の開放
場の工夫と情報提供	○器械・器具の必要数量を確保し、技の習熟度に応じて練習できるような場の提供 ・安全を確保できる場づくり ・動きやすい場づくり ・各運動課題を解決しやすい場づくり ○学習資料の壁面掲示、ICTを活用したエンドレスの情報提供、連続技の手持ち資料	○4展開のゲームのコート設置 ・運動量の確保、・ゲームに慣れる ○バットを入れるコーンの活用（安全面の配慮） ・打った後にバットを入れるコーンを設置することでバットを置く習慣をつける、 ・走者と守備の接触を避けるために、塁を走塁側と守備側の2箇所設置。
評価の工夫	○学習資料を活用したペア学習での相互評価活動 ・連続技の練習を、カード化した学習資料を参考にしながら、アドバイスや技のできばえを伝え合う。 ○自己評価能力を高めるための学習カード ○振り返りによる継続的な評価活動 ・各時間の学習のねらいや学習内容、学習態度の振り返りを行い、継続的な評価活動を通して、自己の変容を読みとるとともに評価結果を次時の課題につなげることができるようにした。	○学習カードによる成果と課題の確認 ・目標、ねらいを明確にし、生徒がねらいに沿って活動し、毎時間の成果と課題を記入させることで、自己を見つめ、次時の課題につながるように設定した。 ○带状で行うバッティングゲームの数値の記録 ・自分の成長を振り返りながら、フォームを仲間同士でチェックし合うことで、チームのメンバー同士が、協力し合い、責任を果たすことができるようにした。

(3) 指導計画・評価計画

○器械運動（マット運動）

時間		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
段階		【 知る段階 】 基礎を踏まえ、特性や技能構造を学ぶ。			【 習得する段階 】 倒立を習得し、様々な感覚を身に付ける。			【 挑戦する段階 】 身に付けた倒立の感覚から、発展させる。			まとめ	
グループ構成		ランダムなグループ			習熟度を混在させたグループ			同じ課題を持つ者同士のグループ				
学習内容と技能	0	●挨拶 ●出席確認 ●健康・安全確認 ●本時の確認 ●準備運動（ストレッチ、途中エアロA・B、姿勢づくり）										
	10	●オリエンテーション ●途中エアロA・B他 ●マット運動の特性の理解	●途中SU（スキルアップ） ①～③ ①ポーズ → 前転 → ジャンプ → 前転 → ターン1/2 → 後転 → ポーズ ②ポーズ → 前転 → 抱えジャンプ → 前転 → 脚クロス → 後転 → ポーズ ③ポーズ → () → () → () → → ポーズ									
	20		●小学校で学習した技の スキルアップ									
	30		●倒立の練習 (1) 補助練習 ①背倒立 ③二人組で脚を肩に乗せる ②倒立の脚の振り上げ (2) 補助倒立 ①エバーマットの活用 ②マット上で行う ●倒立の練習から発展 (1) 課題別グループ練習 ・側方倒立回転 ・倒立前転 ・後転倒立 ・前方倒立回転 など *倒立が不十分なグループは補助倒立から行う									
	40		*逆さの感覚 *体のしめ *正しい姿勢の習得									
	50		●整理運動 ●健康・安全確認 ●本時の振り返り ●学習カード記入 ●次時課題確認 ●挨拶									
評価の重点	関・意・態		○		○				○	○		
	思・判			○		○	○		○			
	技						○		○		○	
	知・理	○			○						○	

○球技（ベースボール型）

		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13
		オリエンテーション① 事前測定	オリエンテーション②	基礎学習Ⅰ 基礎技術(打撃動作、投動作、捕球動作)			オリエンテーション③ 課題の確認	基礎学習Ⅱ ゲームと関連付けた技術練習 タブレット端末を使用し生徒同士で打撃フォームの確認			発展学習 課題を見付け、練習の方法を工夫 タブレット端末で、チームの課題発見			学習のまとめ 事後測定
時間	0	●挨拶 ●出欠確認 ●健康・安全確認 ●本時の確認 ●準備運動(補強運動、趙中エアロ)												
	10	○単元のねらいについて説明	○本時の学習内容の確認	○本時の学習内容の確認 ○基本練習 ・キャッチボール等			○映像による打撃動作のポイントの確認	○本時の学習内容の確認 ○基本練習 ・キャッチボール等 ・ゲームと関連付けた技術練習			○本時の学習内容の確認 ○基本練習 ・キャッチボール等			○打撃、投動作の記録測定 ○アンケートの実施
	20	○学習の進め方について説明	○練習方法やゲームのルール確認 ○試しのゲーム	○打撃動作 ○投動作 ○捕球動作 ○バットイングゲームⅠ			○ゲームパフォーマンスを評価し、課題の確認	○バットイングゲームⅡ			○チーム練習 ○タブレット端末を活用しバットイングゲームを撮影 ・視覚的教材の活用 ・チームの課題発見			
	30	○打撃、投動作の記録測定									○ゲーム(ティーボールを簡易化した4対4のゲーム)			
	45	○アンケートの実施		○ゲーム(ティーボールを簡易化した4対4のゲーム)				○ゲーム(ティーボールを簡易化した4対4のゲーム)			○ゲーム(ティーボールを簡易化した4対4のゲーム)			
	50	●整理運動 ●健康・安全確認 ●本時の振り返り ●学習カード記入 ●次時課題確認 ●挨拶												
評価の重点	関・意・態		○		○		○	○			○			
	思・判				○		○				○	○		
	技					○					○		○	○
	知・理	○	○	○					○					○

3 実践事例

【器械運動（マット運動）】

（１）本時のねらい

- ① 技の構造を理解し、自分に合った練習を選択することができるようにする。（思考・判断）
- ② 補助を付けて倒立ができるようにする。（技能）

（２）本時の展開（１０時間中の５時間目）

	○学習活動	指導上の留意点・配慮事項	評価内容・方法
導入 10分	○ 本時説明 ○ 準備運動 ・ストレッチ ・麴中エアロA(ランニング系) ・柔軟・姿勢づくり	* 本時のねらいと学習の流れについて説明する。 * 音楽に合わせ、楽しく準備運動を行わせる。 * 正しい姿勢を維持させる。	
展開 35分	○ 麴中SU（スキルアップ）A・B	* SUカードで出来ばえを確認し合う。（２人組） * 滑らかに安定した連続技を行わせる。	
	A ポーズ → 前転 → ジャンプ → 前転 → ターン1/2 → 後転 → ポーズ B ポーズ → 前転 → 抱え込みジャンプ → 前転 → 脚クロス → 後転 → バランス → ポーズ		
	○ 倒立の練習 (１) 補助練習 ① 背倒立 ② 倒立の脚の振り上げ ③ 二人組で脚を肩に乗せた倒立 (２) 補助倒立 ① エバーマットを活用し行う ② マット上で行う	* 各技の姿勢に留意させる。 * 技のでき栄えを確かめ合いながら行わせる。 * 逆さまの感覚体験を意識して行わせる。 * 倒立の脚の振り上げ方を体感させる。 * 腕の支持力を身に付けさせる。 * 補助者は、振り上げ足側に立つ。 * 補助者は、実施者の太ももをつかむ。	【思】【学習カード】
まとめ 5分	○ 整理運動 ・健康、安全確認 ○ 本時のまとめ・評価 ・学習カードの記入 ・振り返り ○ 次時の確認	* グループ別にストレッチを行わせる。 * 生徒の健康状態を確認する。 * 学習カードを活用し、各自で振り返りを行わせる。 * 次時の目標と課題を明確にさせる。	【思】【学習カード】

【球技（ベースボール型：ティーボール）】

（１）本時のねらい

- ① チームで協力して課題を見付け、課題解決を目指しゲームに取り組む。（思考・判断）
- ② 基礎学習を生かしてゲームを展開する。（技能）

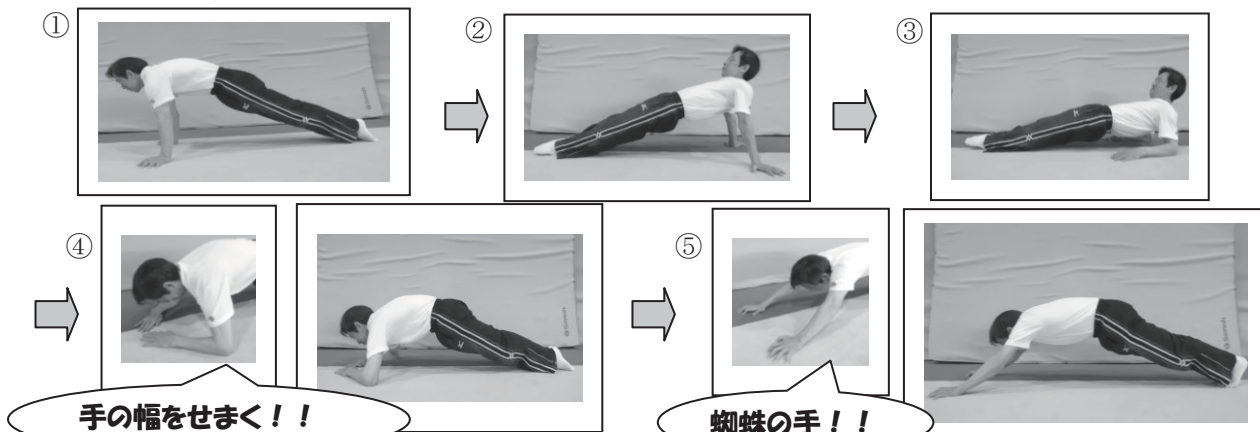
（２）本時の展開（１３時間中の１１時間目）

	○学習活動	指導上の留意点・配慮事項	評価内容・方法
導入 5分	○ 本時説明 ○ 準備運動 ・ストレッチ ・麴中エアロA' (ランニング系補助運動)	* 本時の授業の流れとねらいについて説明する。 * 準備運動時に肩、手首、足首なども入念に行わせる。	
展開 40分	○ チーム練習「バッティングゲーム」 ① フォーム確認 ② 作戦会議 ○ ゲーム ① ４ヶ所で実践	* タブレット端末、学習資料を活用し、チームで協力して個人の課題を見つけられるように指導する。 * チームで話し合いをするように声かけを行う。 * 話し合いで見つけた作戦や課題が実践できているか確認する。 * 打撃側は守備のいない所を狙って打つことを意識させ、守備側は守備位置やカバーリング等の動きを意識させる。	【思】【観察】
まとめ 5分	○ 整理運動 ○ 本時のまとめ・評価 ・学習カードの記入 ・振り返り ○ 次時の確認	* グループ別にストレッチを行わせる。 * グループ別にゲームを振り返り、チームの成果と課題を学習カードに記入させる。 * 本時のねらいが、どのように達成されたか発表させる。 * 次時の目標と課題を明確にさせる。	【思】【学習カード】

4 実践の記録

○器械運動（マット運動）男子

準備運動での姿勢づくり（※各運動、毎時間10～20秒間行う。）



○球技（ベースボール型）女子

バット操作に重点をおいた資料提供

○各領域の学習カード

指導計画に合わせた評価項目の工夫

正しい打ち方で、ボールを遠くへ飛ばそう!
～仲間の打つフォームを横からチェックしてあげよう～

<ボールを打つ前>

- ・利き手を上にしてバットを握ろう
- ・バッティングティーよりも少し後ろに立とう
- ・肩幅よりもやや広めのスタンスをとろう

<バットを振るとき>

- ・打つ方向の足（左足）を軽く上げよう
- ・腰をしっかりと回転させながら振ろう
- ・力強くバットを振ろう

<バットを振った後>

- ・最後までしっかりとバットを振りきろう
- ・後ろ足が地面から離れないようにしよう
- ・体のバランスがくずれないようにしよう

一器械運動一

A…よくできる B…できる C…もう少し

器械運動 学習カード（5/10時間） 年 組 番 氏名				
※自己評価				
本時のねらい	・補助をつけて倒立ができるようになろう! ・技を安全に行おう! ・技の仕組みを知り、練習を工夫しよう!			
趣 向	①	ポーズ→前転→ジャンプ→前転→ターン 1/2→後転→ポーズ		
S	②	ポーズ→前転→抱えジャンプ→前転→脚クロス→後転→バランス→ポーズ		
U	③	ポーズ→()→()→・・・→ポーズ		
主 要 活 動	内 容			
評 価	学習内容の理解	技のできばえ	取り組み姿勢	楽しさ喜び体験
	A・B・C	A・B・C	A・B・C	A・B・C
本時の反省				
次時の課題				

一球技一

ベースボール型 学習カード②（3/13時間）					※相互評価	
年 組 番 氏名						
月 日		今日の目標		「バット操作のポイントをつかもう」		
評価対象者		バッティングゲーム		ティーボール		
	①	点	第1打席		第2打席	
	②	点	打球の方向 左 中 右		打球の方向 左 中 右	
	③	点	0・1・2・3・4点		0・1・2・3・4点	
●本時の振り返り		今日の良かったところは？（成果）				
		次回に向けての反省点は？（課題）				

○ベースボール型のチェックカード例

仲間のバッティングフォームをチェックしよう				
○/13時間	月	日	年	組 番 氏名
《ボールを打つ前》				
・利き手を上にしてバットを握れている	A	B	C	
・バッティングティーよりも後ろに立っている	A	B	C	
・肩幅よりもやや広めにスタンスをとっている	A	B	C	
《バットを振るとき》				
・打つ方向の足を軽く上げている	A	B	C	
・腕をしっかりと回転させている	A	B	C	
・力強くバットを振っている	A	B	C	
《バットを振ったあと》				
・最後までバットを振りきっている	A	B	C	
・後ろ足が地面から離れないようにしている	A	B	C	
・体勢が崩れないようにしている	A	B	C	

5 研究のまとめ

(1) 成果

【器械運動】 マット運動（男子）

- 技の習得のための基本的な知識を学習資料、技能カード、ICT機器（タブレット端末）を用いて、生徒が資料映像等を繰り返し見ることができるようにしたことで、生徒の意欲・関心が高まるとともに個人や仲間同士で技術的課題の解決を図ろうとする姿が見られた。
- 麴中SU（スキルアップ）の連続技をペア学習で行い、互いにアドバイスしたり、評価し合ったりすることは、技のできばえや技の組み合わせを確認し合い、相互評価力を身につけるために効果的であった。
- 基礎的な技能を確実に習得し、さらに発展させることができるように、取り組む種目をマット運動に絞り、姿勢づくりの基礎と倒立の練習に時間をかけて学習させたことで、技に対する理解が深まり、見通しをもって意欲的に技に挑戦する姿が見られた。
- 音楽を使用した麴中エアロA（ランニング系）B（柔軟性・筋力）を準備運動に取り入れたことで、心と体を開放するとともに、技の習得に必要な身体能力を高めることができた。
- 挑戦する技ができたことを互いに認め合い、喜び合う姿が見られ、相互に信頼関係を構築しながら学習することができた。

【球技】 ベースボール型 ティーボール（女子）

- オリエンテーションにおいて、身に付けたい力を明確にすると共に、ルールやバット操作・ボール操作等の技能の知識を事前に学習したことで、生徒が見通しをもってスムーズにティーボールの授業に取り組むことができた。
- 投げる、バットで打つ等の運動経験が少ない動きについて、麴中エアロA'（ランニング系補助運動）の中で、投げる動作や腕・肩の動きを工夫して取り入れ、楽しくリズムカルに体の準備をさせることができた。
- 打撃フォームを学習カードや学習資料、映像によりチェックをすることで、個々の打撃フォームが確認・修正され、打撃の飛距離が伸びた。このことは、単元のはじめと終わりの投力と打撃力の測定結果の比較により検証できた。
- 生徒の学習経験や技能の習得状況からティーボールを選択したことは、ベースボール型の特性に触れながら、生徒の運動経験が少なくても、ボールが大きく、バットも軽く、安全に楽しく挑戦することができ、ベースボール型の取り扱う種目として効果があった。

(2) 課題

【器械運動】 マット運動（男子）

- 補助運動として継続的に姿勢づくりを行い「体の締め」を意識するようになったが、体のコントロールはうまくできず、倒立が確実にできるようになるまでには至らなかった。
- 麴中SU（スキルアップ）で技の組み合わせやつなぎ方を学習したが、それらを活用して、独自の連続技を作り上げるまでできなかった。
- 技の構造を理解できても、イメージ化できずに技を習得できない生徒が何人かみられた。
- 個人差が大きく、技の習得状況の差が、発展技や新たな技の組み合わせに影響していた。

【球技】 ベースボール型 ティーボール（女子）

- 打撃の醍醐味は味わえたが、守備や走塁など「ボールを持たないときの動き」の学習が十分にできなかったために、攻防の展開には課題が残った。
- 準備運動の段階でキャッチボールなどの飛距離は伸びたが、守備としてのボールの返球の状況から、安定したボールを投げる動作はまだ身についていない。
- 打撃力の向上がみられ、それが、運動の有能感の向上にはつながっていなかった。

第12分科会

研究主題

運動の特性や魅力に応じて体を動かすことの楽しさや喜びを味わい、
自主的に運動やスポーツを実践しようとする態度を養う体育学習

おなりもん
港区立御成門中学校

日程

9:00	9:30	10:20	10:50	11:40	12:50	13:00	14:00	14:50	15:00
受付	公開授業①	移動	公開授業②	昼食 休憩	開会行事	研究発表	研究協議	指導助言	閉会

公開授業案内

	授業	場所
公開授業①	領域：武道：柔道 港区立港南中学校2年AC組 女子25名 授業者 港南中 野澤 恵美	地下2階 体育館
公開授業②	領域：ダンス：現代的なリズム 港区立御成門中学校1年AB組 女子26名 授業者 御成門中 岡本 和隆	地下2階 体育館

学校所在地



交通機関

羽田空港
東京モノレール「浜松町」山手線へ
京浜急行「品川」山手線へ
新幹線
「東京」「上野」より山手線外回り
☆山手線
「新橋」「浜松町」下車 徒歩15分
☆都営地下鉄
山手線「東京」→乗換地下道 都営「大手町」
→「御成門」下車徒歩2分（A5番出口）

港区立御成門中学校



所在地：〒107-0003 東京都港区西新橋 3-25-30
H P : <http://www1.r4.rosenet.jp/onarimon-j/>
E-mail : onarimon-j@mb.rosenet.ne.jp
T E L : 03 (3436) 3551
F A X : 03 (3436) 3552
学校長：細 谷 美 明
生徒数：245 名

◎学校教育目標

- ・豊かな心とたくましい体をもつ生徒を育てる。
- ・他人の立場を尊重し仲良く協力できる生徒を育てる。
- ・自ら計画し進んで学習する生徒を育てる。

◎特色

本校は、昭和 44（1969）年、当時の愛宕中学校と北芝中学校が統合され設立した 43 年の歴史を持つ学校である。本校が立地する場所は、近隣に東京タワーや増上寺、都立芝公園などがある名所・旧跡地区であり、港区役所や愛宕警察所、芝消防署がある官公署地区でもある。

本校の特色の 1 つとしては、「ダンス」がある。4 年前より外部指導員を活用したダンス授業を始め、運動会では 1～3 年生の男女が縦割りになって競い合うダンスコンテストを行い、また、文化鑑賞としてストリートダンスの世界を体験する目的でプロダンサーを招き SHOW やワークショップをしてもらう授業等を行っている。

1 研究の構想

(1) 研究主題

運動の特性や魅力に応じて体を動かすことの楽しさや喜びを味わい、
自主的に運動やスポーツを実践しようとする態度を養う体育学習

(2) 主題設定の理由

平成24年度から新学習指導要領が完全実施となり、各中学校では地域や学校の特色を生かした教育活動が行われている。保健体育の改訂の趣旨では、生涯にわたって豊かなスポーツライフを実現する基礎を培うことを重視しており、運動の楽しさや喜びを味わうことができるようにするとともに、発達の段階のまとまりを考慮し、指導内容の体系化を図っている。

中学校においては、多くの領域の運動を十分に学習させた上で、生徒一人一人が自らに適した運動を選択することができるようにするため、第1学年及び第2学年では、全ての領域を履修させるとともに、選択の開始時期を第3学年とすることとした。

平成25年度に東京都で行われる全国学校体育研究発表大会に向けて、東京都公立中学校保健体育科研究会（以下 中体研）が平成21年度に実施した調査結果では、「ダンス」の指導経験がある男性教員と「武道」の指導経験がある女性教員が他の領域に比べて少なかった。また、中体研が、平成24年度に行った調査によると、「体育授業の指導で難しいと感じている種目」で最も多かったのが「ダンス」で、次に「柔道」であった。そこで、御成門中学校において男性教員の指導する「ダンス」、港南中学校において女性教員の指導する「柔道」の研究を進めることとした。

ダンスにおいては、身体のような部位を使い、仲間とリズムに乗って踊ることを楽しみ、仲間とのコミュニケーションを豊かにすること、また、柔道においては、基本動作や基本となる技を身に付け、相手を尊重し安全に注意しつつ、技の攻防を行うことに重点を置いた。

これらを通して、主題にある「体を動かすことの楽しさや喜びを味わう」こと、すなわち、「もっとやりたい」「またやりたい」という気持ちにさせ、自主的に運動やスポーツを実践する態度の育成につなげていくこととした。

(3) 研究のねらいと仮説

【ダンス】

ねらい

- 発達の段階に応じて、ダンスで身に付ける力の整理
- ダンスにおけるカリキュラム開発（指導計画、指導方法及び教材）
- ダンスにおける評価計画及び評価の工夫

仮説

教員が、ダンスの魅力や特性を明確にして、運動の知識や技能を身に付けるための効果的な指導の工夫、教材の工夫を行うことにより、生徒は運動に対して自主的に実践する力を身に付けていくことができる。

【柔道】

ねらい

- 発達の段階に応じて、柔道で身に付ける力の整理
- 安全面に配慮して柔道の特性や魅力に応じた楽しさを味わう指導計画や指導方法の工夫
- 相手を思いやる態度等を育成することで、攻防を楽しむことができるようになる

仮説

柔道で身に付ける力を明確にするとともに、安全面に配慮し特性や魅力に触れて楽しむ指導計画や学習環境及び指導内容、評価を工夫することにより、柔道の指導経験が少ない教員であっても、柔道の魅力を伝え、自主的に実践する力を身に付けさせることができる。

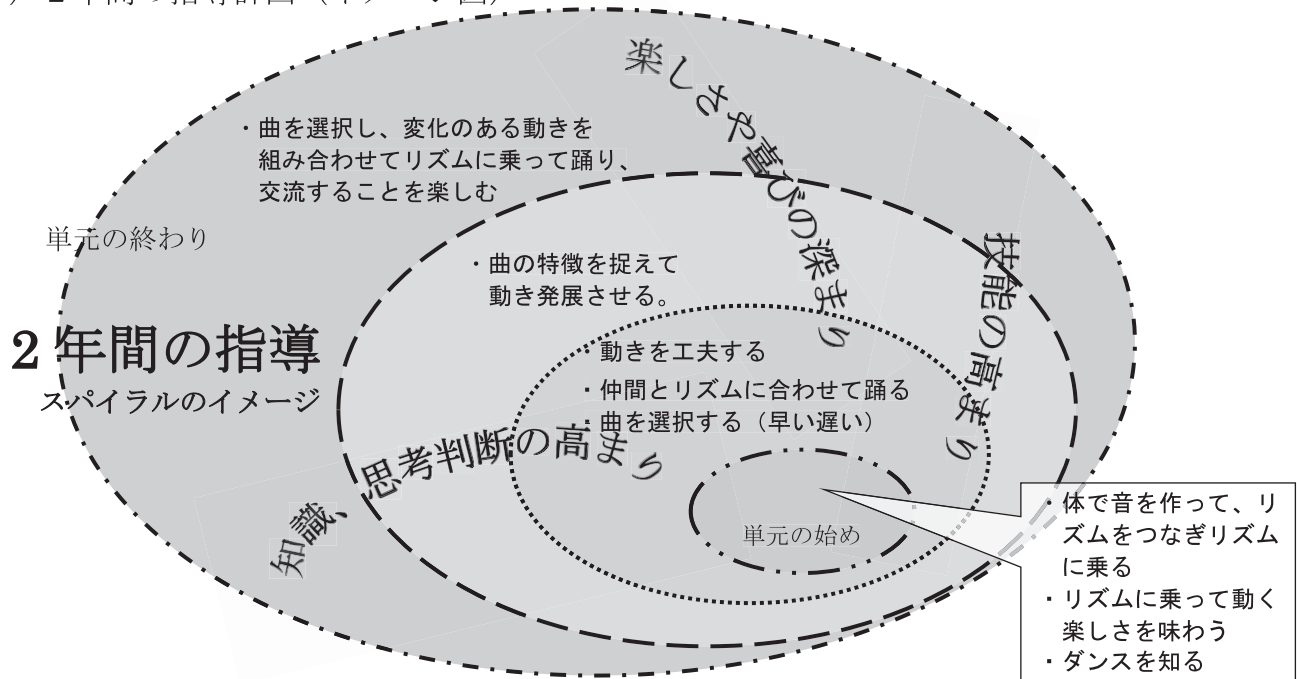
2 研究内容

【ダンス】

(1) ダンス等で身に付ける力の整理（現代的なリズムのダンス）

	技能	態度	知識、思考・判断
第1学年 第2学年	リズムの特徴をとらえ、変化のある動きを組み合わせ、リズムに乗って全身で踊ること。	積極的に取り組むとともに、よさを認め合おうとすること、分担した役割を果たそうとすることなどや、健康・安全に気を配ることができるようにする。	- ダンスの名称や用語、踊りの特徴と表現の仕方、体力の高め方、交流や発表の仕方などを理解し、自己の課題に応じた運動の取り組み方を工夫できるようにする。 - ダンスの名称や用語、文化的背景と表現の仕方、体力の高め方、課題解決の方法、交流や発表の仕方などを理解し、グループや事故の課題に応じた運動を継続するための取り組み方を工夫できるようにする。

(2) 2年間の指導計画（イメージ図）



○指導計画作成のポイント

「現代的なリズムのダンス」では、「リズムの特徴をとらえ、変化のある動きを組み合わせ、リズムに乗って全身で踊ること」がねらいとされる。

本研究では、リズムをつなぐ活動から導入し、それを音楽のリズムに合わせても、動きや位置を変化させても、リズムに乗って踊ることができるように指導した。ここではまず、単元の導入部分で①自分たちのリズムを感じて仲間と共有できるように、「自分の体から出る音」を仲間とつなぐ活動を行った。具体的には、手拍子や足拍子、ジャンプといった動きで発生する音を手がかりとして一人一人の音をつないだり、何人かの仲間と音を合わせたりする中で、リズムの特徴がとらえられ、それを仲間と共有する経験をしていく。

次に、リズムを合わせることができてきたら、②音楽のリズムに合わせても仲間とリズムを合わせられることができるか挑戦し、使用する楽曲の曲調やビートによって、同じ動きでも異なるイメージやリズムの表現が生まれることを体感できるようにした。

動きの工夫については、①「音を出す位置を変える」ことで可能となる。例えば、正面で2回たたいていた手拍子の位置を顔の横で右・左と変えることで、その場で両足ジャンプをしていたものを前後や左右に移動することで、また上半身と下半身の動きを組み合わせることで、様々な工夫ができる。音楽のリズムに合わせても、②体から出る音のない動きにも挑戦する。ここまでできたら円をくずしても、仲間の動きを見続けなくても、リズムに乗って踊ることができるようになる。と考える。

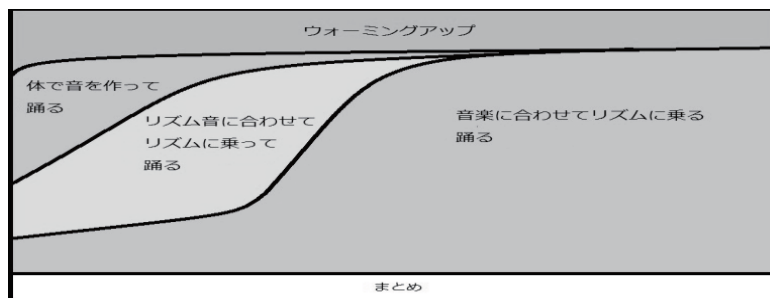
(3) 単元計画

本校の研究では、第1学年及び第2学年において、それぞれ9時間のダンスの学習を行うこととし、生徒がダンスの特性に触れて楽しみながら、生涯にわたって運動に親しむ資質や能力を身に付けることとした。

第1学年では、1時間目から単元終了まで、仲間とリズムに乗って全身で踊る楽しさを常に味わうことができるよう次の工夫を行った。

- オリエンテーションでは、基礎的・基本的な知識と学習の流れについて理解するとともに、自然にダンスに入れるように心を解放させることに配慮した。
- 毎時間リズムに乗ることを楽しみ、徐々にリズムに乗る難易度が上げられるように指導した。

単元計画のイメージ図



時間	1 時間目	2 時間目	3 時間目	4 時間目	5 時間目	6 時間目	7 時間目	8 時間目	9 時間目
ねらい	リズムに乗ることを楽しもう				リズムに乗ることを楽しんで、リズムの乗り方を工夫しよう				
学習活動・内容 ↓ 展開 ↓ まとめ	○オリエンテーション マナー・安全について ・体験を通してマナー・安全を確認	○グループ分け ○ウォームアップ ・気持ち悪いリズムと気持ちいいリズム	○ウォームアップ ・人間知恵の輪 ○スピードが違うリズム音に合わせて、リズムに乗る		○ウォームアップ ・シンクレーションゲーム ・音の出し方を変えてもリズムに乗ることが出来るか ・音をつなぐパターンを増やせるか ※リズムに乗ることが前提で、座り込んで考えさせないようにする	○グループで好きな音を選んでリズムに乗る ・音楽のリズムの特徴、音楽の表現、音楽のテンポをとらえて選ぶ ・選ぶときは踊りながら選ぶ			
	○グループ分け ○ジェスチャー遊び ○言うこと□やること△	○グループごとに体から出る音をつないでリズムに乗る ・大きな音 ・仲間とつながる ・声を出してつながる	・前回作った4パターンのつなぎ方で、スピードを上げたリズム音に合わせてリズムに乗る ・リズムに乗ることが出来なかったら、動き、スピードを易しくする		○スピードが違う音楽に合わせてリズムに乗る ・スピード変化をさせた曲を、CDに入れて渡す ・CDの曲順がレベル順	○他のグループとお互いのリズムの乗り方を見せ合う ※発表会ではなく、リズムの乗り方を参考にすることをねらいとする			
	○自己紹介足し算	○4パターンのつなぎ方を考えてリズムに乗る ・4拍のまとまりで繋ぐリズムに乗れるか？	○音楽に合わせてリズムに乗る ・CDに入っている4曲の音楽に合わせてリズムに乗ることが出来るか？			○リズムの乗り方を工夫してリズムに乗る			
	○自己紹介足し算でリズムに乗る								
	○音楽に合わせて自己紹介足し算をする	○4パターンのつなぎ方で、音楽を使ってリズムに乗る							
	振り返り・学習カードの記入								

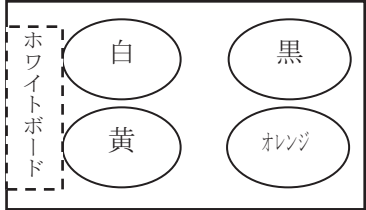
(4) 指導案 第1学年女子「現代的なリズムのダンス」

○本時の指導（6時間目／9時間）

①ねらい

- ・リズムに乗ることを楽しみ、リズムの乗り方を工夫する。
- ・外部指導員と連携する。

②展開

	学習内容・学習活動	指導上の留意点	評価の観点と方法
導入 10分	○出欠確認、準備 ○本時の学習の確認 ・ねらい、流れ、ポイントの確認 ○準備運動 ・シンコペーションゲーム	・出席カードチェック（副リーダーより） ・ゼッケン（用具）、CDデッキ（用具）、学習カード（記録）、グループカード（記録）を分担した役割でできるように ・前時で学習したリズムの乗り方のポイントを復習できるように、映像と掲示物を利用する。（外部指導員） ・グループ内の関係に課題のある白グループに入り、リズムに乗る楽しさを味わう雰囲気作りをする。	
展開 35分	○グループで好きな曲を選び、動きを組み合わせる。  ○他のグループとリズムに乗ることを教え合う。 ・他のグループと互いのリズムの乗り方を見せ合う。 ○教え合いを生かしてリズムに乗って楽しむ。	グループで曲を選んで、動きを組み合わせるリズムに乗ろう。 ・声の出し方、体から出る音の出し方、リズムのつなぎ方などリズムに乗るためのポイントを意識できるように声をかける。（外部指導員） ・リズムに乗ることができない難しい動きをしている場合はやさしい課題を提示してもらう。 他のグループのリズムの乗り方を見て、リズムの乗り方を発見しよう。 ・リズムの乗り方を撮影し、どのようなリズムの乗り方であったかを見せ、リズムの乗り方が工夫できるように指導する。 教え合いを生かしてリズムに乗って全身で踊って楽しもう。 ・工夫するときも、リズムに乗りながら行うように指導する。（外部指導員） ・リズムを表現できるように、楽器や声の特徴を示し、実際に動いてアイデアを出してもらう。	<思考・判断> 仲間と気持ちよくリズムに乗る方法を選んでいる。（学習カード） <関心・意欲・態度> 仲間とリズムの乗り方を認め合おうとしている。（行動観察）
まとめ 5分	・片づけを行う。 ○本時のまとめ ・本時の振り返りを学習シートに記入する。 ・ゲストティーチャーと先生から本時の評価をもらう。 ・次時の内容を確認する。	リズムに乗るための行い方や工夫について確認しよう。 ・学習シートにうまく記入できていない生徒には、ホワイトボードのポイントを確認させる。（外部指導員） ・教員と打ち合わせを行い、評価の内容をまとめ、生徒に助言する。	<思考・判断> 仲間と気持ちよくリズムに乗る方法を選んでいる。（学習カード）

【柔道】

(1) 柔道で身に付ける力の整理

(●は第1学年で学習する項目：◎は第2学年で学習する項目)

中学校1・2年	
動作基本	●姿勢と組み方では、相手の動きに応じやすい自然体で組むこと。 ●◎崩しでは、相手の動きに応じて相手の体勢を不安定にし、技をかけやすい状態をつくること。 ◎進退動作では、相手の動きに応じたすり足、歩み足、継ぎ足で、体の移動をすること。
受け身	●後ろ受け身では、あごを引き、頭をあげ、両方の腕全体で畳を強くたたくこと。 ●横受け身では、体を横に向け下側の脚を前方に、上側の脚を後方にして、両脚と一方の腕全体で畳を強くたたくこと。 ◎前回り受け身では、前方へ体を回転させ、背中側面が畳に着く瞬間に、片方の腕と両脚で畳を強くたたくこと。脚は、下側の脚を前方に、上側の脚を後方にする。
投げ技	●取は前さばきから支え釣り込み足をかけて投げ、受は横受け身をとること。 ●取は前さばきから膝車をかけて投げ、受は横受け身をとること。 取は前さばきから小内刈りをかけて投げ、受は後ろ受け身をとること。 ◎取は前回りさばきから大腰をかけて投げ、受は前回り受け身をとること。 ◎取は後ろさばきから体落としをかけて投げ、受は横受け身をとること。

柔道の技能の学習段階 (●は第1学年で学習する項目：◎は第2学年で学習する項目)

投げ技	●膝車→支え釣り込み足	固め技	●けさ固め
	大外刈り→小内刈り		◎横四方固め
	◎体落とし→大腰		◎上四方固め

(2) 指導計画の工夫

①評価規準

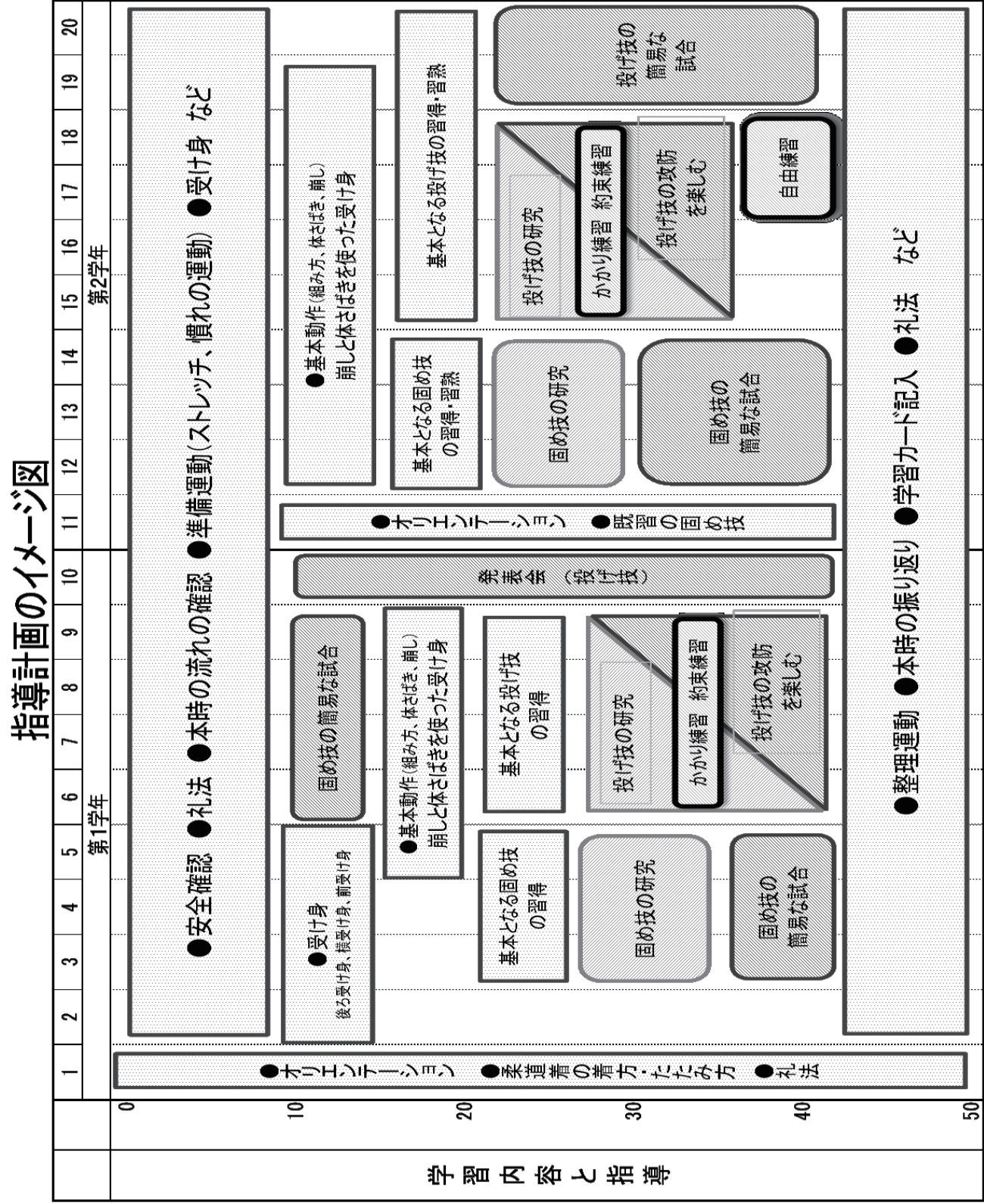
(●は第1学年で学習する項目：◎は第2学年で学習する項目)

運動への 関心・意欲・態度	運動についての 思考・判断	運動の技能	運動についての 知識・理解
●柔道の学習に積極的に取り組もうとしている。 ●◎相手を尊重し、伝統的な行動の仕方を守ろうとしている。 ◎分担した役割を果たそうとしている。 ●◎仲間の学習を援助しようとしている。 ●◎禁じ技を用いないなど健康・安全に留意している。	●技を身に付けるための運動の行い方のポイントを見付けている。 ◎課題に応じた練習方法を選んでいる。 ●◎仲間と協力する場面で、分担した役割に応じた協力の仕方を見付けている。 ●学習した安全上の留意点を他の練習場面に当てはめている。	●◎投げたり抑えたりするなどの攻防を展開するために相手の動きに応じた基本動作から、基本となる技ができる。	●柔道の特性や成り立ちについて、学習した具体例を挙げている。 ●柔道の伝統的な考え方について、理解したことを言ったり書きだしたりしている。 ●◎技の名称や行い方について、学習した具体例を挙げている。 ◎柔道に関連して高まる体力について、学習した具体例を挙げている。 ◎試合の行い方について学習した具体例を挙げている。

②評価規準設定の理由

指導経験の少ない女性教員が武道（柔道）の授業を組み立てていく際に、学習指導要領に示された中学校において柔道で身に付ける技能が多岐にわたるため、何を1年生及び2年生で身に付けさせていけばよいのかを整理することとした。具体的には、1、2年生で身に付けるべき内容として、基本動作で3つ、受け身で3つ、投げ技で6つ、固め技で3つの技能の内容が示されており、これらをどのように効果的に生徒に身に付けさせるかが整理するポイントとなった。

③ 1 ～ 2 年生の 2 年間にわたる指導計画



(3) 指導案 第2学年女子「柔道」

○本時の指導（7時間目／10時間目）

①ねらい

- ・協力し合いながら、進んで積極的に練習したり教え合ったりしようとする。
- ・支え釣り込み足を身に付けるために、運動の行い方のポイントを見付ける。

②展開

	学習活動	指導上の留意点・配慮事項	具体的な評価規準 〈評価方法〉
導入 7分	①集合、整列、礼法 ②健康・安全、マナーのチェック ③本時の流れとねらいの確認 ④準備運動 ・ストレッチ ・慣れの運動（体を開く、足跳び越し、崩し）	①これから学習する気持ちをつくらせる。 ②健康・安全、マナーのチェックリストを使って安全確認を行う。 ③ホワイトボードに事前にねらいと流れを記入しておく。 ④体育係がリードしながら、大きな声で数を数えさせ、呼吸しながらストレッチをさせる。また、慣れの運動は、本時の活動にあった動きのものをを行い、スムーズに学習に入れるようにする。	
展開 36分	①固め技の簡易な試合（5分） ・3人一組（3回×30秒） ・試合をしていない者は審判 ②受け身の習得（7分） ・取は蹲踞（そんきょ）の姿勢の相手に膝車（支え釣り込み足）をかけ、受けは横受け身を取る ・3人一組（3回×30秒） ・1人はアドバイス ③投げ技の習得（24分） ・支え釣り込み足の研究 ・研究したことを発表する ・研究したことを生かして投げ技の攻防を楽しむ	①7割の力で相手を攻め、残り3割は相手を思いやる気持ちで試合をさせる。 ②取りは投げた後、引き手を離さないことを徹底させる。 アドバイスをする生徒には横受け身のポイントをチェックさせる。 ・受け身をとっている腕をしっかりと見ている。 ・受け身をとっている腕の位置は身体が30度～45度離れたところにある。 ・腕全体で畳を強くたたいている。 ・受け身をとっていない腕は、お腹（帯）のところにある。 ・足は交差していない。 ③かかり練習で右前すみに崩すためには体さばきや引き手、釣り手はどのように動かすと良いのか仲間同士研究させる。 いくつかのグループに研究した内容を発表してもらい、技のポイントをお互いに共有する。 約束練習で支え釣り込み足で相手を投げる。この時、段階的な練習を行うように伝える。「低→高」、「遅→速」、「弱→強」	【関心・意欲・態度】 仲間の練習相手を引き受けたり助言したりしようとしている。 〈行動観察〉 【思考・判断】 技術を身に付けるための運動の行い方のポイントを見付けている。 〈学習カード・行動観察〉
まとめ 7分	①整理運動 ②学習カードの記入 ・健康・安全、マナーのチェック ・本時の振り返り ③礼法	①使った部位を中心にストレッチする。 ②仲間からのアドバイスや研究した技のポイントを中心に学習カードに具体的に記入させる。また、数名に発表してもらおう。 ③仲間がいることで学習ができたことなど気持ちを込めて礼をさせる。	

3 研究のまとめ

(1) 成果

【ダンス】

本校の研究では、新学習指導要領を踏まえ、リズムに乗ることが楽しいと感じられるように、リズムの特徴の捉え方や、変化のある動きの組み合わせ方を重点的に指導した。そのために、生徒がリズムをとりやすい曲の選定、スピードの変化による難易度の選定、リズムに乗ることを重点化して指導するよう工夫した。

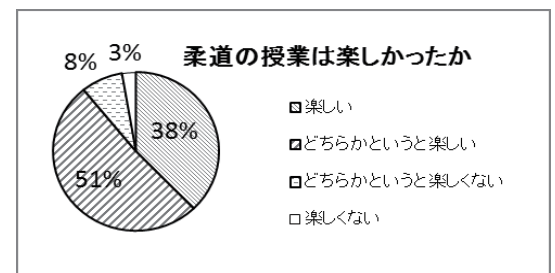
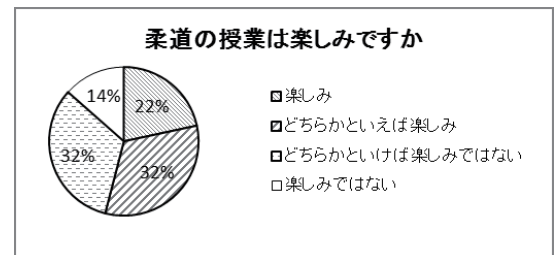
また、授業では常にリズムダンスの楽しさを味わえるように、手拍子や足拍子という簡単な技能を用いて音楽のリズムに乗って楽しむことから、徐々に手拍子、足拍子の音を出す場所や方法を変えることでリズムに乗る技能を発展させるという系統性を考えて研究にあたった。特に導入において手拍子、足拍子で音を出すことによって、仲間の音を聞くことで仲間とのつながりを意識しやすくさせることができた。その結果として、踊ることが好き、と答える生徒が 91%に達し、嫌いと答えた生徒が激減した。

【柔道】

○授業前は、柔道が楽しめたと答えた生徒が、52%であったが、授業後は、楽しかったと答えた生徒が 89%いた。これは、生徒が授業前に抱いていた「危険」「痛い」等の不安を解消するために行った「指導の工夫」がよかったと考える。

○授業前、柔道で学習してみたい内容が多かったのは、投げ技・受け身・ルールであった。授業後、授業で身についた内容は、投げ技・試合・固め技・ルール等が多かった。また、2年生になって行いたい内容でも投げ技や試合が多い。

このことは、発達段階に応じた単元計画や安全面に配慮した指導の工夫が、生徒の中にあった「危険」・「痛い」等の不安を少しでも解消したことにより、投げ技に挑戦してみたいという回答に現れたと考える。



(2) 課題

【ダンス】

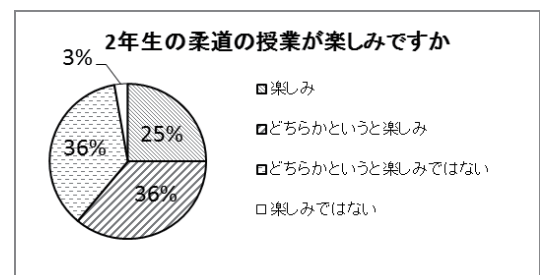
リズムに乗ることを重点的に追い求めていった結果、より具体的な技能の評価方法の確立、創作ダンスと現代的なリズムのダンスの特性の違いを整理していくことが求められた。これらの解決が、現代的なリズムのダンスに対し、より多くの教員が苦手意識をもたずに授業を実践していくことにつながると考えられる。そのためにも、技能をどのように評価していくのかをさらに整理し、平易な、誰にでもわかりやすい表現でまとめていくことが必要だと考える。

また、生徒には発表会形式での観客に「見せる」ダンスではなく、あくまでも「リズムに乗る」ダンスを目指すよう指導を展開していったが、学習の過程において、他のグループのダンスを見合う場面や、練習の様子を見られたりする学習等を通して、「リズムに乗る」と「見られる」とことによるでき映えの混同をしてしまい、結果として「見せる」ダンスになってしまったという反省をする生徒も見られた。指導内容の明確化と、学習内容の精選を図る必要があると考えられるが、このような意識をもつ生徒が出てきたことは、同時に成果としてもあげられると考える。

【柔道】

柔道の授業を「楽しめではない」と答えた生徒は、授業前と後で 14%から 3%に減少した。

しかし、「どちらかという楽しめでない」生徒と合わせると 39%おり、柔道の特性や魅力を味わわせるための指導とその工夫がさらに必要である。安全に、かつしっかりと柔道らしい活動をさせられるような指導方法を探っていく必要があると考える。



第13分科会

研究主題

運動・スポーツの楽しさや必要性を科学的に理解し、
実生活において活用しようとする態度を養う体育学習

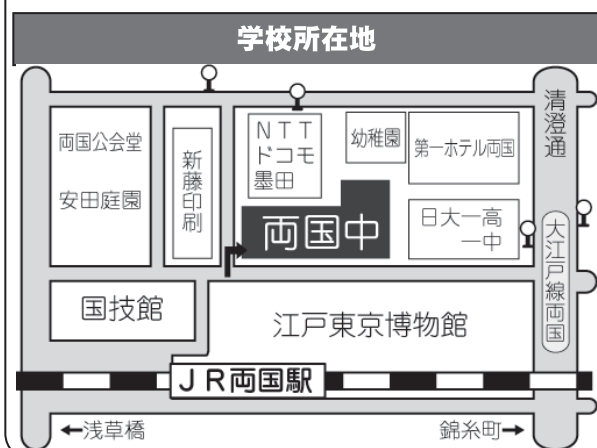
墨田区立両国中学校
りょうごく

日程

9:00	9:30	10:20	10:50	11:40	12:50	13:00	14:00	14:50	15:00
受付	公開授業①	移動	公開授業②	昼食 休憩	開会行事	研究発表	研究協議	指導助言	閉会

公開授業案内

	授業	場所
公開授業①	領域：体づくり運動 墨田区立両国中学校 1年A組 男女32名 授業者 両国中 鈴木 明	4階 体育館
公開授業②	領域：体育理論 墨田区立桜堤中学校 1年A組 男女33名 授業者 桜堤中 木原慎介	3階 武道場



交通機関

羽田空港
東京モノレール「浜松町」山手線へ
京浜急行「品川」山手線へ
山手線「秋葉原」乗換 総武線「両国」下車
新幹線
東京駅より山手線内回り「秋葉原」乗換「両国」
上野駅より山手線外回り
JR 総武線 両国駅西口(国技館側)下車徒歩5分
都営地下鉄 大江戸線両国駅A1下車徒歩2分

墨田区立両国中学校



両 国

所在地：〒130-0015 墨田区横網 1-8-1

電話：(3625)0361 F A X：(3625)0938

H P：http://members2.jcom.home.ne.jp/tyogokuchu-sumida/

交通：J R総武線 両国駅 徒歩4分

地下鉄大江戸線 両国駅 徒歩3分

校長：菊田 寛

◎教育目標

「風雪に耐えよ」の校訓のもと

- ①文武両道
- ②伝統と品格
- ③世界に羽ばたく両中生



◎特色

新制中学校として昭和22年開校以来、各界に多数の著名人を輩出した伝統ある学校です。学校周辺は、国技館、江戸東京博物館、安田庭園など、歴史文化的に恵まれた環境にあります。現在、17学級、615名の生徒が在籍し、落ち着いた環境の中で生活をしています。保護者や地域の方々の学校への期待と関心は高く、継続して学力の向上とスポーツの推進に力を入れています。

1 研究の構想

(1) 研究主題

運動・スポーツの楽しさや必要性を科学的に理解し、
実生活において活用しようとする態度を養う体育学習

(2) 主題設定の理由

昨年度から全面実施となった現行の中学校学習指導要領の中で、保健体育科においては、「明るく豊かな生活を営む態度を育てる」ことを究極的な目標としている。主な改訂点には、生涯にわたる豊かなスポーツライフの実現に向けて、発達の段階のまとまりを考慮した指導内容の体系化が図られたことや、新たに体育理論を各学年3単位時間以上、また、体づくり運動を各学年7単位時間以上配当して履修すること、などが挙げられる。特に、この2領域に関して履修しなければならない単位時間数が明示され、各学年で必修となったことは、この2領域の重要性や一層の充実が求められていることの表れと捉えることができる。そこで、本分科会における研究領域を、体づくり運動と体育理論に設定した。

平成25年度全国学校体育研究大会東京大会において、「生涯にわたって運動に親しむ資質や能力を身に付ける体育学習」が全体主題として掲げられたことを受け、東京都公立中学校保健体育科研究会では、発達の段階を踏まえ、中学校主題を「運動の特性や魅力に応じて楽しさや喜びを味わい、自主的に実践する力を身に付ける体育学習」と設定した。

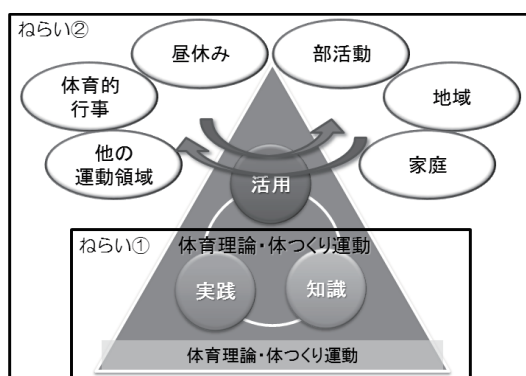
現在の子供の実態に関しては、平成22年度に文部科学省が実施した運動・スポーツ実施頻度調査によると、青少年（6才～19才）の運動・スポーツを「しない」人の率は増加傾向にある。平成24年度に実施した、本校の1年生における運動・スポーツの実施状況は、「ほとんどしない」男子生徒が15.6%（全国：11.9%）、女子生徒が25.5%（全国：27.6%）であった。男子においては、運動・スポーツをほとんどしない生徒が全国平均に比べて高く、女子においては、すでに1年生の時期からほとんどしない生徒が4人に1人という実態であった。

これらの実態を踏まえ、生徒が運動・スポーツそのものに関心をもち、自ら進んで運動・スポーツに親しんでいくことを課題として設定した。そのために、特に体育理論及び体づくり運動においては、運動・スポーツの多様な価値（楽しさ、必要性、かかわり方、技術・戦術・作戦、行い方など）について科学的に理解するとともに、実践を通してさらに理解を深め、学んだことを日常生活（他の運動領域、授業以外の学校生活、家庭・地域生活）において積極的に活用していかうとする態度を養うことが重要であると考えた。そして、その態度こそが実生活における運動・スポーツ実践の源となり、卒業後も生涯にわたり豊かなスポーツライフを実現していくことにつながっていくものと期待し、本研究主題を設定した。

(3) 研究のねらいと研究仮説

体育理論及び体づくり運動の学習内容を、「日常生活でどのように生かせようか」関連させて考えさせたり、意見交換をさせたりする学習展開を通して、「知識」・「実践」・「活用」の3要素が正のスパイラルに連動し、積極的・自主的・主体的な運動実践につながるものとし、次の2点を研究のねらいとした。

- ①指導内容の整理と効果的な指導の工夫
- ②学習内容を実生活での活用につなげるための学習展開の工夫



【研究仮説】

体育理論及び体づくり運動における指導内容を明確にした上で、指導（資料、資料提示方法、学習シートの活用、効果的な学習活動など）の工夫を図り、「知識（理論）」・「実践」・「活用」の3要素を明確にした学習展開により、日常生活（体育授業における他の運動領域、部活動、体育的行事、昼休み、家庭、地域など）においても学んだことを積極的に生かそうとする態度を養うことができる。そして、その態度が結果的に運動・スポーツに親しむ実践力につながっていく。

2 研究の内容

【体づくり運動】第1学年（8時間扱い）

（1）生徒が進んで運動に取り組み、課題解決を図る単元計画

①単元の目標

- 体を動かす楽しさや心地よさを味わい、体力を高め、目的に適した運動を身に付け、組み合わせることができるようにする。
- 体づくりの運動に積極的に取り組み、分担した役割を果たしたり、健康や安全に気を配ったりすることができる。
- 体づくりの運動の意義や行い方を理解し、課題に応じた運動例を選んだり、運動のポイントに照らし合わせて組み合わせたりすることができる。

②評価規準

関心・意欲・態度	思考・判断	技能	知識・理解
①体を動かす楽しさや心地よさを味わい、前向きな言動に配慮して積極的に取り組もうとしている。 ②分担した役割に責任をもって果たそうとしている。 ③仲間に対して、適切な支援を行おうとしている。 ④健康や安全に気を配ることができる。	①関節や筋肉の働きにあった合理的な運動の行い方を選んでいる。 ②ねらいや体力に応じて運動例の組み合わせ方を見付けている。 ③仲間と協力する場面で、分担した役割に応じた活動の仕方を見付けている。 ④仲間と学習する場面で、学習した安全上の留意点を当てはめている。		①体づくり運動の意義について理解したことを言ったり、書き出したりしている。 ②体づくり運動の行い方について、学習した具体例を挙げている。 ③運動の計画の立て方について、理解したことを行ったり、書き出したりしている。

③単元計画

時数	1	2	3	4	5	6	7	8
ねらい 時間	体を動かすことの 楽しさや心地よさを味わう			体力の必要性や ねらいに応じた高め方を知る				
0	体ほぐしの運動							
オリエン テーショ ン	心や体が 弾むよう な軽快な 動き			体力を高める運動				
	リズム運動	仲間と協 力したり 助け合っ たりする	新聞紙	オリエン テーショ ン	力強い 動き	運動の 持続	運動の 組み合わせ	
	心と体の 状態に気 付く	緊張を解 いて脱力 し、体の 調子を整 える	風船	巧みな 動き	ペアで負 荷をかけ る（静的、 動的）	追いかけ ランニン グⅠ	今までの授業で取り 組んだ運動の中から、 一つのねらいを決め て効率よく高めるた めの運動を組み合わせ て行う。	
	影	ペアスト レッチ	ソフトバ レーボー ル	ボール運 動	体の 柔らかさ	追いかけ ランニン グⅡ	グループ 発表	
フラフー プ				なわ跳び 運動	ペアスト レッチ	ひし形走		
50分	学習カードを使った本時の振り返り							
関意態	①	②	③④	①	③	①②		
思判		①	③		④		②	
知理	①			②			③	
指導と 評価の 工夫	* 関心・意欲・態度は、主に観察により、評価機会を多めにし、単元全体を通して評価する。思考・判断は、主に学習カードの記述により評価する。知識・理解は、主に学習カードにより、指導機会に合わせて評価する。 * 手立てを要する生徒へは、教師や仲間からの声掛けを意図的に行ったり、板書や資料掲示したりすることにより、具体的なイメージをもたせるようにする。							

(2) 指導案 第1学年(第4時)

①ねらい

- ・ボールやなわ跳びを使って、巧みな動きを高める運動の行い方を知ることができる。
- ・積極的に活動し、グループで協力しながら自分の役割を果たすことができる。

②展開

	学習活動	指導のポイント	評価
導入 10分	○整列、挨拶 ○オリエンテーション ○本時の確認 ○体ほぐし運動 (1) 棒バランス ・新聞紙で作った棒をいろいろな体の部位で倒さないようにバランスをとる。 (2) 言うこと一緒、やること反対 ※移動は両足ジャンプ - レベル1 言うこと一緒、やること一緒 - レベル2 言うこと一緒、やること反対 - レベル3 言うこと反対、やること一緒	○学習カードを使用して本時の学習について見通しをもたせる。 ○自他の心と体への気付きや交流することによって心の変化に意識をもたせる声掛けをする。	
展開 35分	○巧みな動きを高める運動 (1) 3拍子とび ・1人が長座で足を開、開、閉と3拍子で開閉する。もう1人が中、中、右中、中、左とステップする。 (2) 空中キャッチボール (①～④)を選択して運動を行う) ・空中にボールを投げ、 ①手をたたいてからからキャッチする。 ②床を両手で触ってからキャッチする。 ③1回転してからキャッチする。 ④背中面でキャッチする。 ※バレーボールを使用する。 (3) グループでキャッチボール ・リズム渡し(輪を作り、4回バウンドさせて隣へバウンドパス→次は3回、2回、1回とバウンド回数を減らして隣へパスする。) ・対角線でキャッチボール(ゴロ、水平、山なり など高さを変えて) ・長なわをしながらキャッチボールする。(回す人: 2人、跳ぶ人: 1人 or 2人、ボールを投げる人: 2人)	○タイミング良く動いたり、バランス良く動いたり、リズムカルに動いたり、素早く動いたりする運動であることを示す。 ○周囲の安全を配慮させる。 ○声掛けをしっかりさせる。	関一① 観察による評価
まとめ 5分	○整列 ○本時の振り返り ○次時の確認 ○挨拶	○数名に意見を発表させる。 ○本時の内容を整理し、実生活に反映させていけるように示唆する。	知一② カードによる評価

【体育理論】第1学年（3時間扱い）

（1）生徒が進んで運動に取り組み、課題解決を図る単元計画

①単元の目標

- 運動やスポーツが多様であることについて関心を持ち、学習に積極的に取り組もうとする。
- 運動やスポーツが多様であることについて、学習した知識を活用したり応用したりすることができる。
- 運動やスポーツが多様であることについて理解できる。

②評価規準

関心・意欲・態度	思考・判断	知識・理解
①運動・スポーツが多様であることについて、意見交換したり、学習シートをまとめたり、グループワークをしたりするなどの活動を通して、学習に積極的に取り組もうとしている。	①運動・スポーツが多様であることについて、自分の意見や集めた情報を分類、整理している。	①運動・スポーツは多様な楽しさや必要性から生み出され、社会生活の変化に伴い発展・変容してきたことについて、言ったり書き出したりしている。 ②運動・スポーツは「する」、「見る」、「支える」などの多様なかわり方があることについて、言ったり書き出したりしている。 ③運動・スポーツには「技術」、「戦術」、「作戦」というものがあり、それぞれの種目によって特有のものがあること、その学び方にはPDCAサイクルに即した一定の学び方があることについて、言ったり書き出したりしている。

③単元計画

時数	1	2	3
ねらい 時間	運動やスポーツが多様であることについて 日常生活とも関連させながら理解する。		
0	○運動・スポーツのはじまり (楽しさと必要性) ・資料を見る ・意見交換 ・学習シート記入 ※授業、行事、部活でそれらの楽しさを味わってみよう！ 必要性を満たすために、運動を实践しよう！ ○運動・スポーツの発展と変容 ・資料を見る ・学習シート記入 △スポーツの概念 (広義のスポーツ) ※自分に合った捉え方で運動・スポーツを实践しよう！ 「日常生活で生かせそうなことは？」 ・ソロワーク・グループワーク	○運動・スポーツを「する」「見る」「支える」など多様なかわり方があること。 ・スポーツ試合の中継VTR視聴 ・学習シート記入 ・発表 ・資料を見る ・意見交換（グループワーク） ・学習シート記入 ・発表 △運動・スポーツを「調べる」かわり方もあること。 ※「日常生活においてどのような場面でのようなかわり方ができそうか？」 ・ソロワーク、グループワーク（シェアリング）	○運動・スポーツの技術・戦術・作戦（それぞれの種目に特有のものがあること、定義） ・資料を見る ・意見交換 ・学習シート記入 △技術・戦術の変遷 ※技術・戦術・作戦を知ったり考えたり試したりし、より運動・スポーツを楽しもう！ ○運動・スポーツの学び方 ・資料を見る ・学習シート記入 ※どの運動・スポーツにも共通する学び方で、技能向上を図り、より運動・スポーツを楽しもう！「日常生活で生かせそうなことは？」 ・ソロワーク・グループワーク
50分	本時の振り返り		
関意態	①		①
思判		①	
知理	①	②	③
指導と評価の工夫	*理解させる内容（○）、触れる内容（△）、学習活動（・）、日常生活への活用に向けた活動（点線囲み）をはっきり整理する。 *関心・意欲・態度は、主に活動の取り組みの様子観察、学習シート取り組み状況から単元全体を通して評価する。思考・判断は、第2時のグループワークの様子観察、学習シート分析状況から評価する。知識・理解は、主に学習カードにより、毎時の指導内容に合わせて評価する。 *手立てを要する生徒へは、学習のねらいを再確認させたり、板書や資料掲示したり、身近な経験を関連付けさせたりすることにより、具体的なイメージをもたせるようにする。		

(2) 指導案 第1学年(第2時)

①ねらい

- ・運動やスポーツへの多様なかかわり方について、自分の意見やクラス全体で集めた情報を分類したり、整理したりすることができる。
- ・運動やスポーツには「する」「見る」「支える」など多様なかかわり方があることを理解できる。

②展開

	学習内容・学習活動 実生活での活用に向けて	指導上のポイント・△支援	評価規準 (方法)
導入 10分	・前時「運動・スポーツの必要性和楽しさ」について復習する。	・多様であったことを強調する。	
	【発問①】 スポーツには、どんなかかわり方があるのだろうか？ 【発問②】 VTR にはどんなことをしている人が映っていましたか？		
	・VTR 視聴 (3 min.) ・全体発表	・VTR 「サッカー試合」 ・レディネスの確認	
展開① 10分	・本時のねらいを確認する。	・板書	
	【ねらい】 運動やスポーツには多様なかかわり方があることについて知る		
		・学習シート配付	
	【発問③】 これは何をしているところだろう？		
	・意見交換 (全体)	・資料提示。 ・その他、思いついたかかわり方があれば、学習シートに記入させる。	
展開② 20分	【発問④】 学習シート1にある項目をいくつかに分類してまとめ、それぞれにタイトルをつけてみよう！		
	・ソロワーク (学習シート2記入) ・グループワーク (話し合い、整理して記録用紙にまとめる) ・グループごとにどのような意見があったか、記録用紙を元に発表する。	△似ている項目同士を見付けさせる。 正解はないので、自分の考えで良いことを伝える。 ・グループワークでは、司会、記録、発表の役割分担をさせる。	【思考・判断】 ①運動・スポーツが多様であることについて、自分の意見や集めた情報を分類、整理している。 (グループワークの様子観察、学習シート分析状況)
	・運動やスポーツには「する」「見る」「支える」など多様なかかわり方があることの説明を聞く。(学習シート2記入) ・教科書の該当部をマーキングする。	・板書 (スライド) ・学習内容に該当する部分を説明する。	
まとめ 10分	【発問⑤】 今日の授業でどんなことを学びましたか？ 今日学んだことを元に、日常生活 (体育の授業、休み時間、部活、体育的行事、家庭、地域など) で、運動・スポーツとどんなかかわり方ができそうですか？		
	・ソロワーク、全体発表 ・学習シート3記入	△学習のねらいを確認させる。「運動・スポーツのかかわり方について、どんなことが分かったか？」	【知識・理解】 ②運動・スポーツは「する」、「見る」、「支える」などの多様なかかわり方があることについて、言ったり書き出したりしている。 (学習シート記入状況、ペーパーテスト)

3 実践の記録

(1) 基礎研究

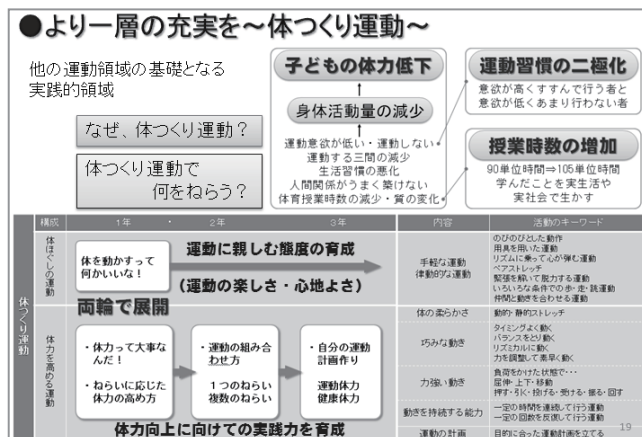
① 保健体育科の目標と指導内容の体系化

「生涯にわたって運動に親しむ資質や能力の育成」は、保健体育科の具体的目標の1つである。そのためには、体を動かすことが情緒面や知的な発達を促し、集団的活動や身体表現などを通じてコミュニケーション能力を育成することや、筋道を立てて練習や作戦を考え、改善の方法などを互いに話し合う活動などを通じて論理的思考力をはぐくむことにも資することを踏まえ、運動の楽しさや喜びを味わえるよう基礎的な運動の技能や知識を確実に身に付けるとともに、それらを活用（思考・判断・表現）して、自らの運動の課題を解決するなどの学習をバランスよく行うことが重要である。このことにより、学校の教育活動全体に運動を積極的に取り入れ、実生活、実社会の中などで生かすことができるようにすることを目指したものである（中学校学習指導要領解説）。

学習指導要領では、生涯にわたる豊かなスポーツライフの実現に向けて、小学校から高等学校までの12年間を見通して、発達の段階のまとまりを踏まえ、指導内容の体系化が図られている。中学校においては、第1学年及び第2学年で多くの運動を体験した上で、第3学年以降のステージでは自分に合った運動を選択し、深めていくことができるよう、系統立てられた。したがって、第1学年及び第2学年では全ての運動領域を必修とし、第3学年では、運動の特性に応じて選択のまとまりが示された。年間授業時数が15単位時間増加したことで、卒業後も運動を継続する人をどれだけ増やせるか、運動やスポーツに関する知識をもって納得・理解させることが大きな要点の1つとなると考える。また、体育分野において技能向上だけでみれば、各競技のインストラクターなどの専門家に指導を受けた方が効率的であると考えられる。しかし、体育の価値は技能だけではなく、知識、思考・判断力、態度などを身に付けさせることによる、人間形成、道徳性、社会性などの総合的な価値をもつ大切な科目であり、その視点で教師は指導に当たる必要がある。

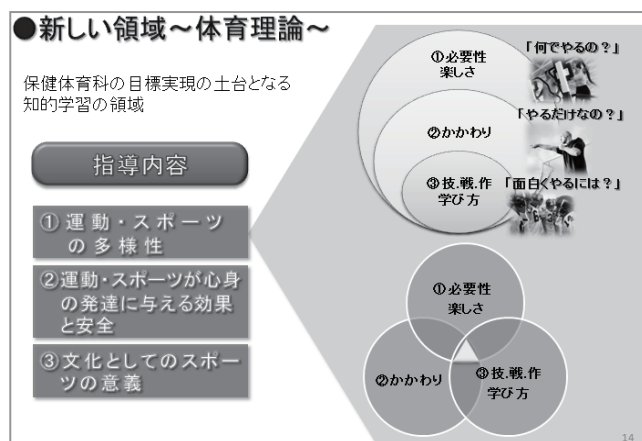
② 体づくり運動の内容

運動領域の基礎となる内容、運動の楽しさ、仲間とかかわる楽しさ、体力の必要性・高め方などを学ぶ「体づくり運動」は、各学年で7単位時間以上を配当することとされた（単位時間数の明示）。このことは、「体づくり運動の領域としての位置付けが拡大している」と捉えられる。より一層の充実が求められている背景には、子どもの体力低下、身体活動量の減少、運動習慣の二極化、外遊びや運動・スポーツをする空間・時間・仲間のいわゆる三間の減少、食事や睡眠といった生活習慣の問題、仲間との関係がうまく築けないなどの心の問題などが考えられる。また、体育の授業時数の減少、表面的な楽しい体育といった授業の質の変化、といったことも考えられる。このような中で、運動意欲や体力の高め方を実践的に学ぶ体づくり運動が求められていると言える。具体的には、「体ほぐしの運動」で運動の楽しさを味わいながらも「体力を高める運動」で体力向上に向けての意識付けや知識・実践力を育成していく、という両輪でねらいにせまる学習展開をしていくことが効果的な領域である。



③ 体育理論の内容

知識領域として位置付けられた「体育理論」は、運動やスポーツの多様性・効果・意義などを知的に学習する座学の領域である。学習指導要領解説では、「基礎的な知識は、意欲、思考力、運動の技能などの源となる」としている。このことは、知識が生涯スポーツ実践の基礎となることを示していると考えられる。各学年で3単位時間以上の履修となっており、第1学年では「運動やスポーツの多様性」を指導することになっている。この単元は、「運動・スポーツって何でやるの？」、「運動・スポーツってやるだけなの？」、



「運動・スポーツをより面白くするためにはどうすればいいの?」というような学習の深め方があると考えられる。その一方で、3時間の学習内容の中でお互いに関連性がある部分があり、例えば「かかわりや技術・戦術・作戦を知るとは、楽しさにもつながる部分があるだろう」といった捉え方などもできる。いずれにしても、これらは運動やスポーツがより一層多様なものであることを意味し、一人一人に合った親しみ方ができると考えられ、まさに生涯における豊かなスポーツライフにつながるものである。

(2) 調査研究

① 青少年の運動・スポーツ実施頻度調査

文部科学省は、平成22年度の青少年の運動・スポーツ実施頻度について、体力水準が高かった昭和60年度との比較において、運動・スポーツを「しない」人の率は、ほとんどの年齢で昭和60年度よりも増加する傾向を示しており、その傾向は女子において顕著である、と報告している。さらに、運動・スポーツを「しない」人の率は年齢が上がるにつれ高くなり、18～19歳の女子においては、約2人に1人が運動・スポーツをしない、と報告している。それに対し、本校の1年生における運動・スポーツの実施状況(H.24.4 実施)は、「ほとんどしない」男子生徒が15.6%、女子生徒が25.5%であった。男子においては、運動・スポーツをほとんどしない生徒が全国平均に比べて高く、女子においては、すでに1年生の時期からほとんどしない生徒が4人に1人という実態であった。

青少年期の真っ只中にある中学生期は、思春期に伴う心身の大きな変化、社会性の発達などによる興味・関心の多様化、小学校教育からの環境変化など、取り巻く状況が大きく変わる時期である。そのような時期における、特に中学校1年生からの体育の授業の在り方は、生徒一人ひとりの今後の運動・スポーツへの取り組み方に対する態度を形成していく上で、重要な基盤になると考える。

② 本校対象クラスの運動・スポーツ・体育などに関する調査

本研究を進めるにあたり、対象クラスにおける生徒の運動・スポーツ・体育などに関する実態を把握するため、次の6つの質問項目からなる調査を4件法で実施した。

- | | |
|-----|----------------------------|
| Q 1 | 運動・スポーツの実施状況。 |
| Q 2 | 運動・スポーツは楽しいと思うか? |
| Q 3 | 体育の授業では、積極的に体を動かそうと思うか? |
| Q 4 | 体育の授業以外でも、運動・スポーツを行おうと思うか? |
| Q 5 | 体力は必要だと思うか? |
| Q 6 | 体力の高め方を知っている。 |

紙幅の都合上、詳細なデータの掲載は省略するが、調査の結果からは次のことが考えられた。

- | |
|--|
| ○運動・スポーツを実施している理由には、楽しさが起因している可能性があること。 |
| ○運動・スポーツは楽しいと思っているが、そのことが必ずしも運動・スポーツの実施には至っていない可能性があること。 |
| ○体育の授業では、ほとんどが積極的に体を動かそうと思っていること。 |
| ○約3割の生徒が体育の授業以外では運動・スポーツを行おうと思っていないこと。 |
| ○体力を必要だと思っている生徒がほとんどであるが、具体的にその高め方を知らない生徒は5割以上いること。 |

以上をふまえ、授業づくりをする上で、次の点に留意することとした。

- | |
|---|
| ○特に女子においては、より一層、運動・スポーツの楽しさを知ったり、味わわせたりする学習が必要であること。 |
| ○運動実施に至る手立て(例えば、行い方や活用例など)を学習させる必要があること。 |
| ○体育の授業における肯定的な意識をその他の場面にもつなげ、実践していける授業づくりが必要であること。 |
| ○具体的な体力の高め方を知らなければ、日常生活における実践にはつながりにくいため、体力がなぜ必要なのかを理解させることを含めて、高め方・行い方を学習させる必要があること。 |

4 成果と課題

(1) 成果

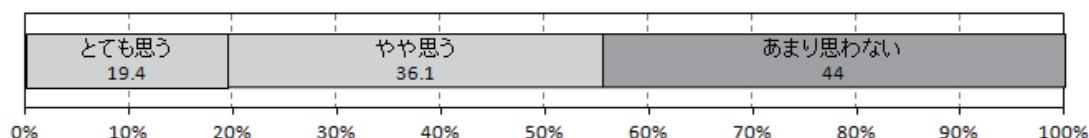
○対象クラスの運動・スポーツ・体育などに関する調査結果より

単元前に実施した6つの質問項目からなる同様の調査を単元後に実施した結果、次のことが分かった。

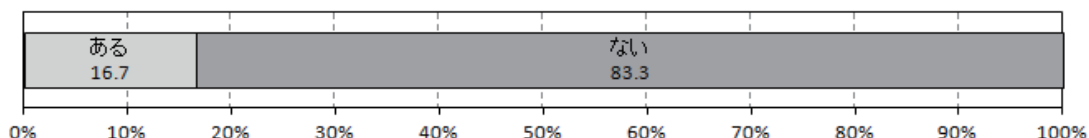
- ・運動・スポーツに対して、とても楽しいと思う生徒が増えた。
- ・体育の授業で、積極的に体を動かそうと思う生徒が増えた。
- ・体育の授業以外でも、運動・スポーツを行おうと思う生徒が増えた。
- ・体力を必要だと思う生徒が増えた。
- ・体力の高め方を知っている生徒が増えた。

○単元後に実施した活用に関する調査結果より

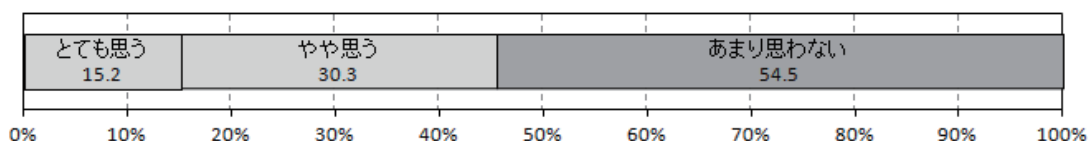
体育理論の授業で学んだことを、他の場面で活かそうか



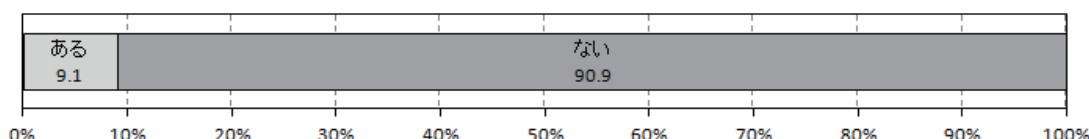
体育理論の授業で学んだことを、実際に他の場面で活かしたことがあるか



体づくり運動の授業で学んだことを、他の場面で活かそうか



体づくり運動の授業で学んだことを、実際に他の場面で活かしたことがあるか



授業で学んだことが、日常生活の場面で生かせそうだと思う生徒は5割前後であった。生徒の学習シートからは、体育の授業、昼休み、部活動、家庭、地域などにおいて、生かせそうながいくつも挙げられている。運動・スポーツの実施に消極的な生徒においても、意見交換などの学習活動を通して自分でもやれそうだという態度をはぐくむことができたことがうかがえた。つまり、学んだことを生かそうとする態度については、ある程度は身に付けることができそうだという実感をもった。

しかし、実際に生かした生徒は2割にも満たなかった。これは、単元自体が比較的短い期間であるため、態度即実践には結び付きにくかったと考えられる。学習指導要領解説「体づくり運動」の第3学年の内容には、「学校教育活動全体や実生活で生かすことができるよう」と明記されている。そのための態度の育成という視点では、可能性のある学習展開であったと考える。

(2) 課題

運動を生活に取り入れる生徒の割合を上げていくためには、単元の中だけに留まらず他の運動領域などにおいても関連性をもたせながら、長期的・継続的な指導と生活経験を積み重ねることが必要であろう。また、中学校1年生という発達段階はまだ社会経験が浅いため、一般的な資料を示したとしても、それらが即実生活に結びつくイメージはもちにくいのではないかとすることも考えられた。学校などのより身近で具体的な経験から学習内容に迫っていくような指導方法・指導展開を模索していきたい。

高等学校

研究主題

「運動を合理的・計画的に実践する力を
自主的・主体的に身に付ける体育学習」

第14分科会 東京都立飛鳥高等学校

第15分科会 東京都立東高等学校

東京都立飛鳥高等学校



所在地 : 〒114-8561 東京都北区王子 6-8-8
H P : <http://www.asuka-h.metro.tokyo.jp/>
E-mail : konan-ea@mb.rosenet.ne.jp
T E L : 03(3913)5071
F A X : 03(3911)9049
学校長 : 神 田 亮 二
生徒数 : 7 1 7 名

◎教育目標

- ・国際社会で健やかにたくましく生き抜く基礎基本を培う。
- ・個性や特性を大きく伸ばし豊かな創造力を養う。
- ・健康社会に貢献できる能力・態度を育てる。

◎特色

本校は、英語教育や国際交流・芸術文化活動に力を入れ、オーストラリア語学研修や海外修学旅行を通じて、国際社会で活躍するための基礎・基本を伸ばします。多くの選択科目の中から将来の進路実現に向けて必要な科目を学び、大学などへの進学を目指す単位制高校です。また、生徒は、ルールを守り、学校行事や部活動などに積極的に参加し活躍しています。女子サッカー部と E.S.S.部は、全国大会に出場し活躍しています。

東京都立飛鳥高等学校

1 研究の構想

(1) 研究主題

運動を合理的・計画的に実践する力を自主的・主体的に身に付ける体育学習

『生徒がつくる授業』 ～生きる力を育む～

(2) 主題設定の理由

本校は、東京都で初の単位制普通科高校として平成8年度に開校し、英語教育や国際交流・芸術文化活動に力を入れている。保健体育科では、本校の教育目標である「国際社会で健やかにたくましく生き抜く基礎基本を培う」「個性や特性を大きく伸ばし豊かな創造力を養う」「社会に貢献できる能力・態度を育てる」を踏まえ、「生きる力を育む」を目標としている。生徒に示す指導目標を、「生涯を通じて、スポーツに親しみ楽しく行うことのできる体力と知識及び技能を、各自が工夫して、グループで協力しながら、身に付ける。」とし、3年間を通して身に付ける力と位置付けている。

本校生徒の実態として、運動部活動に所属し、積極的に運動に取り組む生徒とそうでない生徒の二極化が顕著である。そこで、リーダーシップとチームスピリットを意識した指導を推進し、チームを形成しながら各自が工夫して知識・技能を習得できる授業を工夫することで、教科の目標である豊かなスポーツライフを継続する資質や能力を育てることができると考え、研究主題を「運動を合理的・計画的に実践する力を自主的・主体的に身に付ける体育学習」とした。

(3) 研究仮説

「生きる力を育む」という目標を実現するために、生徒が授業全体のリーダーを務め、他の生徒全員で協力しながら授業をつくっていく事を継続し、リーダーとしての役割とそのサポート方法を生徒全員が共有し、技能が向上していくことによって、授業がより効果的で能率的なものになるであろう。

(4) 研究内容

- ① 目標達成のための段階設定と意識付けについて
- ② 目標達成のためには段階設定が効果的な方法
- ③ 生徒をグループからチームへと発展するためのより効果的な段階的指導方法

飛鳥高校は、東京都保健体育研究会体育部の継続研究の実証校として位置づけられ、2クラス3展開の男女共習授業を「生徒がつくる授業」として継続的に行った。平成23年度には、一斉指導やグループ学習等の授業形態や生徒の学年、経験値にかかわらず、「生徒がつくる授業」においてリーダーシップとチームスピリットを意識した指導を推進していくことが「生きる力」を育み、生涯にわたる豊かなスポーツライフの実現へとつながるという仮説で研究し、発表した。

これまでの研究成果として、主体的に運動やスポーツに取り組み、チームを形成しながら各自が工夫して知識・技能を習得させることは、概ね達成できた。しかし、知識・技能の習得が優先され、その基盤である体力に関する検証が十分でないという課題があり、充実した授業を目指して研究を継続している。

2 研究内容

(1) 発達の段階を大切にした系統的・弾力的な単元の全体計画

① 飛鳥高校における第1・2・3学年の選択種目

学期	1 学期	2 学期	3 学期
第1 学年	○ 2 単位 (体づくり運動) (体育理論) ・ サッカー ・ バレーボール ・ テニス ○ 1 単位 ・ 陸上競技 ・ 柔道 ・ ダンス (水泳)	○ 2 単位 (体づくり運動) (体育理論) ・ ソフトボール ・ バドミントン ・ アルティメット ○ 1 単位 ・ 陸上競技 ・ 柔道 ・ ダンス (水泳)	○ 2 単位 (体づくり運動) (体育理論) ・ 卓球 ・ バスケットボール ・ ユニホック ○ 1 単位 (長距離走)
第2 学年	○ 2 単位 (体づくり運動) (体育理論) ・ 陸上競技 ・ 柔道 ・ ダンス (水泳)	○ 2 単位 (体づくり運動) (体育理論) ・ ソフトボール ・ バドミントン ・ テニス (水泳)	○ 2 単位 (体づくり運動) (体育理論) ・ サッカー ・ 卓球 ・ バスケットボール
第3 学年	○ 2 単位 ・ ゴルフ ・ バレーボール ・ フットサル	○ 2 単位 ・ アルティメット ・ バスケットボール ・ ユニホック	○ 2 単位 (体づくり運動) (体育理論) ・ ソフトボール ・ バドミントン ・ テニス

② 3年間を見通した単元配列の考え方

- 種目は、年次当初のオリエンテーション後に年間を通して選択させる。
- 第1学年は水泳と長距離走、第2学年は水泳を必修としている。一斉指導を基本とし、指導内容により、グループ学習の形態をとる。
- 体づくり運動と体育理論は、第1学年、第2学年は各学期の初めに、第3学年は3学期の終わりに配置し、3年間のまとめとしている。
- 選択制授業は、主体的に体育授業に取り組み、生涯スポーツへとつなげるための有効手段であり、全員が共通の目標をもち、チームとしての役割を果たすなどの経験を通して生徒の生きる力を育むと考え、生徒がつくる授業を推進している。
- 6つの段階を設定し、教師の指導・支援のもと、自主的・主体的に活動し、自ら設定した目標の達成に向け、創意工夫し、全員が役割を担い協力する授業を以下のような目標で3年間継続して展開している。
 - ・競技種目の特性に関心をもち、自己やチームの課題解決に向けて、仲間と協力して積極的に取り組めるようになる。
 - ・自己やチームの課題を明らかにし、個人やチームの能力に応じた計画を立て、課題解決に向けて練習を工夫することができるようになる。
 - ・自己やチームの能力に応じた課題練習や試合を通して、技能を高められるようにする。
 - ・運動種目の技能の構造を理解するとともに、審判の方法について理解させて、ルールやマナーを守り、安全に学習できるようになる。

(2) 生徒が進んで運動に取り組み、課題解決を図る単元計画

① 指導のポイント

段階	授業形態	指導者(リーダー)	目標	技術指導	備考
①	一斉指導 [教師による指導]	教師	指導者が設定	指導者中心	【グループ活動が伴う場合】 グループにリーダー的存在を 指名
②	グループ活動を 重視した一斉指導 [教師による指導]	教師	指導者が設定	指導者中心	グループの活動では、 グループリーダーが指揮
③	グループ活動を メインとした指導 [教師は支援・指導]	教師 【グループリーダーを 支援・指導】	[全体の目標] 指導者が設定 [グループの目標] 各グループで設定	各グループ 指導者は支援	
④	チーム活動を 想定した指導 [教師は支援]	生徒 【教師は各リーダー (全体リーダー)と協議】	生徒が設定 全員で協力して達成に向け 努力する。	各チーム 必要がある場合は、 他チームのリーダーや 経験者がチームを 越えて指導	
⑤	生徒リーダーによる チーム活動 [教師は支援]	生徒 【各チームリーダーの中の 1人が全体リーダー】 ※教師は全体リーダー を支援	【全体の目標】 全体リーダーが各チーム リーダーと協議し設定 【各チーム目標】 チーム内で協議し設定	各チーム 必要がある場合は、 他チームのリーダーや 経験者がチームを 越えて指導	
⑥	生徒リーダーによる 一斉指導 [教師は支援]	生徒リーダー	生徒リーダーが設定	生徒リーダー中心	【チーム活動が伴う場合】 チームリーダーが存在し、生 徒リーダーをサポート

「目標を設定し協力して活動する→反省し課題を発見する→課題を解決する方法を協議する」といった過程を繰り返しながら活動することを通して、様々な役割等を経験するのが②③の段階であり、これは初期の「チームづくり」の一つの方法となる。

④の段階は、「グループからチームへ」を意識させ、③の段階と組み合わせて指導を繰り返す過程で「リーダーの役割とサポートの役割、課題解決の実践方法」を学ぶことができる。

「チーム」をつくる過程で「リーダー」と「サポート」を理解するための方法として、グループ活動における「チーム学習ノート」や「個人学習カード」を活用し、生徒一人一人への指導・支援をしている。

「グループからチームへ」の流れの中で、授業全体の状況が「チーム」へと発展している状況が確認できれば、⑤⑥の段階が成立できる条件としている。

用語の定義

- ・ チームとは、「全員が、同じ目標の達成に向け、自己の役割を理解し、その責任を果たしている集団」としている。
- ・ グループとは、「簡易的に集られ、共通の性質で分類された仲間、集団」としている。
- ・ リーダーとは、「チーム形成において、全体を把握（理解）し、まとめ、導く役割を担う者」としている。

(3) 「指導のねらい」と「指導する内容」を明確にした評価計画と指導の工夫

① 第3学年の例

時数	1 2	3 4 5 6	7 8 9 10 11 12	13 14 …
指導のねらい	運動の特性を理解し、学習のねらいと進め方を知る。	・個人技能を習得する。 ・身に付けた技能で試合を楽しむ。 ・練習やゲームを通してチームの特徴を知る。	・チームや個人の課題に応じた練習をする。 ・向上した技能を活かして試合を楽しむ。 ・対戦チームを分析して作戦を立てて試合を行う。	単元を振り返り、まとめと評価を行う。
指導する内容	・状況に応じたボールや用具の操作、ボールを持たないときの動きを身に付け、勝敗を競う楽しさや喜びを味わい、作戦や状況に応じた技能や仲間と連携した動きを高めてゲームが展開できるようにすること。 ・リーダーの役割とそのサポート方法を理解し、自己に応じた課題の設定、目標を達成するための課題の設定、課題解決のための練習法などの選択と実践、学習成果の確認、新たな目標の設定といった過程があることを理解すること。 ・主体的に取り組むとともに、フェアなプレイを大切にしようとする、役割を積極的に引き受け自己の責任を果たそうとすること、合意形成に貢献しようとするなどや、健康・安全を確保することができるようにすること。			
関心・意欲・態度	○	○		○
思考・判断		○	○	
技能			○	
知識・理解	○	○	○	○
指導と評価の工夫	○関心・意欲・態度、技能は、学習時間を確保したうえで観察にて評価する。 ○知識・理解は、振り返りを重視し、個人学習カードで評価する。 ○思考・判断は、運動実践につながる態度に関する思考・判断を重視し、観察により単元の半ばで評価する。			

② 指導と評価の一体化を図るポイント

- 2クラス3展開で授業を進める上で、指導教員が、評価と指導方法・生徒との関わり方について認識を共有することがポイントであり、用語の定義等について共通理解していることが重要である。
- 技能のみを評価するのではなく、協力しながら、自分の特性・能力を最大限に発揮し、常に全力で取り組む姿勢・態度を評価する。
- 各種目で男女共修のグループ学習を経験させ、目標や練習内容を決定し、学習ノートを活用した自主的・主体的な授業を展開・運営し、課題の発見・解決を実践させ、適切な学習時間を確保して評価する。

3 実践事例 第3学年「ユニホック」(7, 8時/14時)

(1) ねらい

【技能】スティックでボールを操作する基本技術を習得する。

【態度】仲間と協力し、課題を意識して準備・練習などを行う。

【知識・思考・判断】自己の役割を理解し、ルールやマナーを守り、自他を尊重して練習や試合を楽しむ。

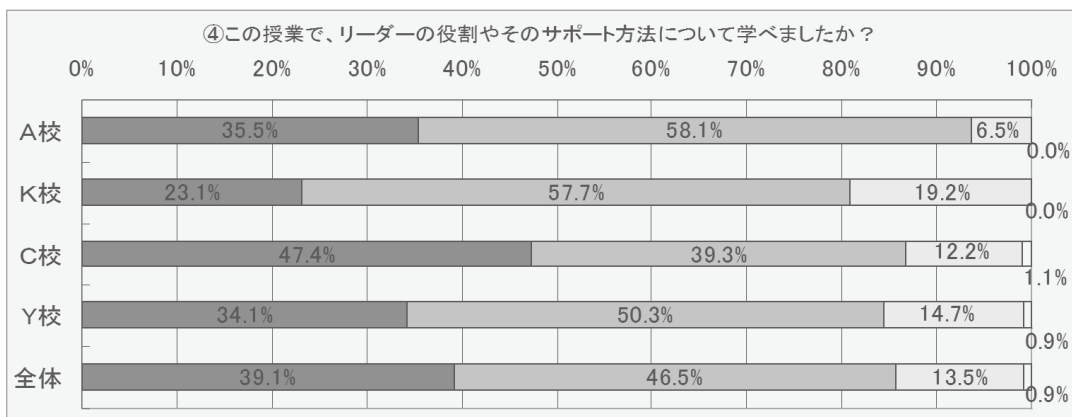
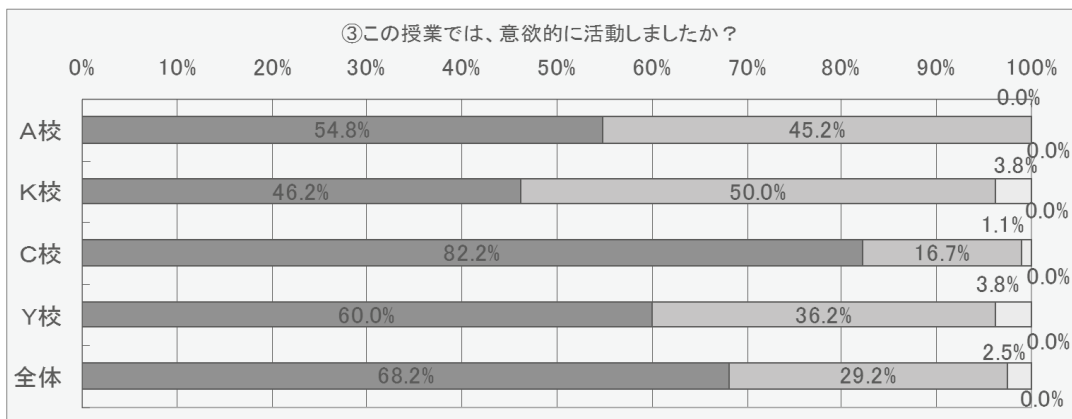
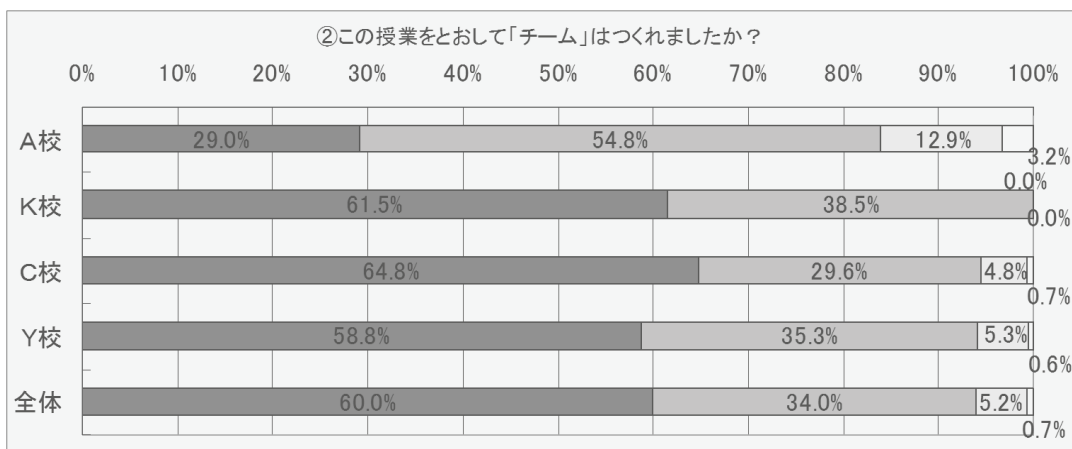
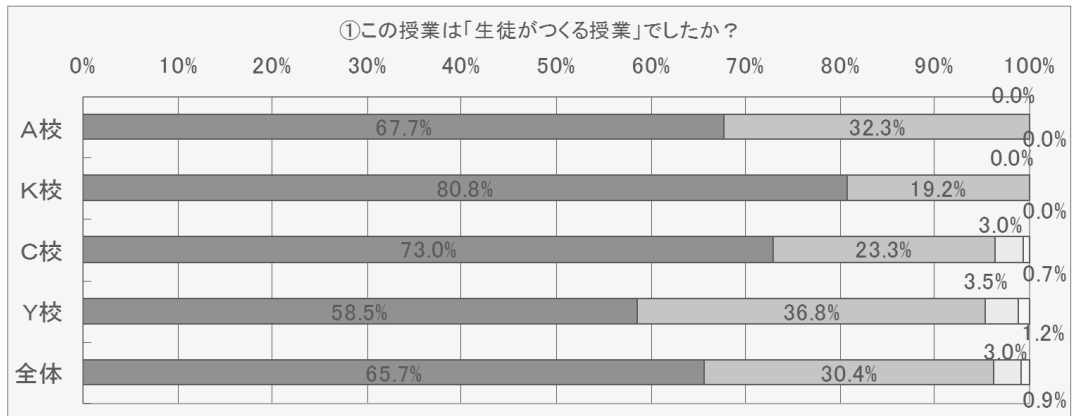
(2) 展開

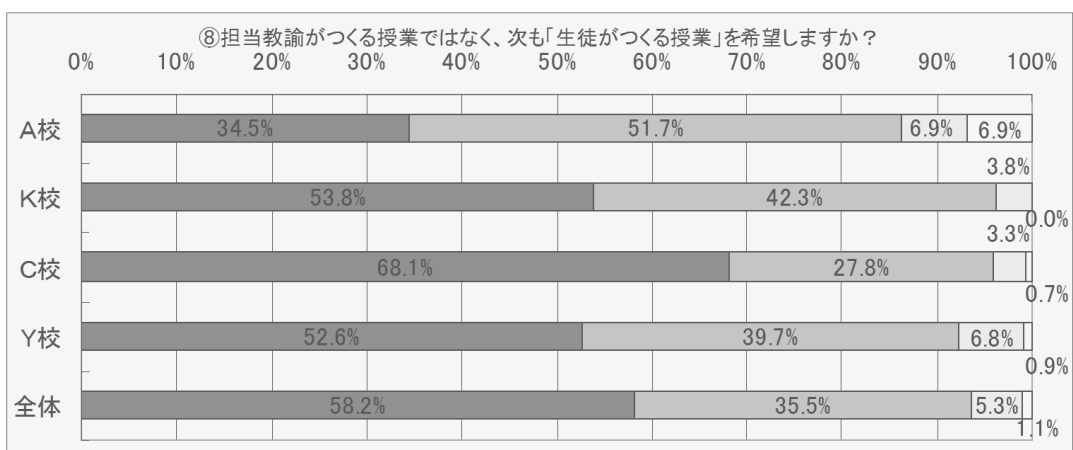
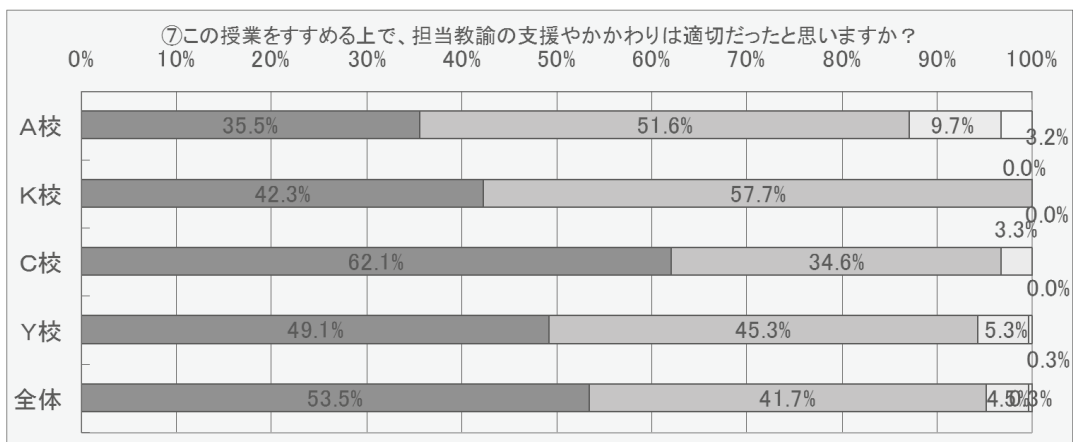
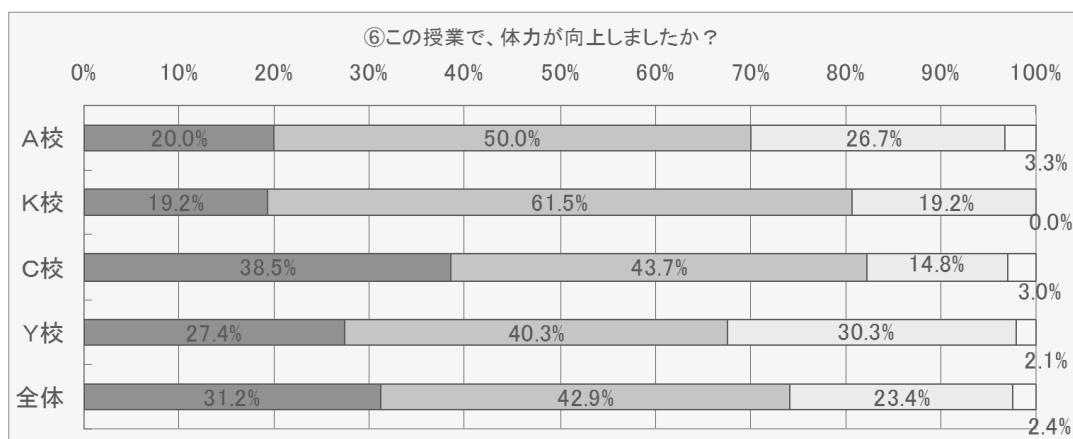
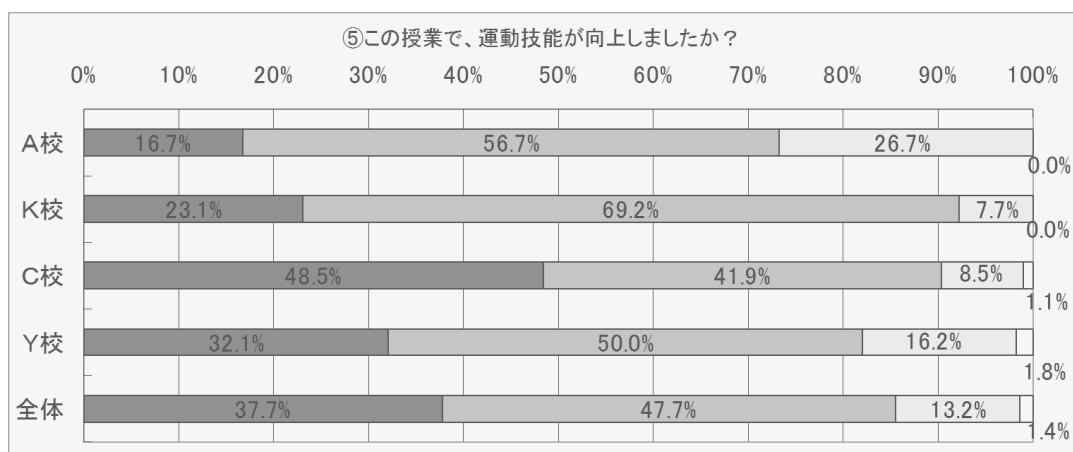
	学習活動	指導のポイント	評価
導入 3分	○集合し、出欠確認する。 ○健康観察する。 ○本時の学習内容の確認する。	○課題発見→練習計画立案→実践→振り返り・課題発見のサイクルについて理解させる。 ○評価の観点を理解させる。	
展開① 45分	○グループ学習をする。 ・運動計画の確認 ・用具の準備 ・準備運動 ・課題を意識した個人及びチーム練習	○計画者やリーダーの活動を観察し、適宜助言・指導する。 ○生徒の活動を観察し、助言等が必要される事柄についてホワイトボードに記入する。	チームにおける自己の役割を理解して行動している。 【関心・意欲・態度】 課題を意識して、互いに助け合い、教え合おうとしている。【思考・判断】
展開② 45分	○対抗試合をする。(7分ハーフ) ・コート作り ・試合順番決定 ・ゼッケン配布 ・審判選出	○審判は自信を持って判定するように指導する。プレイヤーはその判定に従い、相手を尊重してフェアにプレーするように指導する。	用具を大切に使用し、安全に留意している。 【関心・意欲・態度】 ルールやマナーを守り、ユニホックの楽しさや喜びを味わい、積極的に取り組もうとしている。 【思考・判断】
整理 7分	○片付け・集合をする。 ○本時の評価をする。 次時の計画者の選出 挨拶・解散	○ホワイトボードを使用して、良い活動を紹介して課題となる点を指導する。	

4 実践の記録

(1) 実証授業後のアンケート結果

そう思う
 だいたい
 そう思う
 あまり
 思わない
 全く
 思わない





(2) アンケートの分析

- 「生徒がつくる授業である」という実感を生徒自身が持って授業に取り組んでいる。
- 種目の特性もあるが、この授業をとおしてチームをつくれたという意識を持っている。
- ほぼ全員が『意欲的に活動できた。』と、かなり高い数字を残した。
- 授業でリーダーの役割やそのサポート方法を学び、自分の役割を見出し成長している。
- 運動技能向上に関しては、ある程度の成果をあげられましたが、体力向上に関してはもう少し助言・指導の修正などの支援が必要である。
- 担当教諭の支援やかかわりが適切であったと答えている。
- 次回に授業においても、教師主導の一斉授業より「生徒がつくる授業」を希望する生徒が多かった。
- 授業後の生徒アンケートから「チームで協力できてリーダーが上手にまとめてくれたのでやりやすかった。」「自分たちでやっていくので、仲間意識も強まって良かったです。」「これからも先生任せじゃなく積極的に生徒が参加する授業を希望します。」という感想があった。
- リーダーを務めた生徒からは「とても大変だったけど、初めての体験でとても楽しかったです。」「どうしたら授業がスムーズに進むか、みんなが楽しめるかを考えながら自分なりにできた。」という感想があった。

(3) 仮説の検証

生徒に主体性を育む仕掛けとして、授業全体のリーダーを務めさせ、他の生徒全員で協力しながら授業をつくっていく事を継続した。教師は、生徒の意欲・目標、リーダーの計画や実践方法、結果の捉え方などを的確に分析しフィードバックした。その結果、生徒はつまずきながらも成長し、小さな成功体験を積み重ねることによって、挑戦していく姿勢とチームワークの大切さなどを実感することができた。このような授業を展開する中で、リーダーとしての役割とそのサポート方法を生徒全員が共有し、技能が向上していくことができる。また、授業は様々な効果的で能率的なものになると考えられる。

5 研究のまとめ

(1) 成果

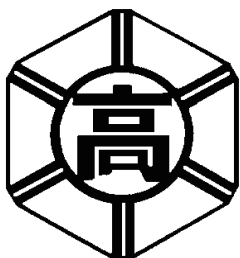
「生徒がつくる授業」とは、教師の指導のもと生徒に任せる授業であり、生徒の自主的・主体的な活動を促し、授業の振り返りによる課題の共有や新たな課題の設定に向けて合意形成を図りながら活動を展開していくことである。この授業のポイントは、教師の支援であり、リーダーの任務を含めた役割分担、意欲や目標、授業計画とその実践方法、生徒一人一人の体育授業の捉え方などを適確に分析し、その結果と理由を、課題発見や次回の目標設定と課題解決に向けてのヒントとして効果的に伝えることである。

本校でこの授業を継続する中で、生徒はつまずきながらも成長し、生徒自身の力でチームワークや達成感を掴み取れるようになった。これは、「生きる力」を育み、生涯にわたる豊かなスポーツライフの実現につながる。具体的な成果として、体育の授業だけではなく、行事等において集団が構成された場合、生徒たちは「チーム」を構成し、自主的・主体的な活動ができるようになった。

(2) 課題

本校の新体力テストの結果やアンケート結果を考慮すると、今後は体力向上という視点で指導方法を工夫することが課題であり、さらに研究を継続する必要がある。

東京都立東高等学校



所在地 : 〒136-0074 東京都江東区東砂 7-19-24
H P : <http://www.higashi-h.metro.tokyo.jp>
E-mail : S1000115@section.metro.tokyo.jp
T E L : 03(3644)7176
F A X : 03(3615)7463
校 長 : 野 口 敏 朗
生徒数 : 712 名

◎教育目標

- 1 心身ともに健康な人間の育成。
- 2 基礎的・基本的な学力の向上。
- 3 人権尊重の精神と社会貢献の精神の涵養。
- 4 豊かな個性と想像力の伸長。

◎特色

本校は地域に愛され信頼されながら創立48周年の歴史をもつ学校である。その間、様々な教育活動を展開しつつ中堅の普通科としての足場を築いてきた。記念すべき年創立50周年に向けて今後も一層の努力を重ね、生徒の卒業時の「18歳のあるべき姿」の確立に励む。教職員が「あるべき都立東高校の姿のゴールイメージ」を共有化して、生徒が大好きな都立東高校で、生徒が自らも「18歳のあるべき姿」に迫ることのできる学習環境の確立と教育活動を展開する。

東京都立 東 高等学校

1 研究の構想

(1) 研究主題

主体的な取組を促す体育学習の実現を目指して

(2) 主題設定の理由

平成 25 年度から年次進行で実施する高等学校学習指導要領における保健体育科の目標は、「心と体を一体としてとらえ、健康・安全や運動についての理解と運動の合理的・計画的な実践を通して、生涯にわたって豊かなスポーツライフを継続する資質や能力を育てるとともに健康の保持増進のための実践力の育成と体力の向上を図り、明るく豊かで活力ある生活を営む態度を育てる」である。従前の目標に追加された「計画的な」では、「発達の段階のまとまりを考慮し、小学校、中学校及び高等学校を見通した指導内容の体系化を図ること」が示されている。また、「豊かなスポーツライフを継続する」では、「各領域において身に付けさせたい具体的な内容を明確に示すこと」、「実社会で生かせるように、一層の体力の向上を図ることができるようにすること」、「系統性のある指導ができるよう構成を見なおし、精選するとともに一層の内容の明確化を図ること」等が示されている。

現在の高校生の運動習慣の実態を見ると、平成 21 年度全国体力テスト結果では、「運動・スポーツをほとんど毎日行う」と回答した男子生徒は、1 年 66.5%、2 年 65.2%、3 年 59.7%であり、平成 24 年度東京都児童・生徒体力・運動能力、生活・運動習慣等調査結果では、1 年 59.2%、2 年 55.7%、3 年 43.7%であった。一方、本校では、1 年 72.2%、2 年 63.3%、3 年 40.0%であり、1 年次は「ほとんど毎日運動を行う」生徒が 7 割を超え、全国や東京都の平均値を大きく上回っている。ところが、学年が上がるにつれて減少し、3 年次は 4 割となり、全国や東京都の平均値を下回っている。

同様に女子生徒は、全国調査結果では、1 年 41.2%、2 年 40.5%、3 年 36.3%であり、東京都調査結果では、1 年 35.7%、2 年 34.5%、3 年 26.5%であった。本校では 1 年 47.2%、2 年 40.3%、3 年 33.8%であり、1 年次は全国や東京都の平均値を上回り、学年が上がるにつれて減少し、3 年次は全国の平均値は下回るものの、東京都の平均値は上回っている。

このように本校では、全体的な傾向として、高校入学年次には運動習慣を身に付けている生徒が全国や東京都を上回るが、3 年次には顕著に減少している。

そこで本校では、学習指導要領改訂の趣旨及び、前述の運動習慣の実態等を踏まえ、義務教育段階での指導内容の確実な定着を図りつつ、段階的に基礎的・基本的な知識・技能のさらなる定着をねらって作成した 3 年間の全体計画の実施を通して、卒業時まで生徒の主体的な取組を継続的に促すことで、生涯にわたって運動に親しむ資質や能力を身に付けることができると考え、本研究主題「主体的な取組を促す体育学習の実現を目指して」を設定した。

ここでは、ダンスの学習の重要なポイントである「仲間と自由に踊る楽しさや喜びを味わう」「ダンスの学習に主体的に取り組み、互いに共感し高めあう」「役割を積極的に引き受け自己の責任を果たす」「合意形成に貢献することなどに意欲をもつ」等に着目し、本研究主題に迫る領域としてダンスを取り上げることとした。

(3) 研究仮説

3 年間を見通した体育の年間計画を立て、義務教育段階での指導内容の確実な定着を図りつつ、段階的に基礎的・基本的な知識・技能をさらに定着させ、運動に親しむ資質や能力を計画的に育成していくことで、卒業時まで主体的・継続的に豊かなスポーツライフを営む能力を育むことができるであろう。

(4) 研究内容

- ① 指導内容の確実な定着を図り、生徒が主体的に領域を選択することができる全体計画
- ② 生徒が自己やグループの課題を理解し、仲間と協力して課題解決を図る単元計画
- ③ 生徒が単元のねらいを理解し、見通しをもって学習に取り組む評価計画と指導の工夫

2 研究内容

(1) 指導内容の確実な定着を図り、生徒が主体的に領域を選択することができる全体計画

- 高等学校入学年次とその次の年次以降の年間計画の設定例

都立東高等学校 保健体育科 年間計画

学年	単位	週時間	4月			5月			6月			7月			9月			10月			11月			12月			1月			2月			3月				
			1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35
1 年次	3	男子	オリエンテーション	体づくり運動		器械運動		球技			水泳			水泳			体育理論	体づくり運動	陸上競技			球技			球技			体づくり運動	陸上競技 (長距離走)	体育理論	領域選択 器械運動・陸上競技・球技・武道・ダンス (2展開)						
		男女共習	週1	ダンス									武道									体づくり運動	ダンス									体づくり運動	領域選択 器械運動・陸上競技・球技・武道・ダンス (3展開)				
				武道									ダンス										領域選択 器械運動・陸上競技・球技・武道・ダンス (2展開)														
		女子	オリエンテーション	体づくり運動		陸上競技		球技			水泳			水泳			体育理論	体づくり運動	器械運動			球技			球技			体づくり運動	陸上競技 (長距離走)	体育理論	領域選択 器械運動・陸上競技・球技・武道・ダンス (2展開)						
2 年次	2	男女共習	週2	オリエンテーション	体づくり運動		領域選択 器械運動・陸上競技・ダンス (3展開)			水泳			水泳			体育理論	領域選択 球技・武道 (3展開)①			体づくり運動	領域選択 球技・武道 (3展開)②			体育理論	体づくり運動	陸上競技 (長距離走)	領域選択 器械運動・陸上競技・球技・武道・ダンス (3展開)										
				体育理論																																	
3 年次	3	男女共習	週2	オリエンテーション	体づくり運動		領域選択 器械運動・陸上競技 (2展開)			水泳			水泳			体づくり運動	領域選択 器械運動・陸上競技・球技・武道・ダンス (2展開)			体づくり運動	領域選択 器械運動・陸上競技・球技・武道・ダンス (2展開)			体育理論	領域選択 器械運動・陸上競技・球技・武道・ダンス (2展開)												
				体育理論	体づくり運動	領域選択 球技・武道・ダンス (3展開)						体育理論			領域選択 球技・武道・ダンス (3展開)			領域選択 球技・武道・ダンス (3展開)			体育理論																

- 3年間を見通した考え方

本部会の研究主題である、「主体的な取組を促す体育学習の実現を目指して」を達成させるために、以下のような意図をもって各学年の年間計画を作成した。

○ 入学年次

- ・ 義務教育段階で学んできた各領域種目の基礎的・基本的な知識・技能をさらに定着させる。そのために、「器械運動」、「陸上競技」、「水泳」、「球技」、「武道」、「ダンス」の領域を改めて履修させる。
- ・ 生涯にわたり生徒が主体的に学習する基盤が培われることを目的として、3学期に「領域を選択する授業」を取り入れその次の年次へつなげる。

○ その次の年次以降

- ・ 「男女共習」で領域の生徒選択を基本とし、生徒自らが領域の選択をして授業を行うことで、生徒がより主体的に運動に取り組み、自ら運動に親しむ能力を高め、運動やスポーツの特性に応じた「課題解決」の仕方を工夫し、計画的に運動やスポーツを実践することができるようにする。
- ・ 3年では、1学期の陸上競技や器械運動の中で記録会等を実施することで、運動の合理的・計画的な実践を目指し、卒業後も自己に適した運動を選択できるようにする。
- ・ 3年の1月に実施する「体育理論」の最後では「する」、「みる」、「支える」、「調べる」等の観点から「マイスポーツライフ」を設計してみるなど、高等学校体育の「総まとめ」を行ない、自らが生涯にわたって明るく豊かで活力ある運動やスポーツを継続し実践することができるようにする。

(2) 生徒が自己やグループの課題を理解し、仲間と協力して課題解決を図る単元計画

● 「ダンス」の単元計画 入学年次の例

		1	2～3	4～6	7～9	10～13	14～17	18～23	24	25	
学習の流れ	オリエンテーション ・既習状況 ・学習計画 ・評価基準 ・ダンスに向けた準備運動	本時のねらいや内容の確認									
		導入（心と体をほぐす、体全体を使って動き出す力を引き出す、即興で動きを作ることを促進する）									導入 （評価規準の確認）
		○様々なテーマや用具に応じた即興の表現 ・風になろう ・紙 等	○動きの課題に応じた即興の表現 ・個や群 ・緩急強弱 等	○言葉のイメージを手話等で表現する練習	○自己の課題把握 ○前時の動きの復習（ペア・グループによる学習） ・歌詞の内容から、曲のイメージを理解する ・動きの課題に応じた表現力の習得（個や群・緩急強弱・対極の動き 等）			○グループによる動きの確認	○ビデオ鑑賞 ・自己評価及び相互評価		
		○ペア・グループによる学習 ・イメージを膨らませ、共有する活動（ブレインストーミング） ・イメージを表現するための踊り込み			○ペアによる練習 ・動きの習得 ・反復練習 ・動きの課題に応じた表現力を高める練習		○グループによる練習 ・イメージから、分担された部分の動きを創作する活動 ・イメージに応じた動きを習得するための練習	○グループによる練習 ・イメージから創作した動きの習得 ・イメージに応じた表現力を高めるための踊り込み			
		○ペア・グループによる発表・鑑賞 ・互いのイメージや表現の共有 ・発表方法の工夫			グループビンゴ						
	まとめ（整理運動、本時の学習活動の振り返り、次時のねらい等の確認）										

● 課題解決を図る指導のポイントと流れ

- 導入の工夫
 - ・ 生徒の心と体をほぐすために、ペアで行うストレッチや、ジェスチャーゲーム等を行う。
 - ・ 体全体を使って積極的に動き出す力を引き出すために、リズムダンスやフォークダンスを行い、生徒の気持ちを高めるとともに、可動域を広げたり、速い動きをしたりする。
 - ・ 授業の展開時に即興で動きを作ることを促進するために、個人やペア・グループで写真や絵を使ってイメージを膨らませる活動や紙を使った活動をする。
- 展開の工夫
 - ・ 様々なテーマや用具を使用したり、課題に応じて即興で表現したり、イメージを手話で表現したりすることで、ダンスに対する意欲を高め、ダンスの動きの課題や言葉のイメージに応じた動きを身に付ける。（1 時間目～9 時間目）
 - ・ ペアやグループで、歌詞の内容から曲のイメージを理解する学習をしたり、動きの課題に応じた表現力を習得したりする中で、仲間と協力してイメージから動きを創作し、その動きを習得して表現力を高める。（10 時間目～23 時間目）
 - ・ 単元のねらいや評価基準を理解し、各グループの発表を鑑賞することで、自己・相互評価する力を身に付ける。（24 時間目～25 時間目）
- まとめ工夫
 - ・ 単元のねらいや評価基準に基づいて、学習を進めるために毎時間ねらいや学習内容を振り返るとともに、次時のねらいを確認する。

(3) 生徒が単元のねらいを理解し、見通しをもって学習に取り組む評価計画と指導の工夫

●「ダンス」の入学年次の例

時数		1 学期									2 学期															
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25
指導のねらい		ダンスに対する意欲を高め、ダンスの動きの課題や言葉のイメージに応じた動きを身に付ける。									ペアの練習により、動きを習得し感情を込めて踊る方法を身につける。				仲間と協力してイメージにふさわしい動きや構成を主体的に考え創作し、その動きを高め表現力を身に付ける。										自己・相互評価する力を身に付ける。	
指導する内容	技能	○ 感じを込めて踊ったり、仲間と自由に踊ったりする楽しさや喜びを味わい、それぞれ特有の表現や踊りを高めて交流や発表ができるようにする。 ・ 創作ダンスでは、表したいテーマにふさわしいイメージをとらえ、個や群で、対極の動きや空間の使い方などで変化を付けて即興的に表現したり、イメージを強調した作品にまとめたりして踊ること。																								
	態度	○ ダンスの学習に主体的に取り組むとともに、互いに共感し高め合おうとすること、役割を積極的に引き受け自己の責任を果たそうとすること、合意形成に貢献しようとするなどや、健康・安全を確保することができるようにする。																								
	知識・思考・判断	○ ダンスの名称や用語、文化的背景と表現の仕方、体力の高め方、課題解決の方法、交流や発表の仕方などを理解し、グループや自己の課題に応じた運動を継続するための取り組み方を工夫できるようにする。																								
	関心・意欲・態度			○					○				○						○			○				○
	思考・判断				○		○										○	○	○							○
	技能					○			○				○									○		←○→		
	知識・理解		○				○	○	○			○								○					○	○
指導と評価の工夫		○ 関心・意欲・態度 ・ 「常に」（8割程度以上）意識して取り組んでいる生徒を「十分満足できる状況（A）」とし、学習時間を確保したうえで観察にて評価を行う。その際、観察すべき行動の種類などをあらかじめ設定しておく。																								
		○ 思考・判断 ・ ある程度の知識・技能が修得できた状態で、それを活用する場面で評価を行うため、主に各学習活動の後半部分に評価機会を設定している。																								
		○ 技能 ・ 「スムーズ」にできる生徒を「十分満足できる状況（A）」とし、指導した後に学習時間を確保したうえで継続的に観察評価を行う。																								
		○ 知識・理解 ・ 学習内容の定着・確認・振り返りのために、その日のうちに学習ノートで評価する。 ・ 交流や発表の仕方については、学習ノートと、観察により評価を行う。																								

● 指導と評価の一体化を図るポイント

- 1 時間目にオリエンテーションを実施し、単元計画の各段階における指導のねらい、指導内容と評価計画を明確にし、生徒が見通しをもって学習活動に取り組むことができるようにする。
- ねらいに応じて、生徒が適切に学習状況を自己・相互評価できるように評価規準を明示する。
- 基礎的・基本的な知識や技能を確実に習得するために、学習カードや I C T 教材等を活用し、一斉指導で行なう内容と個別に指導する内容を区別して繰り返し指導する。
- 生徒の自己・相互評価等の形成的な評価や教師の観察等による評価を踏まえ、指導内容の改善を図る。
- 評価の公平性・妥当性等を確保するために、単元の評価計画に基づき、学習活動に即した評価規準の確認、指導の機会や評価の時期、評価方法について、単元の導入・展開・まとめで共通理解を図る。

3 実践事例

第1学年「ダンス」 対象：女子40名（21／25時）

(1) ねらい

【技能】 感じを込めて動くこと、イメージを深めながら多様な動きと構成の変化で表現することができるようにする。

(2) 展開

	学習内容・活動	教師の働きかけと指導のポイント	評価
はじめ 15分	○導入	○ 本時のねらいや内容の確認 ○ 準備運動（簡単なストレッチ、壁画） ※ 本時は動きを引き出すための導入として取り組ませる。	
なか 30分	○ イメージを共有し表現力を高める。 ・ 前時までの課題把握 ○ 感情を込めて踊るためのグループ活動 ・ 感情を込めて、イメージにふさわしい表現の習得のための踊り込み ○ グループでの見せあい（技能の習得状況と課題把握）	○ 前回グループごとに見合って指摘された課題を確認する。 ※ 学習カードを活用し、グループのメンバー内で読み確認する。また、創作時のテーマや踊りに込めた感情を伝える。 ○ 感じを込めて動くこと、イメージを深めながら多様な動きと構成の変化で表現することができるようにするための踊り込み練習。 ※ グループ内で「見る・アドバイスをする係」を決め、アドバイスをする時間を設ける。 ※ 効果的なアドバイスを行うために【観点】を明確にする。 ①視線・表情・身ぶり・しぐさ ②力性、速度、方向などの動きの変化 ③構成（はじめなかーおわり）の空間、時間、隊形などの変化 ○ グループで見せ合い、本時の技能の習得状況と次回に向けた課題把握をおこなう。 ※ GWSを活用し、担当のグループの踊りに責任をもってアドバイスをする。	○ 互いに助け合い教え合おうとしている。 （関心・意欲・態度：観察・GWSによる評価） ※GWS…グループ学習カード ※ 手立てを要する生徒 ※ 動きの習得ができていない生徒には、あきらめずに必ずできると信じて根気強くグループ内で教え合いを続けさせる。また、他人の動きばかり見ていると覚えられないので、自分と向き合い踊ってみよう声掛けをする。
まとめ 5分	○まとめ	○ 整理運動 ○ 本時の学習活動の振り返り、教員からのアドバイス、次時のねらい等の確認を行う。	

※ 「技能」と「関心・意欲・態度」の評価については、指導後一定の期間をおいて行うため、本時におけるねらいと評価内容が異なっている。

4. 実践の記録

※ 1学期の学習カードから抜粋

- ・ 達成度 ○○をしたら○○ができた！
- ・ 1学期のダンスの授業を通して、学んだこと、感じたことなど。

★達成度★ ○○をしたら○○ができた！

自分なりに考えて、表現することができた。

★1学期のダンスの授業を通して、学んだこと、感じたことなど。

体を表現するのはとても難しいと感じました。

★達成度★ ○○をしたら○○ができた！

歌詞や土間を想像したら、良い動きをおこすことができた。

★1学期のダンスの授業を通して、学んだこと、感じたことなど。

最初はダンスが苦手だったけど、先生の気持ちにはなれず、楽しかった。2学期も楽しくダンスをしていきたい。

★達成度★ ○○をしたら○○ができた！

手言と体の動きを組み合わせるうまく表現できた。

★1学期のダンスの授業を通して、学んだこと、感じたことなど。

初めは恥ずかしかったけど、授業をやるにつれて、恥ずかしがらず表現できるようになってきました。2学期の授業がすごく楽しみです。

★達成度★ ○○をしたら○○ができた！

笑顔で、楽しかった。

★1学期のダンスの授業を通して、学んだこと、感じたことなど。

1に自分の気持ちを行動で伝えるのがむずかしい。

★達成度★ ○○をしたら○○ができた！

歌に合わせて手を動かしたら、自然と表情も感情も表すことができた。

★1学期のダンスの授業を通して、学んだこと、感じたことなど。

おもしろいやつもあったけど楽しかった。
ダンス作るのが大好きだったので、もっとやりたいと思いました。

《生徒が課題解決を図って、主体的にダンスを創作していくための工夫》

○ ダンスへの意欲を高める工夫

- ・ ペアで行うストレッチやマッサージ、ジェスチャーゲーム等アイスブレイキングを行って心と体をほぐし、仲間と楽しさを共有する。
- ・ 意欲を高めるためのコミュニケーションビルディングとして、心身が弾むリズムダンスや仲間と関わって楽しむフォークダンスを行い、生徒の気持ちを高める。

○ 体の動かし方を習得するための工夫

- ・ 紙を使いペアと関わりあって動きを生み出す課題や、写真からイメージして動きを生み出す課題、音楽に合わせて仲間とつながって動き一つの作品を生み出す課題【壁画】などを行い、即興によって自発的な動きづくりを促進する。
- ・ リズムダンスや共通の動きの課題練習によって、可動域を広げ、スピードの強弱のある動き等を習得する。

○ 空間の使い方を習得するための工夫

- ・ 導入の段階で足じゃんけん等を行ない、バービージャンプ、転がる動き、手先から足先を伸ばす等を取り入れ、普段気づかない空間や、自己の身長以上の高さから床までダイナミックに空間を使うことに挑戦する。
- ・ リズムダンスや共通の動きの課題から、前後に走る動きや仲間と関わってドーシードなどの動きを体験するとともに、即興で動く場でも、前後左右上下などの空間を使った対極の動きを助言し体験する。
- ・ 表現したい内容と動きの関係を考えさせ、交錯する視線や外に向かう視線、内に向かう視線を意識させることで、空間に広がりをもたせる。

○ 感情を込めて踊るための工夫

- ・ 感情を表現するために、手話を用いて表現する学習を取り入れて体験する。歌詞から伝わってくる（作詞した人の）心のイメージを読み取り、意見交換をして感情を共有する。
- ・ 音楽を理解するために、歌詞や曲調から伝わってくることを詩やキーワード化し理解を深め、動きに合わせて踊る経験をする。さらに、自分の体験や感情を表現できるような動きを創作する活動を行う。

○人間関係（生徒同士）

- ・ 導入での心と体ほぐしや、展開でのブレインストーミングを通して、ペアやグループ内の相互理解を深める場の設定を行う。
- ・ 教え合い時の交流や発表・鑑賞の場を通して、互いのイメージや表現を共有し認め合うなど身体的なコミュニケーションを体験する。

《評価を進めていく上での学習カードの工夫》

ダンス学習カード(9時間目)	
1年 組 番 氏名	
はじめ	●今回の作品で表したいテーマは何ですか。
	●感情をこめて踊るために、手話で踊りますか、それとも、少し変更して踊りますか。どちらかに○を記入してください。 変更して踊る場合は、どの歌詞の部分はどう変更するか、書いてみましょう。 ・手話で踊る ・少し変更する
なか	●作品を作る際、どのようなイメージが出て、ペアで共有しましたか。
	●イメージを表現するためにどのようなことに気を付けましたか。
まとめ	●先生から受けたアドバイス
	●発表するとき、イメージを伝えるために、ペアでどんな工夫をしましたか。
	●鑑賞して、どのようなことを感じ、自分のペアと共有しましたか。

- ・ 学習カードやGWSは、曲理解や創作時の資料として活用するとともに、「知識・理解」や「思考・判断」の評価の際に使用する。
- ・ 特に「知識・理解」は学習内容の定着・確認・振り返りのために、その日のうちに評価する。
- ・ 指導と評価の一体化を図るために、指導内容と評価計画を明確にし、生徒が見通しをもって学習活動に取り組める学習カードを作成する。

5 研究のまとめ

(1) 成果

- 義務教育段階で培った基礎的・基本的な運動の技能や知識を入学年次に再度学習し、定着させることで、それらを活用し、自らが取り組むべき運動課題を解決するなどの学習を行うことができた。また、課題解決を図る学習を通して、自己やグループの課題を理解し、主体的に取り組むことができるようになってきた。
- オリエンテーションを実施し、単元計画の各段階における指導のねらい、指導内容と評価計画を明確にして指導を行うことで、生徒の学習活動が活性化し、技能の向上に結び付いた。学習カードや技能のポイントを示したICT教材を活用することで、生徒の自己評価・相互評価活動が促進された。仲間と協力して取り組む学習活動を意図的に設定し、必要に応じて指導することで、生徒同士の関わる場面が増加した。
- ダンスにおいて、授業の「導入」では、体全体を使って積極的に動き出す力を引き出すこと、「展開」では、表現力を高める練習、「まとめ」では、単元のねらいや評価規準に基づいて学習内容の振り返りを行うことで、仲間と協力して課題解決を図りながら、主体的に運動に取り組むことができるようになってきた。

(2) 課題

- 男女共習で授業を展開し、領域の選択について生徒の希望を優先したが、希望人数に差が生じ、生徒の活動が限定されることがあった。また、男女の体格や体力に差があるため、ルール of 工夫等により対応したが、生徒の運動欲求を満たせない部分があった。男女共習の進め方、領域の選択方法、教員の配置等の検討が必要である。
- ペアやグループによる学習の中で、自己の課題にとらわれ、仲間と課題解決を図る場面が少ない生徒、生徒同士の関わりが得意でない生徒等を主体的に運動に取り組ませるため、態度や思考・判断のポイント等をより明確にし、一斉に指導する内容と個別に指導する内容を検討する必要がある。
- 表現運動に抵抗がある生徒、様々なイメージに合わせて表現することが苦手な生徒を主体的に運動に取り組ませるため、知識・技能のポイントをより明確にし、一斉に指導する内容と個別に指導する内容を検討する必要がある。

特別支援学校

研究主題

「個々の障害の状態に配慮した
適切な運動の経験を通して、
明るく豊かな生活を営む力を
身に付ける体育学習」

第16分科会 東京都立文京盲学校

第17分科会 東京都立調布特別支援学校

第16分科会

研究主題

個々の障害の状態に配慮した適切な運動の経験を通して
明るく豊かな生活を営む力を身に付ける体育学習

東京都立文京盲学校 ぶんきょう

日程

9:00 9:30 9:45 10:35 10:45 11:35 12:00 13:00 13:10 14:00 14:50 15:00

受付	移動	公開授業①	休憩	公開授業②	視覚障害スポーツの紹介	昼食	開会	研究発表	研究協議	指導助言	閉会
----	----	-------	----	-------	-------------	----	----	------	------	------	----

※ 各教室では平常授業を行っております。ご自由に(一部非公開)見学できます

公開授業案内

	授業	場所
公開授業①	高等部普通科1年 球技「フロアバレーボール」	体育館
公開授業②	高等部普通科2・3年 球技「フロアバレーボール」	体育館

学校所在地



交通機関

交通機関

- ・ JR総武線、東京メトロ東西線、南北線、有楽町線「飯田橋」徒歩7分
- ・ 都営地下鉄大江戸線「飯田橋」徒歩4分
- ・ 東京メトロ丸の内線、南北線「後樂園」徒歩8分
- ・ 都営地下鉄三田線、大江戸線「春日」徒歩10分

所在地 〒112-0004
東京都文京区後楽1-7-6

東京都立文京盲学校



所在地 : 〒112-0004 東京都文京区後楽 1-7-6

H P : <http://www.bunkyo-sb.metro.tokyo.jp/>

T E L : 03(3811)5714

F A X : 03(3812)3446

学校長 : 三 谷 照 勝

生徒数 : 88 名

◎学校教育目標

- ・一般教養を豊かにし、生きる力を育み、自ら進んで必要な知識・技能の習得に努める。
- ・自己の障害を認識し、個性に応じた進路を切り開いていく力を獲得する。
- ・健康・安全に留意し、強い意志をもって、積極的に行動する。
- ・社会の一員であることを自覚し、礼儀正しく、責任をもって参加し貢献する態度を身に付ける。
- ・視覚障害教育のセンター校としての機能を果たす。
- ・教育活動全般について、学校評価を実施し常に改善に努める。

◎特色

本校は、視覚に障害のある者のための高等部の学校で、普通科（高等学校普通教育課程）、専攻科保健医療科（あん摩マッサージ指圧師免許取得のための職業教育課程）、専攻科理療科（あん摩マッサージ指圧師免許、はり師免許、きゅう師免許取得のための職業教育課程）の3科を設置している。

東京都立文京盲学校

1 研究の構想

(1) 研究主題

個々の障害の状態に配慮した適切な運動の経験を通して、
明るく豊かな生活を営む力を身に付ける体育学習
～フロアバレーボールの実践を通して～

(2) 主題設定の理由

① 本校の研究経過から

本校は、高等部の盲学校であり、社会的自立の基礎となる学力、生活力の育成を目指している。普通科の体育では、卒業後の社会参加を意識し、生涯にわたって豊かなスポーツライフを実現することを目標として指導している。しかし、視覚に障害があるために一般的な球技に取り組むことは難しい。そこで、視覚障害スポーツのフロアバレーボールを通して、運動の楽しさや達成感を体験させ、卒業後も社会人チームで運動を楽しむなどして、明るく豊かな生活を営む力を身に付けさせたいと考えている。

② 生徒の実態

本校には、全く光を感じない「全盲」から、個々の見え方が大きく異なる「弱視」の生徒が在籍している。「弱視」は、視力・視野・色覚などの視機能の状況により生徒の見え方は様々である。

運動の際には、相手の表情や周囲の状況を明確に捉え、動きを模倣して覚えることは難しい。視覚情報を補うために、聴覚や触覚を活用して取り組んでいる。

※ フロアバレーボールについて

フロアバレーボールは、普通のバレーボールのルールや用具を改変して視覚障害者が行えるように開発されたもので、昭和30年代から各地の盲学校で実施されるようになった。視力の程度によってポジションが異なり、全盲は前衛、弱視は後衛でプレイし、個人やチームの能力に応じた作戦を立て、勝敗を競うことに楽しさや喜びを味わうことができる。また、バレーボールの醍醐味であるスパイクやブロックを、主に前衛の全盲選手が行うため、全盲生徒が主体的に取り組める球技種目である。

(3) 研究仮説

主体的に活動する力を身に付ける指導の工夫、基礎的な動きを理解するための指導の工夫や運動を継続していくための情報提供をすることで、スポーツへの興味・関心を高め、明るく豊かなスポーツライフを継続する力を身に付けることができるだろう。

(4) 研究内容

① 主体的に活動する力を身に付ける指導の工夫

- ・学習ノートの活用
- ・試合前の生徒同士でのミーティング、チーム練習の導入

② 基礎的な動きを理解するための指導の工夫

- ・具体的なフィードバックの工夫
- ・動き、動作のポイントを伝える指導

③ スポーツへの興味・関心を高め、運動を継続していくための情報提供

- ・スポーツ情報掲示板の作成

2 研究内容

(1) 発達の段階や障害の程度を大切にした系統的・弾力的な単元の全体計画

① 本校の学習集団別、球技の指導計画例

学期	前期	後期
第1学年	○ゴールボール ・セービング ・スローイング ・ルールを理解	○フロアバレーボール ・サーブ ・レシーブ ・スパイク ・コーチング（前衛への指示） ・ルールを理解 ○サウンドテーブルテニス ・サーブ ・ラリー ・ルールを理解
第2・3学年	○ゴールボール ・セービング ・チームディフェンス （フォーメーション、カバーリング） ・スローイング （緩急をつけた投球、コースを狙った投球） ・ルールを理解	○フロアバレーボール ・サーブ ・レシーブ ・スパイク（コースを意識したスパイク） ・コーチング（前衛への指示） ・チーム戦術攻撃 （前衛を使った攻撃・速攻） ○サウンドテーブルテニス ・サーブ ・ラリー ・ルールを理解 ○グランドソフトボール ・バッティング ・守備 ・ルールを理解

② 3年間を見通した単元（球技）配列の考え方

- ・第1学年では、今までの視覚障害スポーツの経験に個人差があるので、視覚障害スポーツの球技として広く普及している種目を中心に単元を設定した。
- ・第1学年では、「基本的な技能の習得や仲間と連携した動きでゲームが展開できるようにする」など、基礎的な技能の習得とルールへの理解をねらいとした。
- ・第2・3学年では、「作戦や状況に応じた技能の向上や仲間と連携した動きを高めてゲームが展開できるようにする」ことをねらいとした。
- ・第2・3学年では、第1学年からの学びの積み上げと卒業後を意識して、ゴール型・ネット型・ベースボール型の3つの型の球技種目をすべて扱うとともに、個人スポーツも含め取り組むようにした。

(2) 生徒が進んで運動に取り組み、課題解決を図る単元計画

① 単元計画 第2・3学年の例

1	2～3	4	5～6	7～12
・オリエンテーション ・学習のねらいの確認 ・学習資料の活用方法を知る。 ・試しのゲーム	用具の準備・ねらいの確認・準備運動			
	○基礎技術の習得 【攻撃】 ・前衛：ボールを保持してからのスパイク ・後衛：コースを狙ったスパイク 【守備】 ・前衛：ブロックの姿勢 ・後衛：レシーブの姿勢	○連携プレイの習得 ・前衛：左右へのブロックの移動 ・後衛：前衛への指示 ○戦術の理解 ・前衛へのパスを使った攻撃 ・速攻	○ゲーム ○チーム練習 ・各チームで、目標を設定し、連携を深めていく	○チーム練習 ・各チームで、目標を設定し、連携を深めていく
		○ミーティング	○ゲーム	○ゲーム
	○簡易ゲーム ・ルールを簡易化してゲームを行う	○ゲーム ・正式なルールを説明しながらゲームを行う	○ミーティング（振り返り） ・各チームで良かった点、改善点について、話し合う	
	整理運動・学習の振り返り・用具の片付け			

② 課題解決を図る指導のポイントと流れ

- 単元の流れ
単元前半では、安全にゲームが展開できるように、個人技能の習得を目的とした。単元後半では、チームで協力して取り組むことができるようゲームを多く取り入れた。
- チーム練習の導入
チームでのポジションや戦術を考えるために、チーム練習やミーティングの時間を設定した。
- M-T-Mメソッドの導入
単元後半（5～6限）では、Match-Training-Match（ゲームー練習ーゲーム）の流れで、ゲームを通して出た課題をすぐに練習し、次のゲームで改善できるようにした。
- 学習ノートの活用（チーム日誌・個人日誌）
学習の振り返りと自己の課題や成果を確認できるようにした。
- 個別指導計画の作成
生徒の障害の状態や学習の進度等を考慮して、生徒一人一人の指導課題、方法、場面、指導の手立て等を記入し、授業形態や集団の構成の工夫を行った。

(3) 「指導のねらい」と「身に付けるべき内容」を明確にした評価計画と指導の工夫

① 第2・3学年の例

時数	1	2～3	4	5～6	7～12
指導のねらい	○状況に応じたボール操作を身に付けることができるようにする。		○作戦や状況に応じた技能や仲間と連携した動きを高めてゲームを展開することができるようにする。 ○個人やチームの課題を見付けて、自己のプレイの仕方やチームの作戦を工夫できるようにする。		
指導する内容	○基礎技術の習得 前衛：ボールを保持してからのスパイク ブロックの姿勢 後衛：ボールの勢いをなくすレシーブ コースを狙ったスパイク ○基礎的なルール理解 ・ダブルコンタクト ・キャッチボール ・オーバーゾーン ・フォアヒット ○ゲーム理解 ・簡易的なゲームの実践		○ゲーム中における連携した動きの習得 ・前衛と後衛の連携した守備 ・前衛へのパスを使った攻撃 ・プレイに対する有効な言葉掛け ○ゲーム ・正式なルールでのゲームの実践		○状況に応じたゲームの展開 ・相手チームの技能に応じた作戦を立てる ・スパイクのコースを予測し、守備のフォーメーションを考える ○攻撃へつながる守備 前衛：ブロックからスパイクまでの素早い移動 後衛：ボールの勢いを抑えたレシーブ
関心・意欲・態度				○	
思考・判断			○	○	○
運動の技能	○		○		○
知識・理解	○	○			
指導と評価の工夫	・技能は行動観察を中心に行い、思考・判断は学習ノートから読み取る。 ・オリエンテーション（1時間目）には、基礎的な知識と学習の流れについて理解することを重点とする。 ・1単位時間ごとに評価を行う。その際、評価の観点や項目の重点化を図り、単元全体を通して総合的に評価できるようにする。				

② 指導と評価の一体化を図るポイント

- 学習ノートを単元の中間に提出させ、個々の学習の理解度や学習の成果を把握し、指導をする。
- チームミーティングでは、目標を意識して話し合えるよう言葉掛けをする。
- 状況に応じた適切な動きを導き出せるよう言葉掛けをする。

3 実践事例 第2・3学年「球技」フロアバレーボール（8／12時）

（1）ねらい

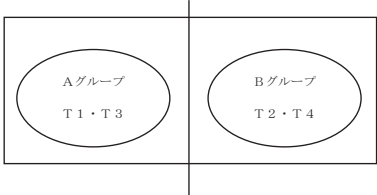
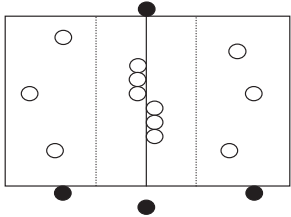
【技能】作戦やゲームの状況に応じて仲間と連携した動きをすることができるようにする。

【態度】役割を積極的に引き受け、主体的に学習に取り組むことができるようにする。

【知識、思考・判断】チーム目標を達成するための工夫や手立てを考えることができるようにする。

※本時は、技能、思考・判断を主として評価する。

（2）展 開

学習活動	指導のポイント	評価
1 本時のねらいを確認する。 2 準備運動をする。	・本時の予定や、ねらいを理解できているか生徒に質問を行い、確認する。	
チーム練習を行い、チーム力を向上しよう		
3 チーム練習をする。 ・各チームに分かれ、課題を設定し練習を行う。	・チーム日誌をもとに、チームの目標を設定するよう指導する。 ・チームの課題に応じて、どのような動きをするとうまくいくかを問いかけて指導する。 ・メンバーの得意なことを生かし、作戦を立てるよう指導する。	・個人やチームの課題を見つけて、自己のプレイの仕方やチームの作戦を工夫している。 【思考・判断】
		
ゲームを通して、練習してきた成果を発揮しよう		
4 ゲームをする。	・チームの士気を高めるように働きかける。 ・ゲームの経過を伝えながら、チームの課題を意識させてゲームに取り組ませる。 ・ゲーム中に、チームの特徴を生かした攻撃を称賛する。	・作戦やゲームの状況に応じて仲間との連携した動きができる。【技能】
		
5 学習のまとめをする。 ・各チームでミーティングを行う。	・チームの目標や作戦を振り返り、良かったところと改善すべきところを考えるよう指導する。 ・チームのよかったところを発表させる。	

4 実践の記録

(1) 基礎的な動きの指導場面



基礎的な動きを指導するために、分習法による指導、身体への補助、触って動きを理解させる指導を個々の実態に応じて取り入れて指導を行った。また、視覚によるフィードバックが難しいため、運動の結果を言葉で伝えた。

(2) 言葉による動きのフィードバック



「どの方向へボールがいったか！」
「今の動きは、〇〇だったよ！」
など具体的な動きを言葉で伝えた。

(3) ゲーム前のミーティングの様子



ゲーム前のミーティングでは、各チームの目標を確認したり、戦術を話し合う時間を設定した。

また、ゲーム後のミーティングでは、チームでの課題や改善点、相手チームのよかった所など話し合うように指導した。

(4) チーム日誌・個人日誌

学習ノート チーム日誌
チーム名:
日付: 月 日 ()
○今日の目標(試合で取り組むこと)
○チームの反省・感想・次への課題
○相手チームの良かったところ

月 日 () 天気: 気候:	
今日の目標:	
今日の目標は達成できましたか?	(5段階評価)
チームで協力してプレーすることはできましたか?	
ルールを理解してプレーすることができましたか?	
競技を崩しんで積極的にプレーすることができましたか?	
○試合後:良かった点(+) 改善点(-)	
攻撃	+
攻撃	-
守備	+
守備	-
○感想・次への課題	

チーム日誌

ゲーム前にチームの目標を設定したり、ゲーム後にチームの成果や課題を話し合ったりする際に活用した。

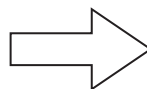
個人日誌

自分の目標や取組について、自己分析ができるように作成した。

(5) チーム日誌の記入内容の変化

○単元前半

- ・サーブ成功率50%
- ・早いボールでも取れるようにする
- ・ミスを減らす



○単元後半

- ・具体的な声かけをする
- ・声かけをしっかりと、焦らずプレイする
- ・団結力を強める

単元前半では、個々の技術に関する内容が多かったが、単元後半には、チームとして前衛・後衛が協力してプレイするような内容の記述に変化した。

学年ノート 学習記録

学年: 11 学期: 1 科目: 英語

学習内容: 英語の基礎知識

学習目標: 英語の基礎知識を身につける

学習内容: 英語の基礎知識

学習目標: 英語の基礎知識を身につける

学習内容: 英語の基礎知識

学習目標: 英語の基礎知識を身につける

学年ノート 学習記録

学年: 11 学期: 1 科目: 英語

学習内容: 英語の基礎知識

学習目標: 英語の基礎知識を身につける

学習内容: 英語の基礎知識

学習目標: 英語の基礎知識を身につける

学習内容: 英語の基礎知識

学習目標: 英語の基礎知識を身につける

Factor	5月28日	5月29日	6月4日	6月5日	5月11日	5月12日	5月18日
楽しんでプレー (●)	3.9	3.9	4.0	4.3	4.4	4.0	3.8
目標達成 (■)	3.4	3.8	3.3	3.9	4.1	4.1	4.2
チームでの協力 (▲)	3.6	3.6	3.6	3.8	4.0	4.1	3.8
ルール理解 (■)	3.4	3.8	3.3	3.9	4.1	4.1	4.2

単元が進むにつれてチームや個人で目標を設定し、競技を楽しみながら授業に取り組む項目が上がった。単元最終日に「目標設置」「チームでの協力」「楽しんでプレイする」項目が下がっている。これは、試合が白熱したあまり相手を尊重していない発言等への反省の表れと考えられる。

- フロアバレーボールは、個人の努力だけではどうしてもならずチーム一人一人が団結して行わないといけない。
- 相手チームに対する思いやりも重要だと感じた。
- チームワークの難しさや楽しさを学ぶことができた。

スポーツ科学の情報としては、スポーツ選手の名言や筋力トレーニング、スポーツ栄養学、メンタルトレーニングなどの情報を掲示した。

0年 △組 文京 太郎			児童 生徒	生徒の実態	目標
教科 科目	課題及び目標(選手)	指導内容			
運動 基礎	運動基礎 共通		A	右：手動 左：0 点字使用 盲学校出身 前衛 ルールを理解し、積極的にプレーしている。ブロック・スパイクなどの基本は域に付いている。集中力の持続が難しいときがある。	・前衛と後衛が連携し、守衛することができる。 ・後衛の指示とボールの音を聞いて的確に動くことができる。「前衛に具体的な指示を出すことができる。 ・基礎的なルールを理解し練習することができる。
体育	・自己の健康を管理する能力を養うとともに、基礎体力の向上を目指す。 ・状況をみて自分のルールやマナーを守る能力を態度を養う。 ・日常生活の中で自ら健康増進を図らし、さらに生活を通じて運動に親しい能力と態度を養う。 ・種目の特性や、ルールを理解し、練習法身に付ける。	・休つて運動(新体力テスト) ・陸上競技(甲斐運動) ・球技(フットサル・ボール) ・水泳(クロール、平泳ぎ) ・球技(フライングディスク)	B	右：0.04 左：0.1 墨字使用 普通中出身 後衛 積極的に参加しているが、言葉の説明だけでは、運動の理解が難しい場面がある。模範しながら指導していく必要がある。	・前衛と後衛が連携し、守衛することができる。 ・前衛の自信をもって指示することができる。 ・基礎的なルールを理解し練習することができる。
保健・ 体育					
保健					

— 233 —

5 研究のまとめ

(1) 成果

- 主体的に活動する力を身に付ける指導の工夫
学習カードを活用することによって、チームや個人の目標を設定し、主体的に授業に取り組むことができた。試合後のミーティングにおいてもチームの課題や改善点を積極的に話し合い、課題解決するための思考力・判断力・表現力を養うことができた。
- 基礎的な動きを理解するための指導法
運動後、動きの結果をすぐに個々の生徒に伝え、フィードバックすることで、動きのポイントを理解させることができた。また、具体的な言葉による指導と模型や教員の身体に直接触れさせて動きを理解させながら指導を行うことで、適切な動きのイメージをもたせることができた。
- スポーツへの興味・関心を高め、運動を継続していくための情報提供
障害者スポーツセンターの情報や全国障害者スポーツ大会の情報、社会人チームの情報を掲示することで、学校外で運動することができる環境や視覚障害スポーツの取組について理解を深めることができた。また、スポーツへの興味・関心を高めるために、トップアスリートの名言やスポーツ科学に関する情報提供を行った結果、運動に意欲的に取り組む生徒が増えてきている。

(2) 課題

- 主体的に活動する力を身に付ける指導の工夫
話がまとまらずに、ミーティングの時間が長くなってしまい、活動時間が短くなってしまったことがあった。短時間でミーティングができるよう、アドバイスの内容を授業のねらいに即したものに絞った上で、言葉掛けを工夫し、運動時間とのバランスを検討していく必要がある。
- 基礎的な動きを理解するための指導法
基礎的な動きのポイントやフォームをイメージさせることができたが、今後は、一連の動きの中で、力の強弱をつけた動作を理解させる指導を行っていききたい。そのためにも、視覚情報の不足を補うために、教員が動きのポイントを言葉で伝える際に、生徒にとって理解しやすい言葉で分かりやすく説明する力を向上させることが必要である。
- スポーツへの興味・関心を高め、運動を継続していくための情報提供
スポーツへの関心が低い生徒に対して、興味・関心をもたせることができた。意欲的にスポーツに取り組む生徒をさらに増やしていくことが大切である。そのためには、より興味・関心を高めるための情報提供の仕方を工夫していく必要がある。
「スポーツ＝競技」というイメージの強い生徒が多い現状がある。競技スポーツだけではなく、明るく豊かなスポーツライフを実現するために、健康の保持増進、レクリエーションなど、スポーツへの様々な関わり方を指導していく必要がある。さらに、個別の教育支援計画を活用して、教育機関や福祉施設など外部機関との連携を図り、長期的な視野で支援していく必要がある。

<引用・参考文献>

- ・五十嵐信敬(1993)視覚障害幼児の発達と指導 コレール社
- ・伊藤忠一・香田泰子(1996)社会人スポーツ活動―視覚障害者―筑波技術短期大学テクノレポート NO.3 March 225-226
- ・香田泰子・天野和彦(1999)フロアバレーボールの運動強度 筑波技術短期大学テクノレポート NO.6 March 23-24
- ・全国盲学校長会編(2000)視覚障害教育入門Q&A ジアース教育新社
- ・鳥山由子(2007)視覚障害指導法の理論と実際 ジアース教育新社

第17分科会

研究主題

個々の障害の状態に配慮した適切な運動の経験を通して
 明るく豊かな生活を営む力を身に付ける体育学習
 ～「動きの良い体づくり」を求めて～

ちょうふ
 東京都立調布特別支援学校

日 程

9:00 9:30 9:55 10:10 10:55 11:10 12:00 13:00 13:15 14:10 14:55 15:00

受付	授業見学	移動	公開授業①	移動	公開授業②	昼食	開会	研究発表 研究協議	指導助言	閉会
----	------	----	-------	----	-------	----	----	--------------	------	----

公開授業案内

	公開授業	授 業 内 容	場 所
①	小学部 3 年	基本的な運動 「にんじゃーらんど」であそぼう	体育館
②	中学部 1 班	体づくり運動 ー巧みな動きー	プレイルーム
	中学部 2 班	体づくり運動 ー巧みな動き・動きを持続するー	グラウンド
	中学部 3 班	体づくり運動 ー巧みな動き・力強い動きー	体育館
	中学部 4 班	体づくり運動 ー力強い動きー	体育館

学校所在地



交通機関

東京駅より

J R 中央線で新宿駅まで約 25 分
 新宿駅より京王線 調布駅まで約 20 分

最寄駅より

京王線 調布駅より 徒歩 10 分

東京都立調布特別支援学校



所在地 : 〒182-0021 東京都調布市調布ヶ丘 1-1-2
H P : <http://www.chofu-sh.metro.tokyo.jp/>
E-mail : ml-niji@section.metro.tokyo.jp
T E L : 042(487)7221
F A X : 042(481)9401
学校長 : 坊野 美代子
児童・生徒数 : 141名

◎学校教育目標

- 自立と社会参加に向けて、主体的に生きる力を育てる。
 - ・たくましい身体と豊かな心を育てる。
 - ・生活に必要な力を育てる。
 - ・自分で考え、表現し、行動する力を育てる。
 - ・集団の中で活動できる力を育てる。

◎特色

本校は、調布市・三鷹市・狛江市の3市を学区域とし、小学部・中学部を設置する知的障害特別支援学校です。今年で創立38年を迎え、33学級、141名の児童・生徒が在籍しています。地域教育資源（リソース・ネット、電気通信大学との教育連携、学生ボランティア、退職教員ボランティア、教育資源ボランティア等）を活用した教育活動の充実や、東京都ICT活用推進指定校としてICT教材作成し、授業改善を推進しています。

東京都立調布特別支援学校

1 研究の構想

(1) 研究主題

個々の障害の状態に配慮した適切な運動の経験を通して

明るく豊かな生活を営む力を身に付ける体育学習
～「動きの良い体づくり」を求めて～

(2) 主題設定の理由

本校では、活発に体を動かすことを好む児童・生徒がいる一方で、運動が苦手であったり、運動をする機会が少なかったりする児童・生徒もいる。体の動きに、ぎこちなさや硬さも見られる。また、運動不足による肥満傾向なども懸念されている。そのため本校では、体育及び保健体育の時間だけでなく、毎朝のランニングやリズム運動、自立活動、日常生活の指導、生活単元学習の中での「歩行」などにより、体力の増進や運動をしようとする意識の覚醒、情緒の安定などを図って指導を継続している。

特別支援学校小学部・中学部学習指導要領の体育及び保健体育では、「健康の保持増進と体力の向上を図る」ことが目標に掲げられている。児童・生徒が将来にわたって明るく豊かな生活を営む力を身に付けるために、健康な体とそれを支える体力を育むことは極めて重要である。

本校児童・生徒の実態を踏まえ、学習指導要領の目標達成に向け、本研究では健康な体とそれを支える体力を育むことに焦点を当てた授業を展開することとし、本研究主題を設定した。

(3) 研究仮説

「動きの良い体」を獲得するためには、「調整力」「筋力」「柔軟性」「身体感覚」をバランスよく育てることが大切である。児童・生徒一人一人の実態及び課題についてアセスメント等を用いて的確に把握し、発達の段階に応じた活動を設定することで、「動きの良い体づくり」のためのより良い体育学習の指導内容・方法が開発出来るであろう。

学習に際して、個に応じた目標を設定し、障害の特性に応じた適切な支援や教材の工夫を行うことで、児童・生徒は学習に参加している実感や達成感が得られ、体を動かすことを楽しみ、自ら進んで学習に取り組むようになるであろう。

(4) 研究内容

- ① 特別支援学校学習指導要領及び東京都特別支援学校小学部・中学部教育課程編制規準・資料の知的障害特別支援学校における各教科の具体的な内容の例（6）体育・保健体育に基づき本校小学部・中学部の一貫した指導内容表を作成する。発達段階を踏まえ、小学部低学年体育、小学部高学年班別体育、中学部班別体育の内容やねらいを系統的に整理する。
- ② 知的障害の児童・生徒の実態に即して、進んで運動に取り組み、課題解決を図る単元計画について検討する。
- ③ 指導と評価の一体化を図る単元の評価計画の作成と、障害の状態に応じて一人一人の評価規準を具体的に設定することにより、児童・生徒が自分で「できた」ことが分かる指導の工夫について検討する。
- ④ 「調整力」「筋力」「柔軟性」「身体感覚」に関する「調布チェックリスト」を作成し、児童・生徒について実態把握を行い、体育学習の内容やねらいを検討し、年間指導計画作成等に反映させる。
- ⑤ 体育・保健体育の授業の中で、「調整力」「筋力」「柔軟性」「身体感覚」が培われる内容や運動、効果的な支援の在り方を考える。
- ⑥ 本校の6割を占める、自閉症児の特性に応じた効果的な支援を検討し、児童・生徒に分かりやすく、主体的に取り組める活動の工夫を協議し、実践する。
- ⑦ 児童・生徒のキャリア教育の視点から、体育の指導内容との関連について検討する。
- ⑧ 「動きの良い体づくり」の視点で事例研究を行う。作業療法士（OT）によるアセスメントに基づく助言及び調布チェックリストの結果を基に運動課題を設定し、体育学習や日常生活の指導等で取り組み、指導の効果を検証し、次の指導に生かす。

2 研究内容

(1) 発達の段階を大切にした系統的・弾力的な単元の全体計画

① 小中一貫の単元配列の考え方

特別支援学校学習指導要領の領域と発達段階を基に、指導内容表を作成した。本校では、体育の授業を、小学部1、2、3年、小学部4、5、6年を障害の実態に応じて、ABC班に分け、中学部1、2、3、4班の計10グループで行っている。学習指導要領に示された各段階を、1段階（小学部1年、小学部2年、小学部A班）、2段階（小学部3年、小学部B班）、3段階（小学部C班）、4段階（中学部）に当てはめ、7領域（体づくり運動、器械運動、陸上運動、ボール運動・球技、水泳、ダンス、ルール・決まり・安全）のねらいと内容を系統的に配置した。年間指導計画は、各学年、グループごとにこの表を基に作成するため、領域の配列を小中一貫にしたことで、現段階の課題を達成した小学部の児童、現段階の課題を未達成の中学部の生徒などが前後の段階の内容を参照できるようにした。また、系統立てたことにより実態に応じた指導や手だてについても段階を踏んだ設定ができるようにした。

② 基本的な運動・体づくり運動の例

		基本的な運動・体づくり運動	
1段階	小学部1・2年 小学部A班	基本的な運動	・教師と一緒に、安心して楽しく運動に取り組む。 ・教師と一緒に歩く、走るなど日常生活の基本的な動きをする。 ・多様な動きを経験する。 ・簡単な手や足の運動を行う。
2段階	小学部3年 小学部B班	基本的な運動	・教師や友達と一緒に楽しく運動に取り組む。 ・教師と一緒に、または、一人で歩く、走るなどの基本的な運動をする。 ・多様な運動を経験し、運動の幅を広げる。（簡単な手や足の運動を行なう。）
3段階	小学部C班	基本的な運動	・自発的に楽しく運動に取り組む。 ・歩く、走るなどの基本的な運動を動きを変えて行う。 ・多様な動きを経験し、運動の幅を習得する。 ・動きを途中で止めたり、速めたりして、いろいろな動きを模倣する。
4段階	中学部1・2・3・4班	体づくり運動	・いろいろな手軽な運動やリズムカルな運動を行い、体を動かす楽しさや心地よさを味わう。 ・体の柔らかさ及び巧みな動きを高めるための運動をする。 ・体力を高める運動では、ねらいに応じて、体の柔らかさ、巧みな動き、力強い動き、動きを持続する能力を高めるための運動を行うとともに、それらを組み合わせて運動する。

※調布体操・・・本校オリジナルの準備運動

(2) 児童（生徒）が進んで運動に取り組み、課題解決を図る単元計画

① 単元の学習過程 小学部 第3学年 マット運動の例

1 (時数)	2～8	9・10
<知る時間> ・授業の流れ ・動きの方向 ・動きの種類 ・ルール、約束 ・準備、片付け ・準備運動 ・横転 ・前転	<知る時間> ・繰り返し完成した形や理想の形を見せ、そのポイントを伝え、自分の動きのうまくいかなかったところに気付く。 <取り組む時間> ・ゆりかご運動（反動を利用する動き） ・ひねり運動（上体のひねりから下肢へと続く動き） ・横転（一人で回る、二人で手をつないで回る） ・前転（補助つき、補助なし） ・上手にできた子をメダルで表彰する。	<知る時間> ・他の子の動きを見せて、子どもからの感想を引き出す。
<取り組む時間> ・回転の動き方を確かむ。		

② 課題解決を図る指導のポイントと流れ

知的障害特別支援学校の体育学習では、繰り返し運動に取り組む中で、習熟と共に無駄な動きが減少するなどの様子が観察されることがある。このように望ましい動きを行う方法に自ら気付き、次への意欲が育ち、個人の中で運動の質が上がっていくことを、児童（生徒）自身の課題解決力ととらえ、以下のように指導のポイントと流れを設定した。

ア ゆりかご運動は前転へ、ひねり運動は横転への導入とし、回転する感覚を覚える。

イ 《知る時間》では全体への提示としてICT機器や見本の動きを見せ、《取り組む時間》では個々の児童の実態に応じて支援の仕方を考え、個別の視覚支援や教員の補助を行う。

ウ 意欲を高める手段として、正しく回転してたどり着く場所に花を用意し、自分でボードに貼る。

エ 授業最後の表彰は、始めはきっかけ作りとして数人に渡すが、最後は子どもに応じて頑張った部分を評価して全員に渡す。

さらに、その課題解決力が、将来の自立や社会参加にどうつながるのかを、東京都の示す知的障害特別支援学校におけるキャリア教育の視点でとらえ直し、情報活用能力、意思決定能力、将来設計能力、人間関係形成能力の4つの観点別に以下のように検討した。

《知る時間》

○情報活用能力

- ・横転、前転の際の手の位置、頭の位置、動きの方向。体のひねり方、回転の感覚の育成。
- ・視覚的な提示（ICT機器の活用、見本の動き、数字での順番表示等）をとらえて、自分の動きにおきかえる。

《取り組む時間》

○情報活用能力

- ・どこに向かっていけば良いのか、ゴールを手がかりにする。（横転）
- ・どこに手をつくると良いのか、目じるしを手がかりにする。（前転）

○意思決定能力

- ・「ハイ！（はじめます）」から、「回転の実施」「花を貼る（フィニッシュ）」まで、一連のイメージをもち、自分でタイミングを決める。

○将来設計能力

- ・回転運動は前庭覚を刺激し、姿勢や重心の傾きを調節するバランス感覚を育てる。動くことを楽しく感じ、自発的に動くことが習慣化し、目標への意欲を育てる。

○人間関係形成能力

- ・横転ではペアになり手をつないで回る。→ 相手の動きを感じながら動く。
- ・「上手にできました」とメダルをもらったことがうれしい。→ またもらいたい。もっとほめられたい。
- ・準備や片付けでは、自分たちで協力して道具等を運ぶ。

(3) 「指導のねらい」と「指導する内容」を明確にした評価計画と指導の工夫

① 小学部第2学年サーキット運動の例

時数	1	2	3	4	5	6
指導のねらい	①いろいろな器具や用具に応じて身体を動かすことができる。 ②スタートからゴールまで、一人で回ることができる。 ③ぶつからずにバーをくぐることができる。 ④両足で連続前進ジャンプができる。 ⑤バランスをとって平均台を渡ることができる。 ⑥ネット太鼓橋を越えることができる。					
指導する内容	①一つ一つの種目のやり方の理解。 ②種目の順番の理解。 ③うつ伏せになった時の自分のからだの高さと長さの理解。 ④両足に体重を乗せての沈み込み。 ⑤バランスをとるための体重移動。片足立ち。 ⑥四肢を使った体重移動。					
関心・意欲・態度	○	○	○	○	○	○
思考・判断			○	○	○	○
技能					○	○
指導と評価の工夫	＊児童一人一人に応じた目標設定 ＊児童が自分で「できた」ことが分かる（目標の明確化、結果の明確化）。					

② 指導と評価の一体化を図るポイント

○一人一人に応じた評価規準

サーキット運動では、「自分から活動に取り組んでいる」「器具を見て活動が分かる」等の単元全体としての評価規準と「前を向いて渡っている（平均台）」「橋の頂上で方向転換をしている（ネット太鼓橋）」等の種目ごとの評価規準を設定したが、本校児童は個々の障害の状態が異なるため、さらに児童一人一人の実態に応じた目標設定及び評価規準の設定が必要である。そのため、指導計画を立案する際には、下の表のように一人一人の評価規準を明確にし、授業者の共通理解が図れるようにしておく。

	児童の実態	目標	指導の手だて	具体的な評価規準
児童A				
児童B				
児童C				

○具体的で明確な評価規準

評価規準は、児童が具体的にどのように動いた時に評価できるのかを明確に示すようにしたい。例えば、単元全体としては「自分から活動に取り組んでいる」ことを評価したいが、児童によって「順番がきたらスタート地点に移動している」等、具体的な規準を示しておかなければ的確な評価はできない。誰が評価しても同じ評価となるよう、またできる限り児童自身が確認できる、具体的で明確な評価規準を設定する。

○複数の教員による客観性のある評価

具体的で明確な評価規準を設定するとともに、複数の教員で評価することが大切である。1時間の授業の中で、TTとして指導に当たる教員はそれぞれが分担する範囲からの視点で評価を行う。したがって、授業ごとに情報交換を行い、より確かな評価となるようにし、一人一人の指導の手だてに結び付けていく。

3 実践事例 小学部第3学年「走・跳の運動」(4/6時)

(1) ねらい

- 【技能】 いろいろなコースに沿って、走ったり跳んだりすることができる。
 【態度】 きまりや順番を守り、友達と仲良く運動することができる。
 【思考・判断】 いろいろな走り方や跳び方を理解し、最後まで走ることができる。

(2) 展開

学習活動	◎指導のポイント ★自閉症児への支援	評価
1 始めの挨拶、本時の予定を確認する。	★本時の予定をカードで提示し、見通しをもって活動できるようにする。	◆教師に注目している。 【態度】
2 準備運動をする。 ・調布体操	◎次の運動の指示を行い、言葉と一緒に体も動くようにする。 ★児童と正対し、動きをまねてできるようにする。	
3 いろいろな姿勢からスタートをし、直線走をする。 ○スタンディング ○体育座り ○うつ伏せ ○仰向け	◎笛の合図で走るように指示をする。 ★教員とタッチをし、ゴールを明確にする。 ★それぞれ姿勢の絵カードを示し、次の姿勢が分かるようにする。	◆いろいろな姿勢から直線走ができる。【技能】
4 3つのコースに分かれ、練習する。 ○ダッシュコース ・新聞を体に当て、落ちないように速く走る。 ○ジグザグコース ・コーンをジグザグに走る。 ○ケンパーコース ・グーパーで跳びながら前に進む。	◎均等に3グループに分け、時間でローテーションをする。 ◎個々の実態に応じ、回数や距離を変え、全員が最後までやり通すことができるようにする。 ◎各コースに担当教員が立ち、児童の補助を行う。 ◎色が違うゼッケンを付け、自分のグループを意識させる。 ★新聞紙を体に付けることが困難な児童には、風車を持ち、周る楽しさを味わえるようにする。 ★ジグザグコースでは、左右交互にコーンを触るように指導していく。 ★ケンパーコースでは、着地する場所をマットで示す。 ★チームの色のうちわを目印にし、次の移動場所が分かるようにする。	◆コースに合った動きを理解し、運動に取り組んでいる。【思考・判断】
5 各グループ1名ずつ発表する。		
6 本時の学習を振り返る。	◎上手くできた児童は発表する。	
7 整理運動をする。	◎使った部位を意識し、ゆっくり体を動かすように声かけをする。	
8 終わりの挨拶をする。	★児童と正対し、動きをまねてできるようにする。	
9 片付けをする。	◎教員が補助をし、安全に片付けられるようにする。	

実践事例 中学部・2班 「器械運動」(3/8時)

(1) ねらい

【技能】器械運動のいろいろな動きを通して、身体各部位を動かす。

【知識・理解】きまりを守って運動を行う。

【態度】友達と協力して準備・片付けを行うことができるようにする。

(2) 展 開

学習活動	◎指導のポイント ★自閉症生徒への支援	評価
○整列・挨拶をする。 ○本時の説明をする。 ○健康観察をする。	◎整列を促し、はじまりを意識できるようにする。 ◎けがや体調不良がないか確認する。 ★活動の流れを説明する際、番号や活動内容の絵カードを提示して視覚的にわかりやすくする。	
○ランニングをする。 ○ダッシュをする。 (ダッシュ・片足ケンケン) ○エクササイズをする。 ○体づくり運動をする。 膝這い 高這い 高這い横歩き 膝立ち歩き クモ歩き 丸太転がり ワニ歩き ○器械運動をする。 ・平均台	◎言葉かけや並走で活動を促す。 ◎片足ケンケンの際、必要な生徒には自ら片足を持って行うように支援する。 ◎前後左右への動きの際や、動きの切り替わりのタイミングで言葉かけをして、動きを促す。 ★スクリーンの大画面の映像による見本を提示し、視覚からの情報獲得を助ける。 ◎適切な姿勢になるように補助する。 ★生徒一人一人の写真カードをグループ分けして提示し、自分のグループ(活動場所)をわかりやすくする。 ★マット運動の活動内容(膝這い、高這い等)それぞれの絵カードをマットのすぐ横に提示し、それを見て参考にして活動を行えるようにする。 ◎必要な生徒に対しては手をとって補助する。また、徐々にその補助を減らす。	◆適切な姿勢をとることができる。 【技能】 ◆器械運動の行い方やきまりを理解している。 【知識・理解】 ◆平均台の上でバランスを保ちながら前に進むことができる。【技能】
○片付けをする。 ○本時の振り返りをする。 ○健康観察をする。 ○整列・挨拶をする。	◎協力して行うよう支援・補助する。 ◎本時で良かった活動をほめて達成感が味わえるようにする。 ◎けがや体調不良がなかったか確認する。 ◎整列を促し、終わりを意識できるようにする。 ★提示していた番号や活動内容の絵カードが全てはずされたことを示し、活動の終わりを視覚的にわかりやすくする。	◆友達と協力して準備・片付けをしようとしている。【態度】

4 実践の記録

(1) 事例研究の流れ

事例研究対象児童生徒を小学部から6名、中学部から4名（各体育班から）抽出し、外部の専門家（作業療法士：OT）によるアセスメントを実施し、その後、OT からアセスメントに基づく助言を受けた。OT から受けた助言と調布チェックリストの結果をもとに、動きの良い体を獲得するための運動を設定し、体育や自立活動等で実践した。また、成果や考察などを記録し、今後の授業改善に役立てた。

(2) 実践事例

【事例1】小学部5年生（平成24年度実施）

1 実態と課題
・ 歩行にふらつきがあり、かかとが上がった状態で歩行することが多い。 ・ 部分的な運動が難しく、力の加減をすることが難しい。 ・ 筋緊張が弱く、動かしている身体の部位を意識することが難しい。
2 OTからの助言
・ 筋緊張を高める活動を行うことで、身体の動かしている部位を意識できるようになる。意識して動かせるようになると、歩行時のふらつきがなくなってくる。 ・ 他動的なストレッチを通して、部分的な身体の部位を意識できるように促していくとよい。
3 取組
・ バランスボールの上に乗って、身体を静止させ、筋緊張を意識する。 ・ 段差から両脚ジャンプを行うことで、着地時に全身に力を入れ、筋緊張を高める。 ・ 手押し車の姿勢で静止し、筋緊張を高める。 ・ 他動的ストレッチと自動的ストレッチを交互に行い、動かしている身体の部位を意識する。
4 結果・考察
・ 体育のサーキットにおいて、トランポリンの上で繰り返しジャンプを行うことで、力の入れ方や力を入れるタイミングを意識できるようになった。 ・ 歩行時はふらつきがあるが、自分の身体を意識して動かせるようになってきた。全身に力が入るようになり、自分の身体を支えられるようになってきた。 ・ 毎日、反復してストレッチやジャンプ練習を行うことで、自分の身体を意識して動かせるようになった。

【事例2】中学部2年生（平成24年度実施）

1 実態と課題
・ 運動に苦手意識がある。人がぶつかったりするような球技も怖がりで苦手である。徒競走などの競争する種目も好きではない。
2 OTからの助言
・ 前庭覚過敏（認知的）を補おうとしている傾向があり、体が傾くことに恐怖を感じる。急に手を引っ張られたりする時や床が揺れたり、不安定な場所は怖く感じる。どれくらい体が傾くのか分からない。 ・ 骨盤の傾きあり。骨盤が右側に2cm下がっている。可動域は問題ないが、日常の生活で足を組まないように。床に座るような場面は作らず、椅子に座るようにする。
3 取組
・ 毎日学校で骨盤のストレッチに取り組んだ。 ・ 家庭とも話をし、家で過ごすときの椅子（柔らかすぎるソファは良くない）や座り方（足を組む等）に注意するよう、学校と家庭で共通理解をもつようにした。
4 結果・考察
・ ストレッチを毎日取り組むことで、少しずつ骨盤のずれも改善されてきた。本人も嫌がらずに取り組めるようになった。 ・ 苦手な平均台では、低い台から反復して取り組むことで、徐々に恐怖心が克服され、自分から活動できるようになった。 ・ チームで活動するような球技では、今までの経験不足からの不安感があり、参加できない場面も多く見られた。活動人数を減らして少人数で活動し、経験を増やすことによって、不安感を減らしていくなどの工夫が必要であることが考えられた。

5 研究のまとめ

(1) 成果

- ①小学部・中学部の一貫した指導内容表の作成
 - ・体育学習において系統立てた指導内容表を作成したことにより、小学部から中学部まで一貫した取組を展開することができた。小学部では、基本的な運動を内容に取り入れ、中学部ではその動きを発展させるようないろいろな運動（体づくり運動）を取り入れることで、将来必要となる動きにつなげることができた。今後、高等部や高等部卒業後の社会的自立へとつながる、基礎的な体力を作る活動が展開できた。
- ②課題解決を図る単元計画
 - ・教材や教具を工夫し、使用したことで、児童・生徒が興味や関心をもって活動に取り組めた。繰り返し学習する中で、使い方にも慣れ、自信をもって活動する姿が見られた。
 - ・運動することに楽しさを感じるような工夫、教材や教具、環境等を実態に応じて取り入れたことで、児童・生徒が自発的に運動に取り組んだり、体を動かそうとしたりする姿が見られた。
- ③指導と評価の工夫について
 - ・児童・生徒一人一人の実態に応じた評価規準を設定したことで、チームティーチングの授業者の共通理解を図ることができ、指導の手だてを個に応じて行うことができた。また、共通理解が図れたことで、ポイントをおさえた客観的な評価を行うことができた。
- ④児童・生徒の実態把握（調布チェックリスト、OTによるアセスメント）
 - ・児童・生徒のアセスメントを行ったことで、体の使い方や動かし方などを的確に把握することができた。実態に即した学習内容や支援の工夫を協議・実践・振り返りを行った。適切な指導計画を立案し、個々の体の課題に応じた学習内容や支援を実践できた。
- ⑤活動内容の充実と運動量の確保
 - ・活動内容の中に、グループ分け、複数のコース設定、ルーティーンの活動などを取り入れたことで、一人一人の活動場面を多く設定することができ、運動量を確保することができた。
 - ・準備運動や補強運動は、運動に見合った用具を用意したことで、正しい動きが導けた。動きを細分化した示範の示し方は、児童・生徒の実態に合った支援で、効果的であった。
- ⑥自閉症児童生徒の特性に応じた支援
 - ・自閉的傾向のある児童・生徒には、視覚支援教材や環境の構造化など、障害の特性に応じた手立てを意図的に取り入れた。授業に見通しがもて、安定して活動に参加できるようになった。児童・生徒自身が主体的に活動に取り組む姿も多く見られるようになった。
- ⑦体育・保健体育におけるキャリア教育の実践
 - ・児童・生徒が進んで運動に取り組み、課題解決を図る授業を、キャリア教育の四つの観点（情報活用能力、意思決定能力、将来設計能力、人間関係形成能力）から分析した。単元計画の内容から、四つの観点各々に関連付けられる活動が複数抽出できた。課題解決力を育む取り組みが、キャリア発達を促す活動と強く関連していることが考察できた。
- ⑧達成感や充実感を味わい、進んで運動に取り組む支援
 - ・「できた感」を味わわせる支援や手立てを加えたことで、自発的に活動に参加する姿が見られるようになった。そこからは達成感だけではなく、運動の楽しさや、自分のイメージしたように体を動かすことができたことへの喜びを感じているように見られた。
 - ・体育学習に取り組む中で将来の余暇活動につながる姿が見られた。体育の授業中だけでなく休み時間などでも、学習内容に似た遊びや学習した器具や道具などを使って遊ぶ姿が見られるようになった。

(2) 課題

- 発達段階を踏まえて、小学部・中学部の一貫した体育・保健体育の指導内容表を作成した。個別指導計画との関連を図り、児童・生徒の実態に応じた課題設定について今後一層の充実を図る。
- 個々の障害の特性に応じた支援については、主に視覚的な支援を活用した。有効な面も多くあったが、必ずしも全員にとって有効ではなく、更に個に応じた効果的な支援の検討が必要である。
- 他者評価だけでなく、自己評価を重視し、自分の達成値が明確に児童・生徒本人に分かることが大切である。本人に分かる評価が、運動や体を動かすために必要な意欲に直結している。「児童・生徒が分かる評価」を今後も検討し、明確にしていく。